

PENGARUH TERAPI DONGENG TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI RUANG IRNA III A RSUD KOTA MATARAM

Ageng Abdi Putra¹, Novi Enis Rosuliana², Nahdiatul Ahba³

^{1,2}Staf Pengajar Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mataram

³Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mataram

Email : agenk.putra@yahoo.com

ABSTRAK

Hospitalisasi merupakan sebuah pengalaman yang tidak menyenangkan dan dianggap mengancam sehingga menjadi pengalaman yang traumatik bagi setiap orang yang mengalaminya, bagi anak usia 3 sampai 6 tahun (prasekolah), cemas akibat perpisahan atau yang biasa disebut depresi analitik, merupakan stres utama pada bayi usia pertengahan sampai usia prasekolah. Bermain merupakan pekerjaan pada masa kanak-kanak. Ahli perkembangan anak mengakui bahwa bermain sebagai strategi koping yang penting bagi anak, salah satu yaitu dongeng, dongeng adalah seni bercerita menggunakan bahasa, vokalisasi, gerakan fisik dan isyarat tertentu untuk mengungkapkan unsur-unsur dari cerita ke pendengar.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan pendekatan *Pre Test-Post Test with control Design* dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang yang dimana 15 kelompok perlakuan dan 15 kelompok kontrol.

Hasil penelitian yang didapatkan saat *pre-test* rata-rata tingkat kecemasan responden berada pada kategori cemas berat (73%). Setelah diberikan terapi dongeng hasil saat *post-test* rata-rata tingkat kecemasan responden berada pada kategori sedang (67%), hasil uji hipotesis menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan hasil yaitu $p=0,000$ ($p<0,05$), hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, ada pengaruh terapi dongeng terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah di ruang Irna III A RSUD Kota Mataram.

Kata kunci : Anak prasekolah, Kecemasan, Terapi Dongeng

THE EFFECT OF STORY-TELLING THERAPY ON THE DECREASE OF ANXIETY OF PRE-SCHOOLING CHILDREN IN INPATIENTS ROOM III A OF DISTRICT HOSPITAL OF MATARAM

ABSTRACT

Hospitalization is an unpleasant experience considered threatening trauma for children between 3-6 years, anxiety for separation or what the so called analitic depression is a main depression for children in that age. Playing is the activity of children and an important coping for them such as storytelling which uses the art of language, vocal, and physical movement to express the story.

This research is a quasi-experimental strategy study with pre-test post- test approach with control. The samples were 30 respondets divided into two groups of treatment and control groups each of which consisted of 15 respondents.

The research showed that in pre-test, the average level of anxiety is strong anxiety (73%). After the treatment, it decreased into moderate anxiety (67%). The hypothesis test of wilcoxon test showed that $p=000$ ($p<0.05$) meaning that H_0 is rejected or there is the effect of story-telling on the decrease of anxiety of pre-schooling children in Inpatients Room III A of District Hospital of Mataram.

Keywords : Pre-schooling children, Anxiety, Storytelling therapy.

PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan sebuah pengalaman yang tidak menyenangkan dan dianggap mengancam sehingga menjadi pengalaman yang traumatik bagi setiap orang yang mengalaminya (Asmadi, 2008). Bagi anak usia 3 sampai 6 tahun (prasekolah), hospitalisasi merupakan stresor buruk yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak (Wong, 2009).

Hasil penelitian Purwandari (2010) di RSUD Margono Soekardjo Purwokerto menunjukkan 25% anak usia prasekolah yang dirawat mengalami cemas tingkat berat, 50% tingkat sedang dan 20% tingkat ringan. Cemas pada anak usia prasekolah sering disebabkan oleh perpisahan dengan orang tua, rasa takut dengan nyeri dan cedera tubuh, serta kehilangan aktivitasnya, misalnya bermain (Purwandari, 2010). Cemas akibat perpisahan atau yang biasa disebut depresi analitik, merupakan stres utama pada bayi usia pertengahan sampai usia prasekolah. Pada rentang usia tersebut kecemasan dimanifestasikan dalam tiga fase, yaitu fase protes, putus asa, dan pelepasan (Hockenberry & Wilson, 2009).

Bermain merupakan pekerjaan pada masa kanak-kanak. Ahli perkembangan anak mengakui bahwa bermain sebagai strategi koping yang penting bagi anak, hal tersebut merupakan aspek terpenting dalam kehidupan anak serta merupakan salah satu cara yang paling efektif menurunkan stres pada anak dan penting untuk menyejahterakan mental dan

emosional anak (Purwandari, 2010). Ada beberapa jenis terapi bermain salah satunya adalah terapi bermain teknik bercerita, metode bercerita atau mendongeng merupakan metode yang cukup efektif dalam menarik perhatian seseorang, mendongeng adalah seni bercerita menggunakan bahasa, vokalisasi, gerakan fisik dan isyarat tertentu untuk mengungkapkan unsur-unsur dari cerita ke pendengar. Kegiatan mendongeng dapat dilakukan dengan menggunakan alat bantu replika peralatan rumah sakit atau boneka tangan biasanya efektif untuk berkomunikasi dengan anak-anak, dan membantu mereka (Hockenberry & Wilson, 2009).

Sehingga hal ini dapat menjadi sebuah terapi, yaitu terapi mendongeng. Mendongeng dapat meningkatkan rasa percaya (trust), menjalin hubungan, dan menyampaikan pengetahuan. Ide terapi mendongeng bukanlah konsep baru. Mendongeng sudah digunakan pada proyek komunitas, promosi kesehatan dan pencegahan penyakit, koping terhadap kesedihan dan sebagainya (Parker & Wampler, 2010).

Terapi ini dapat diaplikasikan pada rentang toddler dan prasekolah, terapi membacakan dongeng dapat mempengaruhi kecemasan anak yang dihospitalisasi. Penelitian lain didapatkan penurunan skor kecemasan pada pasien anak-anak yang menunjukkan bahwa mendongeng merupakan kegiatan untuk menurunkan tingkat kecemasan dari anak-anak yang

sedang dirawat (Kanchan, Chandra, & Arti, 2015). Pada usia toddler dan prasekolah, mereka mulai tumbuh untuk bersosialisasi, keingintahuan yang tinggi, dan memiliki *self-control dan will power* (Sue, 2010). Namun *toddler* memiliki rentang perhatian yang pendek sehingga kemungkinan untuk menerima terapi mendongeng cukup rendah dibandingkan dengan prasekolah yang cenderung memiliki imajinasi yang tinggi (Andriana, 2011).

Data awal dari survei lapangan yang dilakukan di ruang Irna III A, sebanyak 212 anak dirawat pada bulan Maret, April dan Mei tahun 2018. Hampir semua anak yang menjalani perawatan di Rumah Sakit tersebut sering menangis, memanggil orang tuanya dan anak tidak aktif. Selain itu hasil survei yang dilakukan oleh calon peneliti kepada perawat yang bertugas di ruang Irna III A, perawat mengatakan bahwa bercerita atau mendongeng tidak pernah dilakukan di ruang Irna III A RSUD Kota Mataram.

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan “Pre Test-Post Test with control Design (rancangan pra-pasca tes dengan kelompok kontrol)” yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok *eksperimen*. Penelitian ini dilaksanakan tanggal 17 Juli sampai dengan tanggal 31 Juli 2018. Responden penelitian adalah semua anak prasekolah yang mengalami kecemasan di ruang Irna III A RSUD Kota Mataram berjumlah 15 anak kelompok perlakuan dan 15 anak kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner keceasan yakni PAS (Preschool Anxiety Scale).

Uji statistik menggunakan Uji *Wilcoxon* dengan menggunakan SPSS.

HASIL DAN BAHASAN

1. Identifikasi tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi dongeng.
Tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi dongeng terbesar pada kelompok perlakuan yaitu kategori berat 11 orang (73%), sedangkan pada kelompok kontrol yaitu dalam kategori berat 8 orang (53%).
2. Identifikasi tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi dongeng.
Tingkat kecemasan setelah diberikan terapi dongeng terbesar pada kelompok perlakuan yaitu sedang 10 orang (67%), sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan yaitu berat 9 orang (60%).
3. Pengaruh terapi dongeng terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah di ruang Irna III A RSUD Kota Mataram.
 - a. Hasil *post-test* terjadi penurunan tingkat kecemasan pada kelompok perlakuan terdapat ringan 2 orang (30%) sedang 10 orang (67%) dan berat 3 orang (30%).
 - b. Hasil *post-test* tingkat kecemasan pada kelompok kontrol dengan kategori berat yang tertinggi yaitu 9 orang (60%) yang dimana pada saat pre-test kategori berat berjumlah 8 orang (53%).
4. Hasil Analisis menggunakan Uji *Wilcoxon*.
Berdasarkan hasil uji *wilcoxon rank test* didapatkan $p=0,000$ ($p<0,05$), hal ini menunjukkan bahwa H_0 diterima, ada pengaruh terapi dongeng terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah di ruang Irna III A RSUD Kota Mataram.

Menurut Townsend (2009), kecemasan merupakan perasaan gelisah

yang tidak jelas, akan ketidaknyamanan atau ketakutan yang disertai respon otonom, sumbernya sering kali tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu, perasaan takut terhadap sesuatu karena mengantisipasi bahaya.

Pada anak yang sedang mengalami kecemasan, anak akan menunjukkan berbagai perilaku sebagai reaksi terhadap pengalaman hospitalisasi. Reaksi tersebut bersifat individual, dan sangat bergantung pada tahapan usia perkembangan anak, pengalaman sebelumnya terhadap sakit, sistem pendukung yang tersedia, dan kemampuan coping yang dimilikinya.

Untuk mengetahui tingkat kecemasan digunakan kuesioner dengan 34 item indikator, indikator yang paling sering muncul yakni nomor 11 dan 4. Indikator nomor 11 yakni apakah takut bertemu atau berbicara dengan orang yang tidak dikenal, dan indikator nomor 4 yakni tegang, gelisah atau mudah marah karena khawatir, menunjukkan bahwa ada faktor-faktor lain yang menjadi pengaruh terjadinya kecemasan yakni lingkungan rumah sakit, tindakan medis yang dilakukan pada anak, petugas kesehatan, alat-alat medis, obat-obatan, bangunan rumah sakit dan bau khas dari rumah sakit.

Berdasarkan hasil analisa data yaitu uji *wilcoxon signed rank test* dengan hasil yaitu $p=0,000$ ($p<0,05$), menunjukkan bahwa H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi dongeng terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah diruang Irna III A RSUD Kota Mataram. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chandra, (2015) bahwa mendongeng dapat menurunkan tingkat kecemasan anak yang dirawat. Sejalan dengan yang dipaparkan Somantri,(2016) bahwa terapi dongeng efektif untuk menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah saat tindakan keperawatan. Begitu juga yang

dipaparkan oleh Andriana, (2011) bahwa kegiatan bermain yang dapat diaplikasikan kepada usia prasekolah adalah kegiatan bermain yang bersifat asosiatif (interaktif dan kooperatif) ataupun paralel, salah satunya adalah mendongeng.

Pemberian terapi dongeng lebih efektif daripada ceramah motivasi dimana mendongeng dapat meningkatkan rasa percaya (trust) menjalin hubungan dan menyampaikan pengetahuan, ide terapi mendongeng bukanlah konsep baru, mendongeng sudah digunakan pada komunitas, promosi kesehatan dan pencegahan penyakit, coping terhadap kesedihan dan sebagainya (Parker & Wampler, 2010). Hasil-hasil studi cerita naratif menemukan bahwa anak-anak yang mengalami nyeri sakit tidak membutuhkan farmakoterapi untuk menurunkan nyerinya, rangsangan cerita naratif meningkatkan pelepasan endofrin dan ini menurunkan kebutuhan akan obat-obatan. Pelepasan tersebut memberikan pula suatu pengalihan perhatian dari rasa sakit dan dapat mengurangi kecemasan. Selain merupakan aktivitas pengalihan dari kecemasan, pada mendongengpun terjadi reframing yang merupakan teknik lain untuk menurunkan kecemasan, teknik reframing mengajarkan klien untuk mengontrol pikiran negative mereka dengan cara mengubah pandangan mereka kearah yang positif.

Pemberian terapi dongeng pada anak usia prasekolah dapat menyebabkan perubahan tingkat kecemasan pada kelompok perlakuan yang semulanya kategori berat menjadi yang terbanyak tetapi setelah diberikannya terapi dongeng kategori sedang yang terbanyak. Sejalan dengan yang dipaparkan oleh Alfianty, (2009) yakni terapi bermain dalam bentuk terapi dongeng dapat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Somantri (2016), yang menyatakan bahwa terapi dongeng lebih efektif diberikan kepada anak usia prasekolah.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan :

1. Sebelum diberikan terapi dongeng tingkat kecemasan kelompok perlakuan yaitu, sedang 4 orang (27%) berat 11 orang (73%), sedangkan kelompok kontrol yaitu, sedang 7 orang (47%) dan berat 8 orang (53%).
2. Sesudah diberikan terapi dongeng untuk kelompok perlakuan tingkat kecemasan responden yaitu, ringan 2 orang (13%) sedang 10 orang (67%) dan berat 3 orang (3%).
4. Hasil Analisis menggunakan uji wilcoxon dengan hasil yaitu $p=0,000$ ($p<0,05$), hal ini menunjukkan bahwa H_0 diterima, ada pengaruh terapi dongeng terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah diruang Irna III A RSUD Kota Mataram.

Saran :

Penelitian selanjutnya hendaknya meneliti pengaruh terapi dongeng terhadap kemampuan interaksi dan kegelisahan pada anak usia prasekolah dengan populasi dan sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyanti, D., Hartiti, T., & Samiasih, A. (2007). Pengaruh terapi bermain Terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama tindakan keperawatan di Ruang Lukman Rumah Sakit Roemani Semarang. *Jurnal Keperawatan*
- Andriana, D. (2011). Tumbuh kembang & terapi bermain pada anak. Jakarta: Salemba Medika.
- Asmadi. (2008). Konsep Dasar Keperawatan, Jakarta : EGC
- Hockenberry, M.J & Wilson, D. (2009). *Essential Of Pediatric Nursing*. St. Louis Missouri : Mosby.
- Kanchan, L., Chandra, S. M., & Aarti, S. (2015, Oktober). A Randomized Clinical Trial to Evaluate the Effectiveness of Storytelling by Researcher on the Hospitalization Anxiety of Children Admitted in Pediatric Ward of Selected Hospitals of District Patiala, Punjab. *International Journal of Science and Research (IJSR)*
- Parker, T.S., & Wampler, K.S. (2010). Changing emotion: The use of therapeutic storytelling. *Journal of Marital and Family Therapy*
- Purwandari, H.M. (2010). Terapi Bermain Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Perpisahan Pada Anak Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi. *Rekam Medik RSUD Kota Mataram* (2017).
- Somantri, I. (2016). Efektifitas Terapi Mendongeng terhadap Kecemasan Anak Usia Toddler dan Prasekolah Saat Tindakan Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Padjajaran*, 4(3).
- Sue, D.C. (2010). *Fundamentals of nursing: Standards & practice*, (2nd Ed.). New York: Delmar.
- Townsend, M. C, 2009, *Psychiatric Mental Health Nursing : Concepts of*

- Care in Evidence-Based Practice (6th ed.), Philadelphia : F.A. Davis
- Wong. (2009). Buku Ajar Keperawatan Pediatrik, Edisi 6, Volume 1 & 2. Jakarta : EGC.
- Kanchan, L., Chandra, S. M., & Aarti, S. (2015, Oktober). A Randomized Clinical Trial to Evaluate the Effectiveness of Storytelling by Researcher on the Hospitalization Anxiety of Children Admitted in Pediatric Ward of Selected Hospitals of District Patiala, Punjab. *International Journal of Scien*