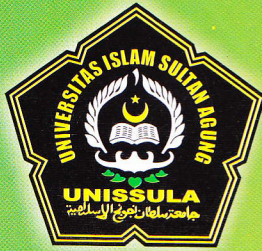


ISSN : 0852-1035

Vol XXXI NO 115 MARET 2009



**majalah ilmiah**

# **SULTAN AGUNG**

*Bismillah membangun generasi khaira ummah*

**Konsep Sehat-Sakit Model dan Penerapan pada Pelayanan Kesehatan**

*Iwan Ardian*

**Hipertensi pada Lansia**

*Muh. Abdurrouf*

**Aborsi dalam Perspektif Ilmu dan Kemasyarakatan**

*Tutik Rahayu*

**Metode Penugasan dalam Ruang Perawatan**

*Moch Aspihan*

**Dengue Haemorrhagic Fever (DHF)**

*Retno Setyawati & Muh. Abdurrouf*

**Perilaku Kekerasan pada Remaja**

*Wahyu Endang Setyawati*

**Melalui Masa Tua dengan Bahagia**

*Sri Wahyuni & Dwi Heppy Rochmawati*

**Terapi Bermain di Rumah Sakit**

*Indra Tri Astuti*

**Pruritus**

*Tutik Rahayu & Dwi Retno Sulistyaningsih*

**Perawatan Klien Psoriasis**

*Dwi Retno Sulistyaningsih*

# TERAPI BERMAIN DI RUMAH SAKIT

---

Oleh :

Indra Tri Astuti

## ABSTRAK

Anak diartikan sebagai seseorang yang berusia kurang dari delapan belas tahun dalam masa tumbuh kembang dengan kebutuhan khusus baik kebutuhan fisik, psikologis, sosial dan spiritual. Ketika masa anak sudah memasuki masa bermain maka anak selalu membutuhkan kesenangan pada dirinya, disitulah anak membutuhkan suatu permainan, maka tidak terlalu heran masa anak-anak sangat identik dengan masa bermain, karena perkembangan anak mulai akan diasah sesuai dengan kebutuhannya disaat tumbuh kembang. Bermain merupakan suatu aktivitas dimana anak dapat melakukan atau mempraktikkan ketrampilan, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperilaku dan berperilaku dewasa. Dengan bermain anak memenuhi kepuasan fisik, emosi, sosial dan perkembangan mental sehingga anak dapat mengekspresikan perasaannya baik perasaan kekuatan, kesepian, ketakutan, fantasi ataupun menunjukkan kreatifitasnya. Sakit dan hospitalisasi (perawatan di rumah sakit) menimbulkan krisis pada kehidupan anak. Di rumah sakit, anak harus menghadapi lingkungan yang asing, pemberi asuhan yang tidak dikenal dan gangguan terhadap gaya hidup mereka. Salah satu tindakan untuk mengatasi kondisi tersebut dengan bermain. Bermain di rumah sakit mempunyai dampak positif terhadap anak yang dirawat dengan mengajak anak untuk mengerti prosedur yang berhubungan dengan dirinya dan dapat mengurangi kecemasan anak.

Kata kunci : anak, hospitalisasi, terapi bermain

## PENDAHULUAN

Bermain adalah dunia anak-anak. Dengan bermain mereka tahu bagaimana menemukan dan belajar tentang dunia disekitar mereka. Bermain adalah vital untuk kelanjutan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Bermain di rumah sakit mempunyai dampak positif terhadap anak yang dirawat dengan mengajak anak untuk mengerti prosedur yang berhubungan dengan dirinya dan dapat mengurangi kecemasan anak. Tujuan utamanya adalah meminimalkan kemungkinan penderitaan anak dari reaksi negatif selama di rumah sakit.

## KONSEP ANAK

Dalam keperawatan anak, yang menjadi individu (klien) dalam hal ini adalah anak. Anak dapat diartikan sebagai seseorang yang berusia delapan belas tahun dalam masa tumbuh kembang dengan kebutuhan khusus baik kebutuhan fisik, psikologis, social dan spiritual. Kebutuhan fisik/ biologis anak mencakup makan, minum, udara, eliminasi, tempat berteduh dan kehangatan. Secara psikologis anak membutuhkan cinta dan kasih sayang, serta rasa aman atau bebas dari ancaman. Secara sosial anak membutuhkan lingkungan yang dapat memfasilitasinya untuk berinteraksi dan mengekspresikan ide/ pikiran dan perasaannya. Sedangkan secara individual anak membutuhkan penanaman nilai agama dan moral serta nilai budaya sebagai anggota masyarakat timur<sup>1,5</sup>.

Anak adalah individu yang unik dan bukan miniatur dari orang dewasa. Anak merupakan individu yang berada dalam satu rentang perubahan perkembangan yang dimulai dari bayi hingga remaja. Rentang ini berbeda antara anak satu dengan yang lain mengingat latar belakang anak berbeda. Pada anak terdapat rentang perubahan pertumbuhan dan perkembangan yaitu rentang cepat dan lambat. Dalam proses perkembangan anak memiliki ciri fisik, kognitif, konsep diri, pola koping dan perilaku social<sup>1,5</sup>.

Ciri fisik adalah semua anak tidak mungkin memiliki pertumbuhan fisik yang sama akan tetapi mempunyai perbedaan dalam pertumbuhannya. Demikian juga halnya perkembangan kognitif, juga mengalami perkembangan yang tidak sama. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh latar belakang anak. Perkembangan konsep diri sudah ada sejak bayi, akan tetapi belum terbentuk secara sempurna dan akan mengalami perkembangan seiring dengan penambahan usia pada anak. Demikian juga pola koping pada anak juga sudah terbentuk sejak bayi, hal ini dapat kita lihat pada saat bayi menangis. Salah satu pola koping yang dimiliki anak adalah menangis seperti bagaimana anak lapar, tidak sesuai dengan keinginannya, dan lain sebagainya<sup>5</sup>.

Kondisi perilaku social pada anak juga mengalami perkembangan yang terbentuk mulai bayi. Pada masa bayi, perilaku sosial anak sudah dapat dilihat seperti bagaimana anak mau diajak orang lain, dengan menunjukkan keceriaan (tidak menangis). Perubahan perilaku sosial dapat berubah seiring dengan perkembangan usia dan juga dapat berubah sesuai dengan lingkungan yang ada, seperti bagaimana anak sudah mau bermain dengan kelompoknya<sup>5</sup>.

Respon emosi terhadap penyakit sangat bervariasi tergantung pada usia dan pencapaian tugas perkembangan anak. Beberapa respon ini dapat

dilihat pada anak mulai dari bayi hingga remaja. Seperti pada masa bayi, mempunyai respon emosi berbeda dalam menghadapi masalah, seperti perpisahan dengan orang tua, maka respon anak akan menangis, berteriak, menarik diri, dan menyerah pada situasi yaitu diam. Apabila tubuh merasakan nyeri, reaksi yang akan dialami anak adalah menangis dan reaksi tubuh untuk imobilitas (tidak mau bergerak sama sekali). Pada masa balita mempunyai respon emosi terhadap penyakit atau situasi yang tidak menyenangkan, akan terjadi reaksi seperti menangis sambil mencari ibunya, berhenti bicara, kehilangan ketrampilan baru yang dimilikinya. Apabila terjadi perubahan rutinitas dan ritual dalam dirinya maka anak akan mempunyai reaksi seperti menyerang dan menunjukkan tingkah laku protes. Pada anak masa prasekolah, reaksi terhadap penyakit atau masalah dirinya seperti perpisahan, tidak mengenal lingkungan atau lingkungan yang asing, hilangnya kasih sayang, *body image*, maka akan bereaksi seperti regresi yaitu hilangnya control spingter represi, proyeksi, *displacement*, agresi (menyangkal), identifikasi, menarik diri, tingkah laku protes, selain itu juga seperti lebih peka dan pasif seperti menolak makan dan lain-lain. Pada masa sekolah respon terhadap dirinya seperti perpisahan, sakit pada tubuh, respon emosi anak adalah tingkah laku protes, bosan, kesepian, frustrasi, menarik diri, regresi, dan lain-lain. Pada masa remaja respon emosi terjadi bila kehilangan identitas, cedera tubuh, perpisahan dengan kelompok sebaya, takut pada kematian, maka respon yang ditimbulkan pada masa remaja adalah sebagai berikut tidak kooperatif, menarik diri, menuntut, agresi, kepercayaan yang berlebihan, depresi, kesepian dan bosan<sup>1</sup>.

### **DAMPAK HOSPITALISASI PADA ANAK**

Hospitalisasi adalah perawatan dirumah sakit. Hospitalisasi selama masa anak-anak merupakan suatu pengalaman dengan efek yang tersisa. Sekitar sepertiga anak mengalami hospitalisasi sebelum beranjak dewasa, dan sejumlah besar dari mereka dirawat dirumah sakit umum, dimana mungkin tidak terdapat bangsal/ ruang rawat khusus untuk anak. Hal tersebut mendasari seorang perawat untuk melakukan pengkajian terhadap kejadian selama hospitalisasi untuk memperkirakan efek yang lama pada anak, seperti mengakibatkan masalah pada kesehatan fisik, emosional, ataukah menyebabkan trauma emosi bagi anak dan keluarga<sup>4</sup>.

Dirawatnya anak di rumah sakit (mengalami hospitalisasi) merupakan stressor bagi anak dan keluarga, dan dapat menyebabkan stress. Stress merupakan kondisi fisiologis dan mental dimana berkembangnya respon terhadap stressor. Stress menyebabkan ketidaknyamanan pada anak dan keluarga, dan menantang anak dan keluarga menggunakan koping (cara-

cara mengatasi masalah). Jika coping yang biasa tidak berhasil mengatasi stress, maka anak dan keluarga akan mengalami krisis.

Di rumah sakit anak harus menghadapi lingkungan yang asing, pemberi asuhan yang tidak dikenal, dan gangguan terhadap gaya hidup mereka. Seringkali, mereka harus mengalami prosedur yang menimbulkan nyeri, kehilangan kemandirian, dan berbagai hal yang tidak diketahui. Interpretasi mereka terhadap kejadian, respon terhadap pengalaman dan signifikansi yang mereka tempatkan pada pengalaman ini secara langsung berhubungan dengan tingkat perkembangan. Karenanya untuk memenuhi kebutuhan anak yang dihospitalisasi sangatlah penting bagi perawat anak untuk memiliki pengetahuan tentang pertumbuhan dan perkembangan normal termasuk pemahaman tentang proses kognitif anak dan arti hospitalisasi bagi anak. Dengan menggunakan kekuatan keluarga dan perawat yang trampil, penanganan krisis selama hospitalisasi akan menjadi positif.

#### TERAPI BERMAIN

Menurut Muller, bermain adalah cara alamiah bagi anak untuk mengungkap konflik dalam diri anak yang tidak disadari. Bermain merupakan suatu aktivitas dimana anak dapat melakukan atau mempraktikkan ketrampilan, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa. Melalui bermain anak akan memperoleh kata-kata yang dapat membantu meningkatkan kemampuan berkomunikasi, menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, dan dapat melakukan apa yang dia inginkan. Dalam keadaan sakit dan di rawat, bermain perlu dilakukan karena untuk melanjutkan pertumbuhan dan perkembangan, karena dalam hal ini anak dapat mengekspresikan pikiran, perasaan dan fantasi serta tetap dapat mengembangkan kreatifitas dan dapat beradaptasi lebih efektif terhadap stress<sup>1,2,3</sup>.

Bermain di rumah sakit dapat dilakukan diruangan khusus bermain atau dapat pula dilakukan ditempat tidur anak. Perawat yang melakukan terapi bermain adalah perawat yang sudah mendapatkan pendidikan/pelatihan tentang bermain (*play specialist*) Tugas perawat meyakinkan orang tua bahwa pengalaman di rumah sakit berhubungan dengan kehidupan normal anak. Hal ini akan dapat dicapai dengan program bermain yang menyenangkan dan mendidik. Perawat akan selalu memantau perkembangan anak selama dirumah sakit, membuat laporan tentang perkembangan dan reaksi anak selama bermain serta memberi informasi

kepada orang tua tentang perkembangan anaknya dan selanjutnya diperlukan peran serta orang tua<sup>3,7</sup>.

#### **Fungsi bermain dirumah sakit<sup>6</sup> :**

1. Memfasilitasi penguasaan situasi yang tidak familier
2. Memberikan kesempatan untuk membuat keputusan dan kontrol
3. Membantu untuk mengurangi stress terhadap perpisahan
4. Memberikan kesempatan untuk mempelajari tentang bagian-bagian tubuh, fungsinya dan penyakit/ kecacatan sendiri
5. Memperbaiki konsep-konsep yang salah tentang penggunaan serta tujuan peralatan dan prosedur medis
6. Memberikan peralihan dan relaksasi
7. Membantu anak untuk merasa lebih aman dalam lingkungan yang asing
8. Memberi cara untuk mengurangi tekanan dan untuk mengekspresikan perasaan
9. Mengajukan untuk berinteraksi dan mengembangkan sikap-sikap yang positif terhadap orang lain
10. Memberikan cara untuk mengekspresikan ide kreatif dan minat
11. Memberi cara untuk mencapai tujuan-tujuan terapeutik.

#### **Keuntungan dilakukan terapi bermain di rumah sakit adalah<sup>3</sup>**

1. Meningkatkan hubungan perawat –klien di rumah sakit. Di rumah sakit anak menemukan situasi yang asing, dengan bermain anak dapat berteman dengan perawat
2. Memulihkan rasa mandiri pada anak dengan kegembiraan dalam bermain
3. Dapat mengekspresikan perasaan tidak enak, misalnya takut, kesepian dan rasa marah
4. Bermain terapeutik dapat meningkatkan penguasaan pengalaman yang traumatik, misal berperan sebagai perawat/ dokter
5. Permainan kompetisi dapat menolong menurunkan stress, frustrasi, dan meningkatkan *self esteem*
6. Membina tingkah laku positif di rumah sakit terhadap perawat. Di rumah sakit selain mendapatkan pengalaman traumatic juga mendapatkan bermain seperti anak lain.
7. Alat komunikasi antara perawat dan klien.

**Peran perawat spesialis bermain (*play specialist*) untuk melaksanakan terapi bermain bagi anak yang dirawat di rumah sakit adalah<sup>7</sup>:**

1. Menyediakan berbagai stimulus aktivitas agar mempertahankan pertumbuhan dan perkembangan selama dirumah sakit pada segala tingkat usia
2. Memeriksa dan memelihara alat bermain
3. Memantau anak pada saat ia memberi pelajaran bermain
4. Selalu berada diruangannya, ditengah pergantian perawat ruangan dan banyaknya orang yang mengunjungi anak selama di rawat
5. Menjadi seorang teman, pengganti orang tua, untuk semua anak terutama pada anak yang tidak ditunggu oleh orang tuanya
6. Mengawasi anak pada saat bermain, rileks, situasi senang dan bahagia
7. Bekerjasama dengan tim kesehatan lain seperti *occupational therapist*, *speech therapist*, dan lain-lain dengan memasukkan program latihan anak pada saat bermain
8. Memberi saran/ nasihat pada orang tua dalam memilih mainan, bimbingan setiap hari dan membantu mereka mengerti reaksi anaknya terhadap hospitalisasi
9. Memberikan masukan pada perawat lain, tim medis dan mahasiswa tentang pentingnya bermain di rumah sakit.

**Prinsip bermain di rumah sakit adalah<sup>3,6,7</sup>**

1. Tidak banyak memberikan energi
2. Permainannya simple
3. Kegiatan yang singkat waktunya
4. Mempertimbangkan keamanan dari perlukaan dan infeksi silang
5. Sesuai dengan usia, minat dan keterbatasan anak
6. Memberikan rasa aman dan nyaman pada anak
7. Melibatkan orang tua
8. Permainan tidak bertentangan dengan program pengobatan
9. Usahkan semua alat permainan dapat dicuci (disinfeksi)

**Alat-alat yang dapat digunakan untuk bermain di rumah sakit<sup>3</sup>:**

1. Boneka, boneka tangan
2. Perlengkapan rumah seperti meja, kursi, cangkir, piring, sendok dan lain-lain
3. Baju rumah sakit
4. Alat-lat kedokteran, instrument perawat
5. Kertas, pensil, pensil warna
6. Dan lain-lain

### Kegiatan bermain yang kreatif untuk anak dirumah sakit<sup>3</sup>

1. Role play
2. Pantomime
3. Pengalaman sensori
4. Bercerita
5. Melukis, menggambar, *handicraft*
6. Menulis cerita tentang rumah sakit
7. Menulis puisi tentang rumah sakit

### Contoh aplikasi terapi bermain untuk menjelaskan tentang tindakan injeksi<sup>6</sup>:

1. Membiarkan anak memegang spuit, vial, swab alcohol dan berikan injeksi pada boneka
2. Gunakan spuit untuk menggambari kue dengan *frosting*, cat semprot, atau target tusukan ke dalam wadah
3. Gunakan “lingkaran ajaib” di area injeksi sebelum injeksi dilakukan; gambarkan wajah tersenyum dalam lingkaran setelah injeksi tetapi hindari menggambar pada sisi yang disuntik
4. Biarkan anak mempunyai koleksi spuit (tanpa jarum) buat objek-objek kreatif dengan spuit-spuet tersebut
5. Bila dilakukan injeksi *multiple atau pungsi*, buatlah “poster kemajuan”, beri pujian atas jumlah injeksi yang sudah ditentukan sebelumnya
6. Minta anak menghitung sampai 10 atau 15 selama injeksi

### PENUTUP

Bermain adalah dunia anak-anak, karena dengan bermain selain perasaan senang, anak dapat mengekspresikan perasaannya dan kreatifitas membuat sesuatu. Bermain juga sebagai media komunikasi bagi anak dan lingkungannya, karena melalui bermain anak bisa mengekspresikan perasaannya. Bermain tidak hanya dilakukan oleh anak sehat, tetapi juga oleh anak yang sakit dan dirawat di rumah sakit. Oleh karena itu, diruang perawatan anak perlu difasilitasi ruangan bermain dan peralatan untuk bermain agar anak tetap dapat mengembangkan kemampuannya melalui bermain meskipun ia sedang berada di rumah sakit. Perawat-perawat yang bertugas diruang anak perlu dilakukan pelatihan khusus tentang bermain dirumah sakit.



## DAFTAR PUSTAKA

- Hidayat, A.Z., 2005, **Pengantar Ilmu Keperawatan Anak I Edisi I**, Salemba Medika, Jakarta
- Seherman, 2000, **Buku Saku Perkembangan Anak Edisi I**, EGC, Jakarta
- Sianturi, Yenny, 2000, **Peran Bermain dalam Pertumbuhan dan Perkembangan Anak**, IPANI (Ikatan Perawat Anak Indonesia), Jakarta
- Sianturi, Yenny, 2000, **Dampak Hospitalisasi Pada Anak**, IPANI (Ikatan Perawat Anak Indonesia), Jakarta
- Soetjiningsih, Et al, 2002, **Buku Ajar Tumbuh Kembang Anak dan Remaja Edisi I**, Sagung Seto, Jakarta
- Whaley and Wong, 2001, **Clinic Manual of Paediatric Nursing (Alih Bahasa: Monica Ester)**, EGC, Jakarta
- Whaley and Wong, 1997, **Essetial of Paediatric Nursing**, St Louis Baltimore, Toronto

## RIWAYAT PENULIS

- Nama : Ns. Indra Tri Astuti, S.Kep  
Lahir : Tegal, 18 September 1978  
Alamat : Asrama Yonarhanudse-15 Rt. 6/ 10, Jatingaleh, Candisari,  
Semarang  
Telp/ Faks : 024 6581978  
Pendidikan :
1. Sekolah Dasar : SD Negeri I Pakulaut, Margasari, Tegal, tamat tahun 1990.
  2. SLTP : SMP Negeri I Margasari, Tegal, tamat tahun 1993
  3. SLTA : SMA Negeri I Slawi, Tegal, tamat tahun 1996
  4. Sarjana Muda : Akper Islam Sultan Agung Semarang (AKPERISSA), tamat tahun 1999
  5. S1 : PSIK FK Undip Semarang, tamat tahun 2005
  6. Profesi Ners : PSIK FK Undip Semarang, tamat tahun 2006