

***Play therapy* Pada Anak Dengan Thalasemia untuk Mengatasi Kecemasan**

Uswatun Hasanah¹, Apri Rahma Dewi^{2*}
Akademi Keperawatan Dharma Wacana Metro
Program Studi D3 Keperawatan STIKes Panca Bhakti
e-mail: apriahmadewi@gmail.com

Abstract

There are cases of children with thalassemia, children who suffer from thalassemia still feel anxious even though they are often hospitalized, because they must transfusions. The aim of the community service carried out is as an effort to reduce anxiety in children with thalassemia and also increase the optimization of children's development. The activity carried out is by providing play therapy (play therapy) in children while undergoing treatment at the hospital, activities are carried out for 8 weeks. The results of the activity showed that there was a reduction in anxiety points as assessed by major and minor signs and symptoms from the IDHS. The decrease in points was from an average of 11.45 to 9.55 points. Implementing community service activities is able to reduce the anxiety points felt by children during transfusion activities play therapy also helps children to stimulate children's development with the help of games. With activities play therapy It is hoped that this activity can continue to be implemented as an ongoing activity in children's care rooms.

Keywords : Thalassemia, Children, Play therapy

Abstrak

Anak dengan thalasemia merupakan kasus yang cukup banyak, anak yang menderita thalasemia tetap merasa cemas meskipun sering masuk Rumah Sakit Karena harus menjalani transfusi. Tujuan Pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu sebagai upaya mengurangi kecemasan pada anak dengan thalasemia dan juga meningkatkan optimalisasi perkembangan anak. Kegiatan yang dilakukan yaitu dengan memberikan terapi bermain (*play therapy*) pada anak selama menjalani perawatan di Rumah Sakit, Kegiatan dilakukan selama 8 minggu. Hasil kegiatan didapatkan bahwa terdapat penurunan poin kecemasan yang dinilai dengan tanda dan gejala mayor serta minor dari SDKI. Penurunan poin yaitu dari rerata 11,45 menjadi 9,55 poin. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mampu mengurangi poin kecemasan yang dirasakan oleh anak – anak selama menjalani transfusi, kegiatan *play therapy* juga membantu anak – anak untuk menstimulus perkembangan anak dengan bantuan permainan. Dengan kegiatan *play therapy* diharapkan kegiatan ini dapat berlanjut diterapkan sebagai kegiatan berkesinambungan pada ruangan rawat anak – anak.

Kata Kunci : Thalasemia, Anak- anak, Terapi Bermain

PENDAHULUAN

Anak – anak dengan masalah kesehatan thalassemia mayor banyak mengalami kesulitan, karena anak - anak memerlukan transfusi darah seumur hidup disertai dengan terapi lainnya yang berdampak pada penurunan fungsi tubuh, penampilan dan kualitas hidup. Kondisi pada anak tersebut menyebabkan gangguan fisik dan membatasi fungsi tubuh, dimana anak harus mendapatkan pendidikan. atau sekolah dan aktivitas. Penderita thalassemia mayor juga mempunyai masalah psikologis seperti kecemasan, depresi dan tidakberdaya serta mengalami kesulitan dalam hubungan sosial (Adib et al, 2015).

Pada tahun 2015 di Indonesia terdapat sekitar 5.000 penderita thalassemia mayor dan meningkat pada tahun 2017 menjadi 9.121 diseluruh Indonesia. Jumlah penderita talasemia akan meningkat sampai 25 ribu pada tahun 2022 (Ningsih et al, 2023). Masalah psikologis banyak dialami oleh anak – anak dengan penderita thalassemia, mengingat thalassemia merupakan penyakit kronis. Kecemasan merupakan salah satu tekanan psikis pada anak - anak selama dirawat di rumah sakit. Kecemasan merupakan suatu ketakutan yang tidak nyaman dan kekhawatiran yang disertai dengan respon yang bersifat otonom, terkadang tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu. Kecemasan dapat mempengaruhi kondisi tubuh,karena itu diperlukan upaya untuk mengatasi kecemasan (Byrne, 2022).

Secara fisiologis, kecemasan ini melibatkan struktur anatomi otak. Aspek yang menjelaskan terjadinya gangguan kecemasan adalah adanya hormon epinefrin, yaitu hormon adrenal yang dilepaskan sebagai respons terhadap stres melalui sintesis katekolamin seperti ephineprin. Anak yang mengalami stres atau kecemasan akan mengalami peningkatan hormon epinefrin dalam tubuhnya karena peningkatan oksigen dan glukosa ke otak dan otot dengan meningkatkan detak jantung (WHO, 2021). Respon kecemasan tidak boleh dibiarkan secara terus menerus karena dapat mempengaruhi kondisi pada anak.

Anak dengan thalassemia memiliki keterbatasan dalam gerak dan aktivitas, dikarenakan energinya yang sedikit sehingga mudah lelah. Salah satu strategi intervensi yang dapat digunakan dengan permainan untuk anak yang dirawat di rumah sakit. Penting untuk mengetahui dan menggunakan permainan dalam perawatan anak, karena permainan dapat memberikan banyak keuntungan saat perawatan. Terapi bermain dapat menghilangkan

kecemasan dan menjadi dasar terapi bermain (Seus et al, 2018). Aktivitas bermain yang dilakukan pada saat perawatan juga dapat meningkatkan hubungan perawat-anak, meningkatkan kepercayaan diri selama masa rawat inap pada anak (Maia et al, 2011).

Terapi bermain efektif dalam beberapa poin yaitu diantaranya, meningkatkan hubungan terapeutik, peluang meningkatkan diagnostik, meningkatkan mekanisme pertahanan diri, meningkatkan fasilitas anatara anak dengan petugas kesehatan, komunikasi terapeutik, dan persiapan antisipatif. Selain itu, terapi bermain dapat mempengaruhi tiga domain yaitu segi kognitif, afektif, dan interpersonal (Kool, R.; Lawver, 2010). Terapi bermain dianggap sebagai salah satu pengobatan untuk mengatasi kecemasan pada anak. Anak dapat mengalihkan rasa sakitnya pada aktivitas bermain dan relaksasi. Bercerita merupakan salah satu teknik bermain yang dapat menyalurkan emosi anak. Anak dapat diajarkan untuk menjalani kesedihan, kemalangan, duka, serta diajak berbagi kebahagiaan, kegembiraan, keuntungan dan kegembiraan. Melalui bercerita, perasaan atau emosi dapat dilatih untuk merasakan dan menjalani berbagai peran dalam kehidupan, sehingga dapat melepaskan rasa takut, cemas, meluapkan kemarahan dan permusuhan. Cerita yang digunakan adalah dongeng karena dapat dipahami, yang dapat dipandang sebagai cerita fantasi dan sangat imajiner (Sari, 2012).

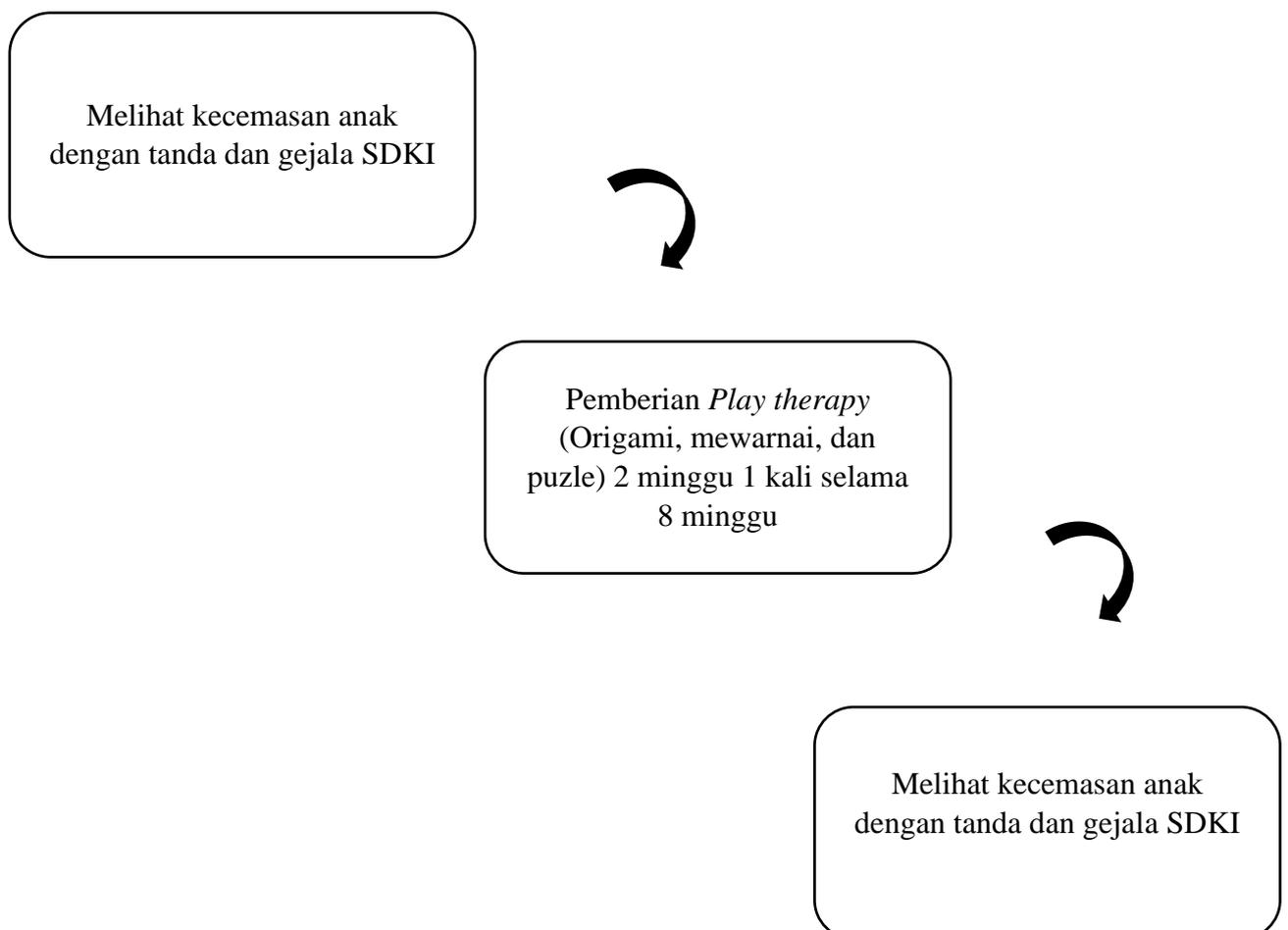
Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terapi bermain dengan bercerita terhadap tingkat kecemasan pada anak prasekolah. Penelitian lain menurut menunjukkan bahwa terdapat penurunan kecemasan pada anak usia pra sekolah sebelum dan sesudah bercerita (Alfiyanti dkk, 2012). Bermain merupakan alat komunikasi yang alami bagi anak, oleh karena itu bermain merupakan pendidikan dasar dan penerapan terapeutik yang memerlukan pengembangan dalam pendidikan anak usia dini. Dengan menceritakan imajinasi anak yang diresapi cerita, bertanya kembali kepada anak, dan anak memperbanyak informasi yang didapat dari cerita, mampu memperbaiki pola pikir anak dan mengalihkan kecemasan yang didapat akibat rawat inap (Sansosti, 2006).

METODOLOGI

Metode yang digunakan pada pengabdian masyarakat yaitu dengan menerapkan *play therapy* pada anak dengan thalasemia yang dilakukan transfusi, pelaksanaan kegiatan dilakukan pada

ruangan thalasemia RS Abdul Moeloek Bandar Lampung. Penerapan *Play therapy* dilakukan dengan berbagai jenis *play therapy* yaitu dengan bermain origami, puzzle, dan mewarnai. Penerapan dilakukan selama 8 minggu dan *play therapy* diberikan satu kali dalam 2 minggu.

Sasaran pengabdian masyarakat ini yaitu anak – anak penderita thalasemia yang menjalankan transfusi. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 10 April sampai 10 Juni 2023 di ruangan alamanda RSAM. Kegiatan dilakukan dengan mengidentifikasi kecemasan kemudian dilakukan *play therapy*. Langkah – langkah kegiatan pengabdian masyarakat dengan mengidentifikasi kecemasan pada anak, melakukan *play therapy* dan menilai kecemasan setelahnya. Selain pemberian *play therapy* sebelum kegiatan diberikan pendidikan kesehatan secara singkat mengenai kecemasan serta manfaat dan tata cara dari *play therapy*. Langkah – langkah kegiatan pengabdian masyarakat digambarkan dengan diagram sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pelaksanaan dengan tahapan persiapan, pelaksanaan kegiatan hingga evaluasi. Tahap persiapan dilakukan pada awal semester dan menentukan topik kegiatan pengabdian masyarakat. Perencanaan dilakukan dengan pembuatan proposal kegiatan, dan melakukan pembagian jobdesk. Perencanaan serta pembuatan proposal dilakukan sebelum kegiatan berlangsung. Pembentukan panitia serta proposal kegiatan dipersiapkan dan dilakukan seminar proposal terlebih dahulu. Pemberian bekal berupa terapi bermain juga dilakukan pada fasilitator yang membantu pengabdian dalam melaksanakan pengabdian masyarakat.

Pemantauan kecemasan pada anak dengan thalasemia dilakukan dengan mengobservasi tanda dan gejala ansietas yang ada pada SDKI, tanda dan gejalanya terdiri dari gejala mayor dan minor. Anak – anak dengan thalasemia saat dilakukan perawatan yaitu untuk mendapatkan transfusi, rata – rata kurang lebih selama 2 minggu sekali anak – anak dengan thalasemia menjalankan transfusi. Rumah sakit sudah menjadi rumah bagi anak – anak tersebut. Beberapa teori menyebutkan bahwa semakin beradaptasi dengan lingkungan maka kecemasan akan semakin berkurang atau tidak ada, namun pada anak – anak dengan thalasemia meskipun sering berada di Rumah Sakit namun terdapat kekhawatiran tersendiri pada diri anak – anak mengenai kondisi yang dialaminya.

Tanda dan gejala kecemasan menurut SDKI PPNI (2016) yang paling sering ditunjukkan dan dialami oleh anak – anak dengan thalasemia yaitu merasa khawatir dengan akibat dari kondisi yang dihadapi, merasa tidak berdaya dan jenuh dengan pengobatannya, mulai gelisah jika proses transfusi tidak lancar, beberapa bahkan masih ada yang selalu tampak gelisah saat

akan dilakukan prosedur pemasangan infus line saat transfusi, muka pucat dan tidak bersemangat.

Penilaian kecemasan disebutkan kondisi tersebut satu minggu sebelum masuk rumah sakit. Hasil dari evaluasi kecemasan dihitung dari jumlah tanda dan gejala kecemasan menurut SDKi sbegai berikut :

Tabel 1. Hasil Kecemasan Anak dengan Thalasemia

No Responden	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>
1	12	10
2	11	9
3	10	9
4	12	8
5	13	11
6	12	12
7	11	10
8	12	9
9	12	9
10	13	10
11	11	11
12	10	8
13	13	9
14	9	9
15	10	8
16	11	12
17	12	10
18	13	9
19	12	10
20	10	8
Rerata	11,45	9,55

Berdasarkan tabel 1 jumlah tanda dan gejala kecemasan yang dialami sebelum dan setelah dilakukan *play therapy* reratanya tidak jauh berbeda sebelum yaitu rerata 11, 45 poin dan setelah 9, 55 poin. Berdasarkan observasi dan wawancara dengan dilakukannya *play therapy* anak – anak mengatakan lebih senang dan waktu transfusi tidak terasa, mereka mengatakan bahwa ada kegiatan yang dilakukan bersama – sama itu menarik, dibandingkan sendiri dan tidak ada kegiatan transfusi terasa begitu lama.

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan terlebih dahulu kepada anak – anak dan didampingi oleh orang tua, pendidikan kesehatan terdiri dari pengertian kecemasan, tanda dan gejala kecemasan, pengertian terapi bermain atau *play therapy* serta manfaat dari *play therapy*. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan dilanjutkan dengan *play therapy*, *play therapy* dilakukan selama 8 minggu dan dilakukan 2 minggu sekali. Setelah dilakukan *play therapy* dilanjutkan dengan evaluasi berikutnya pada saat akan melakukan transfusi kembali. Tanda dan gejala kecemasan yang dialami oleh anak – anak tidak banyak mengalami perubahan, karena anak – anak dengan masalah kesehatan kronis akan tetap memiliki rasa cemas pada dirinya. Pada anak – anak dengan thalasemia saat melakukan transfusi mereka mengatakan bahwa banyak kekhawatiran meskipun sudah berulang kali dilakukan. Perubahan tanda dan gejala sebelum dan setelah dari 11, 45 menjadi 9, 55 turun jadi 2 poin walaupun tidak banyak penurunannya. Menurut penelitian terapi bermain efektif menurunkan kecemasan pada anak prasekolah (3-6 tahun) penderita thalassemia (Manulu et al, 2021). Penelitian lain menunjukkan bahwa permainan terapeutik menurunkan kecemasan pada anak yang mengalami sesi permainan di lingkungan rumah sakit. Setelah sesi bermain, anak merasa lebih aman karena mempelajari lingkungan (Marques et al, 2015; Li,W et al, 2016).



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 4. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pada anak dengan thalasemia menggunakan terapi bermain secara keseluruhan berjalan dengan lancar, kegiatan diikuti oleh kurang lebih 20 anak dengan thalasemia. Selama kegiatan anak senang dan antusias, pengabdian masyarakat dengan terapi bermain dilakukan untuk mengatasi masalah psikososial serta memberikan kenyamanan pada anak dengan thalasemia meskipun sering berkunjung ke rumah sakit. Dengan adanya terapi bermain yang bisa dilakukan dengan anak tanpa menggunakan energi yang besar dan dapat dilakukan saat anak menjalani transfusi, maka anak akan merasa lebih bersemangat dan sejenak mendsitraksi proses pengobatannya secara rutinitas.

Evaluasi pada kegiatan pengabdian masyarakat yaitu kegiatan dilakukan dalam waktu 2 minggu sekali, harapannya dapat dilakukan dengan secara menyeluruh setiap minggu dan

dapat diterapkan pada seluruh bangsa anak menyesuaikan dengan kebutuhan anak. Dengan adanya terapi bermain, anak – anak dengan penyakit kronis tetap optimal dalam menjalani pengobatan dan mampu mengatasi serta mencegah masalah psikososial yang dapat muncul pada anak – anak dengan penyakit kronis khususnya pada anak dengan thalasemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Adib.H, Ahmadi.M, Poormansouri.S. (2015). Health Related Quality of Life, Depression, Anxiety and Stress in Patients with Beta-Thalassemia. *Iran Journal Ped Hematol Oncol.* : 5(4) :193-205
- Alfiyanti D, Hartiti T, Samiasih A. (2012). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekotah Setama Tindakan Keperawatan Di Ruang Tukman Rumah Sakit Roemani Semarang. *FIKkeS.* ;1(1).
- Byrne B. (2010). Relationships between anxiety, fear, self-esteem, and coping strategies in adolescence. *Adolescence.*;35(137):201- 216.
- Kool, R.; Lawver, T. (2010). *Play therapy* considerations and applications for the practitioner. *Psychiatry* , 7,19–24
- Li,W.H.C.; Chung, J.O.K.; Ho, K.Y.; Kwok, B.M.C. (2016). Play interventions to reduce anxiety and negative emotions in hospitalized children. *BMC Pediatr.*
- Maia, E.B.S.; Ribeiro, C.A.; de Borba, R.I.H. (2011). Compreendendo a sensibilização do enfermeiro para o uso do brinquedo terapêutico na prática assistencial à criança. *Rev. Esc. Enferm*, 45, 839–846
- Marques, D.K.A.; da Silva, K.L.B.; de Cruz, D.S.; De Souza, I.V.B. Benefício da aplicação do brinquedo terapêutico:
- Organization WHO. (2021). *The World Health Report 2021: Mental health: new understanding, new hope:* World Health Organization
- Sansosti FJ, Powell-Smith KA. (2006). Using social stories to improve the social behavior of children with Asperger syndrome. *Journal of Positive Behavior Interventions*;8(1):43-57.
- Sari I. (2012). Peningkatan Nilai-Nilai Moral Anak Melalui Bercerita, permainan papan magnet di Raudhatul athfal baburrahman Padang pariaman. *JURNAL PESONA PAUD.* ;1(05).
- Seus, A.C.; Milbrath, V.M.; Freitag, V.L. (2018). Percepción del equipo de enfermería sobre el enfoque lúdico al niño hospitalizado. *Cult. Cuid*, 22, 12–24.
- Visão dos enfermeiros de umHospital Infantil. *Rev. Arq. Ciências Saúde* (2015) 22, 64–68.