

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM) UPAYA PENCEGAHAN HOSPITALISASI PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DENGAN TERAPI BERMAIN PUZZLE DI BANGSAL CEMPAKA 1 RSUD KARTINI KARANGANYAR

Thalianissa Ayu Faradilla Citasami¹, Laila Nur Azizah², Sinta Ayu Rahmadita³,
Ranu Panei Putri Kusuma⁴, Putri Intan Permatasari⁵, Endang Anggorowati⁶, Rahmawati⁷,
Noviana Berlianti⁸, Dyah Rahmawatie⁹, Pratiwi Ari Hendrawati¹⁰

thaliandsf2@gmail.com¹, lailaazizah679@gmail.com², sinta.ayurahma666@gmail.com³,
ranupanei01@gmail.com⁴, pintanp284@gmail.com⁵, endanganggorowati9@gmail.com⁶,
rahmawati.sragen20@gmail.com⁷, novianaberlianti23@gmail.com⁸,
dyahrahmawatie@aiska-university.ac.id⁹, pratiwiah@gmail.com¹⁰

Universitas 'Aisyiyah Surakarta^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}, Universitas Muhammadiyah Surakarta¹⁰

ABSTRAK

Latar belakang; Hospitalisasi pada anak usia prasekolah dapat menimbulkan stres, kecemasan, dan gangguan psikososial yang berpotensi mempengaruhi perkembangan fisik, kognitif, bahasa, dan sosial mereka. Anak-anak rentan mengalami kecemasan saat berada di lingkungan rumah sakit dan menjalani prosedur medis, yang dapat memperlambat proses pemulihan dan menimbulkan dampak negatif jangka panjang. Tujuan; Terapi ini bertujuan mengurangi kecemasan dan dampak negatif dari rawat inap dengan pendekatan edukatif dan interaktif yang melibatkan keluarga dan tenaga kesehatan. Metode; Pelaksanaan terapi bermain puzzle meliputi penyuluhan dan demonstrasi langsung. Hasil; Terapi bermain puzzle efektif dalam mengalihkan perhatian anak, menurunkan tingkat kecemasan, serta meningkatkan kemampuan motorik dan pengendalian emosi. Kesimpulan; Terapi bermain puzzle merupakan strategi aman dan efektif untuk mendukung proses pemulihan dan perkembangan anak selama masa hospitalisasi.

Kata Kunci: Anak Pra Sekolah; Hospitalisasi; Terapi Bermain Puzzle.

ABSTRACT

Background; Hospitalization of preschool-aged children can cause stress, anxiety, and psychosocial disturbances that potentially affect their physical, cognitive, linguistic, and social development. Children are vulnerable to experiencing anxiety in the hospital environment and during medical procedures, which can delay the recovery process and lead to long-term negative impacts. Objective; This therapy aims to reduce anxiety and the negative effects of hospitalization through an educational and interactive approach involving family members and healthcare providers. Methods; Implementation of puzzle play therapy involves health education and direct demonstration. Results; Puzzle play therapy effectively distracts children, lowers anxiety levels, and enhances motor skills and emotional regulation. Conclusion; Puzzle play therapy is a safe and effective strategy to support children's recovery and development during hospitalization.

Keywords: Preschool Children; Hospitalization; Puzzle Play Therapy.

PENDAHULUAN

Menurut Goodwin dalam Elisabeth (2024), anxiety atau kecemasan dapat didefinisikan sebagai kekhawatiran tentang hal-hal yang akan terjadi di masa depan atau tentang sesuatu yang tidak pasti hasilnya, atau kekhawatiran yang tidak nyaman tentang seseorang, keadaan, atau jenis kondisi lainnya. Kecemasan yang berpusat pada kejadian yang akan datang menyebabkan kekhawatiran tentang apa yang sedang terjadi. salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan pada anak adalah hospitalisasi. Anak-anak dan bayi menghadapi pengalaman baru ketika mereka dirawat di rumah sakit.

Hospitalisasi adalah kondisi ketika seorang anak harus dirawat di rumah sakit untuk pemeriksaan, tindakan medis, operasi, atau pemantauan kondisi kesehatannya. Situasi ini

merupakan krisis bagi anak karena mereka harus beradaptasi dengan lingkungan baru yang asing. Perubahan tersebut dapat menimbulkan stres, rasa takut, dan kecemasan pada anak maupun orang tua. Jika anak tidak mampu menyesuaikan diri, hal ini bisa berdampak pada kondisi fisik dan psikologisnya serta mengganggu proses pengobatan dan perawatan (Elisabeth, 2024).

Berdasarkan data yang didapatkan dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 ditemukan data bahwa kecemasan rawat inap dapat mempengaruhi sekitar 4-12% pasien anak yang dirawat di Amerika Serikat. Demikian pula, sekitar 4-10% anak-anak di Kanada dan Selandia juga mengalami kecemasan selama di rawat inap di rumah sakit. Data global tahun 2020 menunjukkan bahwa tingkat prevalensi anak Indonesia yang dirawat di rumah sakit setiap tahunnya meningkat. Pada tahun 2018 rata-rata tingkat prevalensi anak yang dirawat di rumah sakit sekitar 3,49%, meningkat pada tahun 2019 menjadi 3,84%, dan pada tahun 2020 mencapai 3,94%. Sedangkan untuk wilayah Jawa Tengah tingkat prevalensi anak yang dirawat di rumah sakit mencapai 5,39% dalam satu tahun terakhir. Persentase anak yang pernah rawat inap dalam setahun terakhir menurut karakteristik didapatkan data kelompok usia 0-4 tahun sebanyak 7,36%, usia 5-9 tahun sebanyak 3,14%, usia 10-14 tahun sebanyak 2,07%, dan usia 15-17 tahun sebanyak 2,27% (Salsabilla, Rasyida dan Utami, 2025).

Dampak jangka pendek dari anak sakit dan dirawat yang tidak segera ditangani akan menyebabkan kesulitan dan kemampuan membaca yang buruk, gangguan bahasa, dan berkembang. Dampak jangka panjang dari anak sakit dan dirawat yang tidak segera ditangani akan menyebabkan anak melakukan penolakan ketika ada perawatan yang diberikan, yang berpengaruh pada lamanya hari rawat, memperburuk kondisi anak, dan bahkan yang lebih parahnya mengakibatkan kematian (Elisabeth, 2024).

Upaya mengurangi dampak selama perawatan di rumah sakit diperlukan media yang dapat mengurangi rasa cemas. Salah satu stimulus yang dapat diberikan yaitu bermain. Terapi bermain merupakan kegiatan bermain yang dilakukan untuk membantu proses penyembuhan anak dan sebagainya melanjutkan pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Bermain dapat membebaskan anak dari tekanan dan stress akibat situasi lingkungan. Saat bermain, anak dapat mengekspresikan emosi dan melepaskan dorongan yang tidak dapat diterima dalam bersosialisasi. Anak-anak bisa berekspresi dan mengungkapkan lebih banyak tentang dirinya dalam bermain, mengkomunikasikan beberapa kebutuhan, rasa takut dan keinginan yang tidak dapat mereka ekspresikan dengan ketrampilan bahasa mereka yang terbatas. Sehingga bermain merupakan cara koping yang efektif untuk mengurangi kecemasan (Salsabilla, Rasyida dan Utami, 2025).

Jenis permainan yang cocok untuk anak saat hospitalisasi untuk mengembangkan kemampuan koordinasi motorik kasar dan halus serta mengontrol emosi tanpa mengeluarkan banyak tenaga adalah bermain puzzle. Puzzle juga merupakan suatu permainan yang sangat membutuhkan kesabaran, konsentrasi, dan ketekunan anak dalam merangkainya. Oleh sebab itu, diharapkan lambat laun mental (kontrol emosi) anak juga akan terbiasa untuk bersikap tenang, tekun serta sabar dalam menyelesaikan suatu hal. Terapi bermain puzzle berpengaruh terhadap kecemasan anak karena terapi puzzle dapat mengalihkan perhatian anak sehingga pikirannya tidak terlalu fokus terhadap tindakan pembedahan dan pengobatan yang dilakukan (Salsabilla, Rasyida dan Utami, 2025).

Berdasarkan latar belakang uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan terapi bermain puzzle sebagai Upaya Pencegahan Hospitalisasi Pada Anak Usia Pra Sekolah Dengan Terapi Bermain Puzzle.

METODE

Kegiatan PKM bidang kesehatan ini dilaksanakan di RSUD Kartini Karanganyar, khususnya pada ruang rawat inap pasien Cempaka 1. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada tingginya interaksi pasien dengan lingkungan rumah sakit yang berpotensi menjadi sumber penularan infeksi apabila kebersihan tangan tidak diterapkan dengan baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Waktu

Tempat : Bangsal cempaka 1 RSUD Kartini Karanganyar
Hari/Tanggal : Rabu, 10 Desember 2025
Waktu : 10.30 – Selesai

2. Tujuan umum

Tercapainya pencegahan dampak negatif hospitalisasi, khususnya penurunan tingkat kecemasan, pada anak usia prasekolah di Bangsal Cempaka 1 RSUD Kartini Karanganyar melalui pemberian Terapi Bermain Puzzle.

3. Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kecemasan anak usia prasekolah sebelum dilakukan terapi bermain puzzle.
2. Melaksanakan Terapi Bermain Puzzle sesuai dengan tahap tumbuh kembang anak dan prinsip bermain di rumah sakit.
3. Mengidentifikasi tingkat kecemasan anak usia prasekolah setelah dilakukan terapi bermain puzzle.
4. Menganalisis dan mengevaluasi pengaruh terapi bermain puzzle terhadap penurunan tingkat kecemasan akibat hospitalisasi.

4. Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat terapi bermain puzzle dilaksanakan pada tanggal 10 Desember 2025 pada pukul 10.30 - selesai yang diikuti oleh anak dan bapak/ibu pasien di Bangsal Cempaka 1 RSUD Kartini Karanganyar. Pada kegiatan ini kami mulai dari pembukaan oleh Thalianissa dengan membaca basmalah bersama-sama, setelah itu sambutan dari CI Bangsal Cempaka 1 dilanjutkan sambutan dari ketua pelaksana yaitu Thalianissa Ayu Faradilla Citasami, dan dilanjutkan dengan penyampaian materi dan demonstrasi yang disampaikan oleh Putri Intan Permatasari. Kemudian dilanjutkan sesi diskusi tanya jawab oleh audience dan dijawab oleh anggota tim. Setelah itu dilanjutkan pelaksanaan terapi bermain puzzle bersama-sama dipandu oleh anggota tim/fasilitator dan diikuti oleh pasien anak prasekoah dan keluarga pasien di bangsal cempaka 1. Dari hasil tersebut kami melakukan terapi bermain dengan metode terapi bermain dengan media permainan puzzle. Dengan adanya teraapi bermain tentang Upaya Pencegahan Hospitalisasi Pada Anak Usia Pra Sekolah Dengan Terapi Bermain Puzzle Di Bangsal Cempaka 1 Rsud Kartini Karanganyar dapat mengurangi dampak hospitalisasi dan kecemasan pada anak yang sedang menjalani hospitalisasi di bangsal Cempaka 1.

Kegiatan acara

1. Pembukaan
2. Acara inti
3. Media permainan
4. Rencana kegiatan

No	Waktu	Kegiatan	Peserta	Metode
1.	5 menit	Pembukaan: 1. Membuka kegiatan dengan mengucapkan salam	Anak dan orang tua memperhatikan	1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Memperhatikan

		2. Memperkenalkan diri 3. Menjelaskan tujuan terapi bermain 4. Kontrak waktu anak dan orang tua		
2.	30 menit	Pelaksanaan: 1. Menjelaskan tatacara pelaksanaan terapi bermain puzzle 2. Memberikan kesempatan kepada anak dan keluarga untuk bertanya jika belum jelas 3. Membagikan puzzle 4. Fasilitator memdampingi anak dan memberikan motivasi kepada anak 5. Menanyakan kepada anak apakah sudah selesai merangkai puzzle 6. Memberikan pujian terhadap anak yang mampu merangkai puzzle	Anak dan orang tua mengikuti proses merangkai puzzle	1. Mendengarkan 2. Memperhatikan 3. Antusias saat menerima peralatan 4. Memulai 5. merangkai puzzle yang diberikan 6. Menjawab pertanyaan
3	5 menit	Terminasi: 1. Memberikan motivasi dan pujian kepada seluruh anak yang telah mengikuti terapi bermain 2. Mengucapkan terimakasih kepada anak dan orang tua 3. Mengucapkan salam penutup	Anak dan orang tua memperhatikan	1. Memperhatikan 2. Gembira 3. Menjawab salam

Pembahasan

Kegiatan Upaya Pencegahan Hospitalisasi Pada Anak Usia Pra Sekolah Dengan Terapi Bermain Puzzle Di Bangsal Cempaka 1 Rsud Kartini Karanganyar ini dilakukan pada hari rabu, 10 Desember 2025. Sasarannya yaitu Pasien anak prasekolah yang sedang menjalani hospitalisasi dan sedang di rawat inap di bangsal cempaka 1 di RSUD Karanganyar. Bentuk kegiatannya adalah pemberian terapi bermain dengan media puzzle kepada pasien tentang upaya pencegahan hospitalisasi pada anak usia pra sekolah dengan terapi bermain puzzle di bangsal Cempaka 1 Rsud Kartini Karanganyar.

Hasil dari pelaksanaan kegiatan terapi bermain puzzle pada anak prasekolah yang sedang menjalani hospitalisasi di bangsal cempaka 1 tampak antusias, dimana anak-anak prasekolah dapat mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir sehingga anak-anak prasekolah dapat mengikuti arahan dari tim. Saat pembicara memberikan penjelasan tentang upaya pencegahan hospitalisasi pada anak usia pra sekolah dengan terapi bermain puzzle anak-anak mampu memahami langkah-langkah melakukan dan menyusun puzzle dengan baik dan benar.

Setelah dilakukan penjelasan langkah-langkah terapi bermain puzzle, anak-anak mampu melakukan dan menyusun puzzle dengan baik dan benar. Sehingga dapat disimpulkan dengan diberikan terapi bermain puzzle dapat mengurangi kecemasan dan dapat mengalihkan perhatian anak sehingga pikirannya tidak terlalu fokus terhadap perawatan yang sedang dijalani di rumah sakit. Terapi bermain puzzle juga dapat mengembangkan kemampuan koordinasi motorik kasar dan halus serta mengontrol emosi pada anak-anak pra sekolah.

Terapi bermain puzzle cocok untuk anak saat hospitalisasi untuk mengembangkan kemampuan koordinasi motorik kasar dan halus serta mengontrol emosi tanpa mengeluarkan banyak tenaga adalah bermain puzzle. Puzzle juga merupakan suatu

permainan yang sangat membutuhkan kesabaran, konsentrasi, dan ketekunan anak dalam merangkainya. Oleh sebab itu, diharapkan lambat laun mental (kontrol emosi) anak juga akan terbiasa untuk bersikap tenang, tekun serta sabar dalam menyelesaikan suatu hal. Terapi bermain puzzle berpengaruh terhadap kecemasan anak karena terapi puzzle dapat mengalihkan perhatian anak sehingga pikirannya tidak terlalu fokus terhadap tindakan perawatan dan pengobatan yang dilakukan.

KESIMPULAN

Hospitalisasi pada anak usia prasekolah dapat menimbulkan stres, kecemasan, dan dampak negatif lainnya terhadap perkembangan fisik, kognitif, bahasa, dan sosial mereka. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan pendekatan yang tepat seperti terapi bermain puzzle yang edukatif dan interaktif. Terapi ini terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan, meningkatkan kemampuan motorik, serta mengembangkan kesabaran, konsentrasi, dan ketekunan anak. Selain itu, dukungan keluarga dan tenaga kesehatan sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang kondusif selama proses perawatan. Dengan demikian, penggunaan terapi bermain puzzle dan dukungan psikososial dapat menjadi strategi yang aman dan efektif dalam mendukung proses pemulihan dan perkembangan anak selama masa hospitalisasi.

Saran

Penggunaan terapi bermain puzzle terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan, meningkatkan kemampuan motorik, serta melatih kesabaran dan konsentrasi anak. Untuk kedepannya, disarankan memperluas penerapan terapi ini di berbagai fasilitas kesehatan, melibatkan keluarga dan tenaga medis dalam pelaksanaannya, serta melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengembangkan metode yang lebih efektif. Pendekatan ini diharapkan dapat mendukung proses pemulihan anak secara psikologis dan perkembangan optimal selama masa hospitalisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adkha, N., Prajayanti, E.D. Dan Widodo, P. (2023) "Penerapan Terapi Bermain Origami Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruang Dadap Serep Rsud Pandan Arang Boyolali," *Ovum: Journal Of Midwifery And Health Sciences*, 3(2), Hal. 90–99.
- Anisa (2025) "Penerapan Terapi Bermain Puzzle Pada Anak Yang Mengalami Ansietas Akibat Hospitalisasi Di Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara," (2003), Hal. 6–26.
- Daniel, D. (2021) "Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi: A Literature Review," *Proners*, 6(1).
- Elisabeth, S. (2024) "Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Santa Theresia Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024 Santa Theresia Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2024."
- Islamiyah, I., Novianti, A.D. Dan Anhusadar, L. (2024) "Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Untuk Penurunan Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah," *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), Hal. 87–98.
- Melynda, J.A. (2021) "Studi Kasus: Pengaruh Terapi Bermain Playdough Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Akibat Hospitalisasi," *Kesehatan*, 49, Hal. 70–87.
- Melynda, J.A., Palupi, E. Dan Kusumawati, A.I. (2024) "Pengaruh Terapi Bermain Playdough Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Akibat Hospitalisasi," 49, Hal. 70–87.
- Milya, W. (2021) "Hubungan Peran Serta Orang Tua Dengan Dampak Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Di Ruang Al-Fajar Rsud Haji Makassar," 1(01), Hal. 1–5.
- Ningsih, S.W., Marsaulina, I. Dan Thomson, P. (2023) "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan

- Tingkat Kecemasan Orang Tua Pada Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah Di Ruang Rawat Inap Rsud Kab . Aceh Singkil Tahun 2021 Factors Related To Parents ' Levels Of Anxiety In Childhospitalizationpre School Age In The Intimate Room Of The Hospital Regency Aceh Singkil Year 2021," 9(1), Hal. 404–415.
- Nurul Hidayati, R.H. (2025) "Efektivitas Terapi Bermain Plastisin Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Anak Prasekolah Di Rsud Dr. Hasri Ainun Habibie Provinsi Gorontalo," *Gorontalo Journal Health And Science Community*, 9.
- Oktaviana, D., Immawati, I. Dan Nurhayati, S. (2025) "Implementasi Terapi Bermain Edukasi (Puzzle) Pada Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Kecemasan Akibat Hospitalisasi," *Jurnal Cendikia Muda*, 5(2), Hal. 216–224.
- Oktaviani, M. Et Al. (2021) "Peran Orang Tua Dalam Menstimulasi Perkembangan Bahasa Anak Usia Prasekolah," 8, Hal. 153–163.
- Patricia Juniati Simarmata, M.B. (2025) "Gambaran Tingkat Kecemasan Anak Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruangan Santa Theresia Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Overview Of Anxiety Levels Of Children," *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 8(2). Tersedia Pada: <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i2.1478>.
- Pawiliyah1 Dan Liza Marlenis2 (2022) "Pengaruh Terapi Bermain Mendongeng Dengan Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi," *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3, Hal. 271–280.
- Putri, C.S. Dan Miradwiyana, B. (2024) "Analysis Of The Application Of Play Therapy: Puzzles To Overcome Anxiety Due To Hospitalization In Children At Hospital: Analisis Penerapan Terapi Bermain: Puzzle Untuk Mengatasi Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Di Rumah Sakit," *Journal Of Health And Cardiovascular Nursing*, 4(2), Hal. 77–82.
- Putri Irwanti Sari, R.P. (2023) "Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia 3-6 Tahun: Studi Kasus," *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 4, Hal. 109–115.
- Ririn, R. (2024) "Terapi Bermain Dengan Media Puzzle Untuk Meningkatkan Daya Ingat Jangka Pendek Anak Tunagrahita (Studi Di Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri Pkk Sukarame Bandar Lampung)." Uin Raden Intan Lampung.
- Salsabilla, P.S., Rasyida, Z.M. Dan Utami, N. (2025) "Penerapan Terapi Bermain Puzzle Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Saat Hospitalisasi Di Rsud Dr.Soehadi Prijonegoro Sragen," 3(2), Hal. 432–442.
- Sena, E. (2022) "Penerapan Brain Gym Pada Anak Usia Sekolah Dengan Masalah Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Preschool," (2017), Hal. 5–30.
- Wulandari, H. Et Al. (2021) "Pengawasan Orangtua Terhadap Anak Usia Prasekolah Dalam Menggunakan Gawai 1."
- Yulianto, A., Idayati, I. Dan Sari, S.A. (2021) "Bermain (Puzzle) Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi," *Jurnal Wacana Kesehatan*, 6(1), Hal. 39–46.