

Penerapan Terapi Bermain Lego Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Saat Hospitalisasi di Ruang Anggrek RSUD Gemolong

Dinar Puspita Pratama Nuri¹, Dyah Rahmawatie Ratna Budi Utami², Fitria Purnamawati³

¹Universitas 'Aisyiyah Surakarta, ²RSUD dr. Soeratno Gemolong
e-mail: dinarpuspitapratama@gmail.com

Abstrak

Hospitalisasi pada anak usia prasekolah merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan kecemasan akibat lingkungan rumah sakit yang baru, tindakan medis yang dilakukan, keterbatasan aktivitas, serta perpisahan sementara dengan keluarga. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat memengaruhi kenyamanan anak, proses adaptasi selama perawatan, serta proses penyembuhan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengurangi kecemasan pada anak selama hospitalisasi adalah terapi bermain lego. Aktivitas bermain lego dapat menjadi media distraksi yang membantu anak mengekspresikan perasaan, meningkatkan rasa nyaman, serta mengalihkan perhatian dari stresor selama perawatan. Tujuan penerapan ini adalah untuk menggambarkan penerapan terapi bermain lego dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah selama hospitalisasi di Ruang Anggrek RSUD dr. Soeratno Gemolong. Metode yang digunakan dalam karya tulis ilmiah ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam penerapan ini berjumlah 2 anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan menggunakan kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS) sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain lego selama 10–15 menit. Data hasil penerapan disajikan dalam bentuk narasi dan tabel. Hasil penerapan menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi bermain lego, kedua responden mengalami kecemasan tingkat sedang. Setelah dilakukan terapi bermain lego, tingkat kecemasan kedua responden mengalami penurunan menjadi tingkat kecemasan ringan. Hasil tersebut menunjukkan adanya perubahan tingkat kecemasan setelah pemberian terapi bermain lego. Penerapan terapi bermain lego dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi kecemasan pada anak usia prasekolah selama menjalani hospitalisasi.

Kata kunci: *Anak prasekolah, Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi bermain lego*

Abstract

Hospitalization in preschool-aged children is an experience that may cause anxiety due to unfamiliar hospital environments, medical procedures, activity limitations, and temporary separation from family. Unmanaged anxiety can affect children's comfort, adaptation during hospitalization, and the recovery process. One non-pharmacological intervention that can be used to help reduce anxiety in hospitalized children is lego play therapy. Lego play activities can serve as a distraction method that helps children express their feelings, increase comfort, and divert attention from stressors during treatment. This application aims to describe the implementation of lego play therapy in reducing anxiety levels among preschool-aged children during hospitalization in the Anggrek Ward of RSUD dr. Soeratto Gemolong. This scientific paper used a descriptive method with a case study approach. The subjects involved were two preschool-aged children experiencing hospitalization. Anxiety levels were measured using the Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS) questionnaire before and after the implementation of lego play therapy for 10–15 minutes. The data obtained were presented in narrative and tabular forms. The results showed that before receiving lego play therapy, both respondents experienced moderate anxiety levels. After the implementation of lego play therapy, the anxiety levels of both respondents decreased to mild anxiety levels. These findings indicate changes in anxiety levels following the application of lego play therapy during hospitalization. Lego play therapy can be considered as one of the complementary non-pharmacological nursing interventions to help reduce anxiety among preschool-aged children undergoing hospitalization.

Keywords:*Anxiety, Hospitalization, Lego play therapy, Preschool children*

LATAR BELAKANG

Pasien anak yang dirawat dan mengalami stress selama hospitalisasi menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2018 sebesar 3%-10% pasien. Sekitar 3%-7% dari anak usia sekolah yang di rawat di Jerman juga mengalami hal yang serupa 5%-10% anak yang di hospitalisasi di Kanada dan selandia baru juga mengalami tanda stress selama hospitalisasi (Aliyah & Rusmariana, 2021). Prevalensi jumlah anak pra sekolah di Indonesia mencapai 9.603.173 anak, sedangkan di Kepulauan Riau berjumlah 87.417 anak. Berdasarkan survei kesehatan nasional (SUSENAS) pada tahun 2010, menyatakan jumlah anak usia pra sekolah sebesar 72% dari jumlah penduduk Indonesia, dan diperkirakan 35 per 100 anak mengalami hospitalisasi dan 45% diantaranya mengalami kecemasan (Faidah & Marchelina, 2022).

Anak prasekolah merupakan periode kanak-kanak awal antara usia 3-5 tahun. Pada usia ini anak mampu melakukan berbagai gerakan seperti berlari, melempar, berhitung. Sistem *musculoskeletal* masih belum matang sepenuhnya membuat anak prasekolah rentan terhadap cedera, terutama dengan pengerahan tenaga yang berlebihan atau aktivitas yang berlebihan. Anak prasekolah menangis dengan tidak tenang, menolak untuk makan atau meminum obat, atau secara umum tidak kooperatif. Selain itu, anak prasekolah yang dihospitalisasikan kehilangan control terhadap lingkungan dan reaksi sekitar (Halimah *et al.*, 2024). Anak prasekolah merupakan

periode kanak-kanak awal antara usia 3-5 tahun. Pada usia ini anak mampu melakukan berbagai gerakan seperti berlari, melempar, berhitung. Sistem *musculoskeletal* masih belum matang sepenuhnya membuat anak prasekolah rentan terhadap cedera, terutama dengan pengerahan tenaga yang berlebihan atau aktivitas yang berlebihan. Anak prasekolah menangis dengan tidak tenang, menolak untuk makan atau meminum obat, atau secara umum tidak kooperatif. Selain itu, anak prasekolah yang dihospitalisasikan kehilangan control terhadap lingkungan dan reaksi sekitar (Kurnia & Yanti, 2020).

Angka hospitalisasi yang tinggi dapat menimbulkan dampak pada anak salah satunya perubahan perilaku seperti takut, stress, cemas karena perpisahan dan gangguan tidur terutama pada anak yang berusia kurang dari 7 tahun. Biasanya anak bereaksi terhadap stress dan kecemasan saat sebelum, selama dan setelah hospitalisasi. Untuk mengatasi dampak hospitalisasi dapat dilakukan dengan cara mencegah atau mengurangi perpisahan, mencegah perasaan kehilangan dan mengurangi rasa takut saat bersama perawat maupun dokter (Yuniati, 2023).

Hospitalisasi pada anak merupakan suatu proses karena suatu alasan yang direncanakan atau darurat dan mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai anak dapat dipulangkan kembali ke rumah. Selama proses tersebut, anak dapat mengalami berbagai kejadian berupa pengalaman yang sangat traumatic dan penuh dengan stress (Sriyana et al., 2021).

Kecemasan merupakan perasaan yang sering dialami pasien anak usia pra sekolah mengalami hospitalisasi di rumah sakit. Biasanya kecemasan yang sering dialami anak-anak seperti menangis, dan takut pada orang baru. Banyak faktor pendukung yang dialami oleh anak ketika menjalani hospitalisasi di rumah sakit menimbulkan dampak negatif yang mengganggu perkembangan anak tersebut. Salah satu penyebab stress dan kecemasan pada anak yaitu berada di lingkungan rumah sakit (Eli, 2023). Kecemasan pada anak dapat berdampak signifikan terhadap aspek fisik, emosional, sosial, dan perkembangan anak. Secara emosional, anak yang mengalami kecemasan cenderung menunjukkan rasa takut berlebihan, mudah menangis, gelisah, serta sulit mengontrol emosi. Anak juga dapat menjadi lebih sensitif, mudah tersinggung, dan mengalami penurunan rasa percaya diri (Aliyah, 2021).

Dari aspek perilaku, kecemasan dapat menyebabkan anak menarik diri dari lingkungan sosial, enggan berinteraksi dengan teman sebaya, serta menolak berpartisipasi dalam aktivitas sekolah atau bermain. Pada beberapa anak, kecemasan dapat muncul dalam bentuk perilaku regresif, seperti mengompol kembali, ketergantungan berlebih pada orang tua, atau ketakutan berpisah (*separation anxiety*) (Butarbutar, 2024). Dampak kecemasan juga terlihat secara fisik, ditandai dengan keluhan psikosomatis seperti sakit perut, sakit kepala, mual, gangguan tidur, nafsu makan menurun, serta kelelahan. Apabila kecemasan berlangsung dalam jangka waktu lama dan tidak ditangani, kondisi ini dapat mengganggu tumbuh kembang anak secara menyeluruh dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental di kemudian hari (Faidah, 2022).

Tindakan untuk menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah yaitu dengan cara terapi bermain dan kerja sama dengan orang tua yang baik, sehingga dapat

meminimalkan atau penurunan stress pada anak yang dirawat dirumah sakit. Penerapan terapi bermain disesuaikan dengan usia dan tingkat perkembangan anak. Pada anak usia prasekolah, misalnya, bermain peran seperti dokter-dokteran atau lego dapat membantu anak memahami prosedur medis yang akan dijalani, sehingga mengurangi rasa takut terhadap alat maupun petugas kesehatan. Pada anak usia sekolah, kegiatan seperti menggambar, mewarnai, atau bermain puzzle dapat digunakan untuk membantu anak menyalurkan emosi dan meningkatkan kemampuan coping. Sementara itu, pada bayi dan toddler, penggunaan mainan berwarna, berbunyi, serta interaksi sederhana dapat memberikan stimulasi sensorik dan rasa aman (Kurnia & Yanti, 2020).

Salah satu terapi bermain yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan pada anak akibat hospitalisasi adalah bermain lego (Pujiati, 2021). Terapi bermain lego merupakan salah satu jenis terapi bermain yang menggunakan alat permainan yang dapat disusun serta dibongkar pasang yang memiliki berbagai bentuk seperti persegi, persegi panjang, dan memiliki gerigi. Lego termasuk permainan konstruktif atau bangun membangun untuk meningkatkan kecerdasan serta kreativitas pada anak (Halimah *et al.*, 2024). Tujuan dari terapi bermain lego yaitu untuk mengalihkan konsentrasi anak yang sebelumnya terfokus pada rasa kecemasan dan rasa takut akibat sakit yang anak rasakan, kemudian konsentrasi pada anak akan dapat beralih ke permainan lego karena ingin menyelesaikan permainan pada susunan lego tersebut. Untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah perlu suatu media yang dapat mengungkapkan rasa cemas salah satunya dengan terapi bermain lego (Kurnia & Yanti, 2020).

Terapi bermain lego memiliki berbagai kelebihan dalam membantu menurunkan kecemasan pada anak. Aktivitas menyusun lego memberikan rasa aman dan menyenangkan sehingga anak dapat mengekspresikan emosi tanpa tekanan. Melalui bermain, anak tidak merasa sedang diterapi, sehingga lebih kooperatif dan terbuka dalam mengungkapkan perasaan takut atau cemas yang dialaminya (Alawiyah, 2022).

Kelebihan terapi bermain lego juga terletak pada kemampuannya meningkatkan konsentrasi dan mengalihkan perhatian anak dari sumber kecemasan. Kegiatan menyusun balok secara bertahap membantu anak fokus pada tugas sederhana, yang secara tidak langsung menurunkan ketegangan dan rasa gelisah. Selain itu, keberhasilan menyelesaikan susunan lego dapat meningkatkan rasa percaya diri dan memberikan pengalaman positif bagi anak (Assa'adah, 2025).

Jika kecemasan pada anak usia prasekolah yang dirawat di rumah sakit tidak segera ditangani, efeknya bisa lebih dari sekadar menangis atau takut sementara kondisi tersebut berpotensi mengganggu kesehatan dan perkembangan anak secara keseluruhan. Banyak penelitian menunjukkan bahwa hospitalisasi merupakan stresor psikologis bagi anak karena perpisahan dari orang tua, lingkungan baru yang asing, ketidakpastian prosedur medis, serta rasa takut terhadap nyeri atau pemeriksaan, yang semuanya dapat meningkatkan tingkat kecemasan secara signifikan pada anak prasekolah. Akibatnya, kecemasan yang tidak diatasi dapat menyebabkan gangguan emosi seperti rasa takut berkepanjangan, impulsif, atau menarik diri, serta perilaku tidak kooperatif selama perawatan sehingga proses penyembuhan menjadi lebih lama dan pengobatan kurang efektif Baskara,A.S & Zulaikha, F. 2021.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 Januari 2026 didapatkan data yang diperoleh dari hasil wawancara perawat di ruang Anggrek dalam bulan Desember 2025 penyakit yang paling banyak yaitu DHF sebanyak 35 pasien. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu keluarga pasien yang dirawat di ruang Anggrek bahwa keluarga pasien mengatakan belum pernah pasien melakukan terapi bermain lego untuk menurunkan tingkat kecemasan saat hospitalisasi di ruang Anggrek dr. Soeratno RSUD Gemolong.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penerapan tentang “Penerapan Terapi Bermain Lego Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Saat Hospitalisasi Di ruang Anggrek RSUD dr. Soeratno Gemolong”.

METODE

Metode Metode yang digunakan dalam penerapan ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Metode deskriptif digunakan untuk menggambarkan secara sistematis mengenai penerapan terapi bermain lego dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi. Penerapan dilakukan pada dua responden dengan menggunakan pengukuran sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) pemberian intervensi untuk mengetahui perkembangan tingkat kecemasan anak selama proses perawatan.

Pelaksanaan penerapan terapi bermain lego dilakukan melalui tahapan proses keperawatan yang meliputi pengkajian kondisi anak, identifikasi masalah keperawatan, penyusunan rencana tindakan, pelaksanaan terapi bermain lego, serta evaluasi hasil penerapan. Tingkat kecemasan anak diukur sebelum dan setelah diberikan terapi bermain lego menggunakan instrumen yang telah ditentukan. Hasil pengukuran kemudian dibandingkan secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan tingkat kecemasan anak akibat hospitalisasi.

Pada penerapan ini tidak dilakukan analisis statistik karena tujuan penelitian adalah menggambarkan hasil penerapan terapi bermain lego pada dua responden anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan selama menjalani hospitalisasi di Ruang Anggrek RSUD dr. Soeratno Gemolong.

Subjek dalam penerapan terapi bermain lego ini adalah dua anak usia prasekolah yang menjalani perawatan di Ruang Anggrek RSUD dr. Soeratno Gemolong. Responden terdiri dari anak laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 3–6 tahun yang telah menjalani perawatan minimal selama dua hari di rumah sakit. Pemilihan subjek dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan agar sesuai dengan tujuan penerapan terapi bermain lego dalam membantu menurunkan kecemasan akibat hospitalisasi.

Kriteria inklusi dalam penerapan ini meliputi anak usia 3–6 tahun, anak dengan jenis kelamin laki-laki maupun perempuan, serta orang tua atau keluarga yang bersedia

memberikan izin kepada anak untuk menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan (informed consent).

Kriteria eksklusi dalam penerapan ini meliputi anak yang telah mendapatkan terapi bermain selama menjalani perawatan di rumah sakit, anak yang menjalani perawatan lebih dari lima hari, anak yang berada di luar rentang usia 3–6 tahun, serta anak yang tidak kooperatif sehingga tidak mampu mengikuti proses terapi bermain lego.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di RSUD dr. Soeratno Gemolong, yang merupakan rumah sakit umum daerah milik Pemerintah Kabupaten Sragen. Rumah sakit ini berlokasi di Kecamatan Gemolong, Kabupaten Sragen, Provinsi Jawa Tengah, dan termasuk dalam kategori rumah sakit tipe C yang memberikan pelayanan kesehatan tingkat lanjutan bagi masyarakat.

Secara geografis, RSUD dr. Soeratno Gemolong terletak pada koordinat sekitar - 7,3986 Lintang Selatan dan 110,8285 Bujur Timur. Lokasi rumah sakit berada pada jalur strategis penghubung antar wilayah, khususnya antara Surakarta dan Purwodadi, sehingga memiliki aksesibilitas yang cukup baik dan mudah dijangkau oleh masyarakat, baik menggunakan kendaraan pribadi maupun transportasi umum. Lingkungan sekitar rumah sakit didominasi oleh kawasan permukiman penduduk dengan kepadatan sedang, serta didukung oleh keberadaan fasilitas umum seperti pasar, terminal, dan pusat pelayanan masyarakat lainnya.

Sebagai fasilitas kesehatan rujukan, RSUD dr. Soeratno Gemolong memiliki peran penting dalam memberikan pelayanan kesehatan, baik rawat jalan, rawat inap, maupun pelayanan gawat darurat. Rumah sakit ini juga menjadi tempat rujukan dari puskesmas dan klinik di wilayah Gemolong dan sekitarnya. Dengan lokasi yang mudah diakses dan lingkungan yang mendukung, RSUD dr. Soeratno Gemolong dinilai representatif sebagai tempat pelaksanaan penelitian di bidang kesehatan. Berdasarkan hasil penerapan pengukuran tingkat kecemasan pada kedua responden sebelum dilakukan terapi bermain lego sebagai berikut:

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Pada kedua responden sebelum dilakukan penerapan terapi bermain lego

No	Responden	Tanggal	Waktu	Tingkat Kecemasan	Kategori
1.	An. A	20/02/2026	09.00	50	Kecemasan Sedang
2.	An. C	20/02/2026	09.00	52	Kecemasan Sedang

Berdasarkan tabel 4.1 bahwa sebelum dilakukan kedua responden berada dalam kategori kecemasan sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa kedua responden mengalami kecemasan sedang saat menjalani hospitalisasi sebelum diberikan terapi

bermain lego. Berdasarkan hasil penerapan pengukuran tingkat kecemasan pada kedua responden setelah dilakukan terapi bermain lego sebagai berikut:

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Pada kedua responden setelah dilakukan penerapan terapi bermain lego

No	Responden	Tanggal	Waktu	Tingkat Kecemasan	Kategori
1.	An. A	21/02/2026	10.00	46	Kecemasan Ringan
2.	An. C	21/02/2026	10.00	47	Kecemasan Ringan

Berdasarkan tabel 2. Setelah dilakukan penerapan terapi bermain lego, tingkat kecemasan kedua responden mengalami penurunan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain lego dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah selama hospitalisasi. Berdasarkan hasil perbandingan kedua responden sebelum dan setelah dilakukan terapi bermain lego sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Perbandingan kedua responden sebelum dan setelah dilakukan penerapan terapi bermain lego

Nama		Tingkat kecemasan			
		Sebelum 20/02/2026 09.00			Setelah 21/02/2026 10.00
		Hasil	Tingkat Kecemasan	Hasil	Tingkat kecemasan
An. A	50	Sedang	46	Ringan	4
An. C	52	Sedang	47	Ringan	5

Berdasarkan tabel 4.3 hasil perbandingan sebelum dan setelah dilakukan terapi bermain lego, terdapat penurunan tingkat kecemasan pada kedua responden, kecemasan sedang menjadi ringan. dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi bermain lego efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah saat hospitalisasi.

Hasil pengukuran kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain lego

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan terapi bermain lego, kedua responden mengalami kecemasan sedang. An. A memperoleh skor kecemasan 50 dan An. C memperoleh skor 52. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anak mengalami rasa takut, gelisah, sulit beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit, serta

masih merasa asing terhadap tindakan dan petugas kesehatan. Pada anak usia prasekolah, hospitalisasi sering menimbulkan kecemasan karena anak belum mampu memahami alasan dirinya dirawat dan masih memiliki kemampuan coping yang terbatas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yuniati (2023) yang menyatakan bahwa anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi sebagian besar mengalami kecemasan sedang akibat lingkungan rumah sakit yang asing, tindakan medis, serta perpisahan dengan keluarga. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Kurnia dan Yanti (2021) yang menyebutkan bahwa anak usia prasekolah cenderung mengalami kecemasan sedang karena belum mampu mengontrol rasa takut dan stres selama proses perawatan di rumah sakit.

Kedua responden berada pada kategori kecemasan sedang karena anak masih dapat berinteraksi dan merespon lingkungan sekitar, namun menunjukkan tanda-tanda gelisah, takut terhadap tindakan keperawatan, dan lebih fokus pada rasa tidak nyaman akibat sakit yang dialami. Selain itu, pengalaman pertama dirawat di rumah sakit juga memengaruhi tingkat kecemasan anak. Anak yang belum pernah menjalani hospitalisasi cenderung lebih takut karena belum mengenal lingkungan rumah sakit, suara alat medis, petugas kesehatan, maupun prosedur tindakan yang dilakukan. Pengalaman pertama hospitalisasi membuat anak merasa kehilangan rasa aman dan kontrol terhadap dirinya sehingga memicu kecemasan sedang.

Hari perawatan juga dapat memengaruhi tingkat kecemasan anak. Pada penelitian ini, responden merupakan anak yang dirawat minimal hari ke-2. Pada awal masa perawatan, anak biasanya masih dalam tahap adaptasi terhadap lingkungan rumah sakit sehingga rasa takut dan cemas masih cukup tinggi. Anak belum terbiasa dengan jadwal tindakan medis, suasana ruangan, maupun keterbatasan aktivitas selama dirawat. Semakin lama anak dapat beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit, kecemasan biasanya mulai berkurang, terutama apabila anak mendapatkan dukungan keluarga dan terapi bermain yang sesuai.

Kondisi penyakit yang dialami anak juga berpengaruh terhadap tingkat kecemasan. Anak yang mengalami penyakit dengan keluhan seperti demam, nyeri, lemas, pemasangan infus, maupun tindakan medis lainnya akan lebih mudah merasa takut dan tidak nyaman. Rasa sakit yang dialami anak menyebabkan anak menjadi lebih sensitif, mudah menangis, dan menolak tindakan keperawatan. Hal tersebut sesuai dengan teori hospitalisasi yang menyatakan bahwa kondisi fisik yang tidak nyaman dapat meningkatkan stres dan kecemasan pada anak usia prasekolah.

Setelah dilakukan terapi bermain lego, tingkat kecemasan kedua responden mengalami penurunan menjadi kecemasan ringan. An. A mengalami penurunan skor dari 50 menjadi 46, sedangkan An. C mengalami penurunan dari 52 menjadi 47. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain lego membantu anak merasa lebih rileks, nyaman, dan mampu mengalihkan perhatian dari rasa takut terhadap hospitalisasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Eli (2023) yang menyatakan bahwa terapi bermain lego efektif menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama hospitalisasi. Bermain lego dapat menjadi distraksi positif karena anak lebih fokus menyusun permainan sehingga perhatian terhadap rasa takut, nyeri, dan lingkungan

rumah sakit menjadi berkurang. Selain itu, bermain lego juga memberikan rasa senang, meningkatkan kreativitas, serta membantu anak mengekspresikan emosinya selama menjalani perawatan.

Terapi bermain lego dapat membantu anak merasa lebih aman karena dilakukan dalam suasana menyenangkan dan melibatkan dukungan orang tua. Anak menjadi lebih kooperatif terhadap tindakan keperawatan serta lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit. Dengan demikian, terapi bermain lego dapat dijadikan salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah saat hospitalisasi.

Hasil pengukuran kecemasan setelah dilakukan terapi bermain lego

Hasil pengukuran tingkat kecemasan pada kedua responden setelah dilakukan terapi bermain lego dalam tingkat kecemasan yaitu ringan. Pada tingkat kecemasan An. A dengan hasil 46 sedangkan tingkat kecemasan An. C dengan hasil 47. Kecemasan tingkat ini berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini dapat menyebabkan individu menjadi waspada, meningkatkan lapang persepsi, dan dapat memotivasi belajar dan menumbuhkan kreativitas.

Berdasarkan penelitian Kurnia & Yanti, (2021) pemilihan terapi bermain lego sebagai salah satu permainan edukatif karena dapat berperan dalam kecerdasan dan motorik halus anak usia prasekolah melalui permainan konstruktif. Lego merupakan sejenis alat permainan bongkar pasang terbuat dari plastik yang dapat disusun menjadi bangunan atau bentuk lainnya. Lego termasuk permainan konstruktif atau bangun membangun yang meningkatkan kecerdasan dan kreativitas anak (Tesaningrum, 2021).

Selain itu dalam penelitian Sundari et al., (2023) manfaat bermain lego dapat meningkatkan daya ingat dan perasaan serta emosi anak, bermain lego juga dapat membantu perawat dalam melaksanakan prosedur infus dan pemberian obat, dan dapat memberikan kemudahan perawat dalam mendistraksi agar anak kooperatif pada pelaksanaan terapi.

Hasil Perbandingan kedua responden sebelum dan setelah dilakukan terapi bermain lego

Hasil perbandingan bahwa tingkat kecemasan An. A menjadi kecemasan ringan dengan selisih 4 sebelum dan setelah dilakukan terapi bermain lego, sedangkan An. C tingkat kecemasan juga menjadi kecemasan ringan dengan selisih 5 sebelum dan setelah dilakukan terapi bermain lego. Hal ini sejalan dengan penelitian Yuniati, (2023) menyatakan ada pengaruh terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah saat hospitalisasi di ruang rawat anak RSUD pambalah batung amuntai.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Eli, (2023) bahwa ada pengaruh antara tingkat kecemasan sebelum dan setelah dilakukan terapi bermain lego. Terapi bermain lego yang dilakukan di rumah sakit dapat memberikan manfaat berupa pengalihan dan rileksi, membantu mengurangi stress, merasa lebih aman dilingkungan yang asing, sebagai alat untuk mencapai tujuan terapeutik dan sebagai alat mengekspresikan ide serta dan minat (Aryani & Zaly, 2021).

Kecocokan serta kesesuaian alat dan jeis permainan terhadap tumbuh kembang anak menentukan keberhasilan dalam menurunkan tingkat kecemasan anak, apabila anak dengan permainan tersebut maka akan menimbulkan rasa senang selama dirawat dirumah sakit. Sehingga rasa senang tersebut mendistrasikan anak dari rasa takut, tegang, nyeri, dan sedih. Terapi bermain juga dapat membantu dalam meningkatkan perasaan menyenangkan dan menyebabkan kedua hormone endorphin yang dapat menekankan kecemasan pada anak sehingga mempengaruhi suasana hati (Hani, 2021).

SIMPULAN

Penerapan terapi bermain lego menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah selama hospitalisasi. Sebelum intervensi, An. A dan An. C mengalami kecemasan sedang dengan skor masing-masing 50 dan 52. Setelah diberikan terapi bermain lego, kecemasan menurun menjadi ringan dengan skor 46 dan 47. Terapi bermain lego dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kenyamanan anak selama hospitalisasi. Bagi perawat, terapi ini disarankan sebagai alternatif intervensi sederhana dan menyenangkan, sedangkan bagi rumah sakit diharapkan dapat mendukung penyediaan media bermain anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyah, S. (2021). Dampak kecemasan pada anak selama hospitalisasi.
- Aliyah, S., & Rusmariana, A. (2021). Pengaruh hospitalisasi terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah. *Jurnal Keperawatan Anak*, 9(2), 45–52.
- Alawiyah, N. (2022). Terapi bermain lego dalam menurunkan kecemasan anak hospitalisasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 5(1), 33–40.
- Aryani, D., & Zaly, N. (2021). Efektivitas terapi bermain pada anak hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Klinik*, 7(2), 55–61.
- Assa'adah, F. (2025). Manfaat terapi bermain lego terhadap perkembangan emosional anak. *Jurnal Keperawatan Modern*, 4(1), 10–18.
- Baskara, A. S., & Zulaikha, F. (2021). Dampak hospitalisasi terhadap kecemasan anak usia prasekolah. *Jurnal Kesehatan Anak*, 8(2), 66–73.
- Butarbutar, M. (2024). Dampak kecemasan hospitalisasi pada perkembangan anak. *Jurnal Psikologi Anak Indonesia*, 6(1), 14–22.
- Eli, R. (2023). Pengaruh terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan anak hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Pediatrik*, 11(2), 80–87.
- Faidah, N. (2022). Dampak kecemasan pada anak usia prasekolah selama hospitalisasi.
- Faidah, N., & Marchelina, D. (2022). Tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama hospitalisasi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(3), 112–118.
- Halimah, N., dkk. (2024). Hospitalisasi dan terapi bermain pada anak usia prasekolah. *Jurnal Keperawatan Anak Indonesia*, 12(1), 50–60.

- Hani, S. (2021). Lego sebagai media terapi bermain anak hospitalisasi. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 25–31.
- Kurnia, R., & Yanti, D. (2020). *Keperawatan anak dan terapi bermain*. Yogyakarta: Deepublish.
- Pujiati, E. (2021). Pengaruh terapi bermain terhadap kecemasan anak prasekolah. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 8(3), 101–109.
- Sriyannah, N., dkk. (2021). Konsep hospitalisasi dan terapi bermain anak. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 13(1), 44–52.
- Sundari, L., dkk. (2023). Manfaat terapi bermain lego pada anak usia prasekolah. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 10(1), 70–78.
- Tesaningrum, P. (2020). Permainan konstruktif lego untuk perkembangan anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 36–42.
- WHO. (2018). *Child hospitalization and anxiety management*. Geneva: World Health Organization.
- Yuniati, S. (2023). Pengaruh terapi bermain lego terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah saat hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Anak dan Remaja*, 9(2), 88–96.