

**EFEKTIVITAS TERAPI BERMAIN: *PUZZLE* TERHADAP
KECEMASAN PADA ANAK KORBAN BENCANA
ERUPSI SEMERU PROMOSI**

(Studi di Desa Pronojiwo Lumajang)

SKRIPSI



Oleh:

ARIKATUL FIRDAUS

NIM 19142010052



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
BANGKALAN
2023**

**EFEKTIVITAS TERAPI BERMAIN: *PUZZLE* TERHADAP
KECEMASAN PADA ANAK KORBAN BENCANA
ERUPSI SEMERU PROMOSI**

(Studi di Desa Pronojiwo Lumajang)

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan
Menjadi Sarjana Keperawatan



Oleh:

ARIKATUL FIRDAUS

NIM 19142010052

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
BANGKALAN
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

**EFEKTIVITAS TERAPI BERMAIN: *PUZZLE* TERHADAP
KECEMASAN PADA ANAK KORBAN BENCANA
ERUPSI SEMERU PROMOSI**

(Studi di Desa Pronojiwo Lumajang)

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh:

ARIKTUL FIRDAUS
NIM 19142010052

Telah disetujui pada tanggal:

7 Agustus 2023

Pembimbing

Mufarika, S. Kep., Ns., M. Kep
NIDN. 0718018501

EFEKTIVITAS TERAPI BERMAIN: *PUZZLE* TERHADAP KECEMASAN PADA ANAK KORBAN BENCANA ERUPSI SEMERU PROMOSI

(Studi di Desa Pronojiwo Lumajang)

Arikatul Firdaus¹, Mufarika²

1. Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura

2. Dosen STIKes Ngudia Husada Madura

*email: mufarikanhm@gmail.com

arikatulfirdaus1412@gmail.com

ABSTRAK

Bencana Aktifitas yang dapat di sebabkan oleh erupsi gunung api yang dapat menyebabkan dampak kecemasan. Metode untuk mengurangi dampak dari kecemasan yang diakibatkan oleh bencana alam tersebut salah satunya terapi bermain sebagai intervensi pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektivitas Terapi Bermain : *Puzzle* pada Anak Korban Bencana Alam Semeru di desa Pronojiwo Lumajang.

Jenis penelitian ini adalah *Quasy Eksperiment Pre test-Posttest With Control Group Design*. Variabel independen terapi bermain: *Puzzle*, variabel dependen kecemasan. Populasi penelitian adalah 50 responden sampel 14 kelompok perlakuan dan 14 kelompok kontrol menggunakan teknik simple random sampling. Instrumen menggunakan kuesioner *DASS-21*. Uji statistik menggunakan *Paired T-test dan Independent t-test* dengan α 0,05. Penelitian ini sudah dilakukan uji etik di Stikes Ngudia Husada Madura dengan No: 1771/KEPK/STIKES-NHM/EC/V/2023.

Hasil penelitian menggunakan uji *paired t-test* menunjukkan ada perbedaan kecemasan pada kelompok yang diberikan terapi bermain: *puzzle* dengan *P value* $(0,000) \leq \alpha$ 0,05 dan tidak ada perbedaan kecemasan pada kelompok yang tidak diberikan terapi bermain: *puzzle* dengan *p value* $(0,336) \geq \alpha$ 0,05. Berdasarkan hasil uji statistik independent *T-test p value* $(0,000) \leq 0,05$ maka terdapat perbedaan antara kelompok yang diberikan terapi bermain: *puzzle* dengan kelompok yang tidak diberikan terapi bermain: *puzzle*.

Berdasarkan uraian diatas, maka disarankan anak usia sekolah yang mengalami kecemasan pasca bencana dapat menggunakan terapi bermain: *puzzle* untuk menurunkan kecemasan.

Kata Kunci: Terapi bermain: *Puzzle*, Kecemasan, Anak Usia Sekolah

**THE EFFECTIVENESS OF PLAY THERAPY: PUZZLE
ON ANXIETY IN CHILD VICTIMS OF
SEMERU ERUPTION DISASTER**

(Study in Pronojiwo Lumajang Village)

Arikatul Firdaus¹, Mufarika²

3. Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura

4. Dosen STIKes Ngudia Husada Madura

*email: mufarikanhm@gmail.com

arikatulfirdaus1412@gmail.com

ABSTRACT

The Activities that can be caused by volcanic eruptions that can cause anxiety. One of the methods to reduce the impact of anxiety caused by natural disasters is play therapy as an intervention for children. The purpose of study is to determine the effectiveness of play therapy: puzzles on children who are victims of the Semeru natural disaster in the village of Pronojiwo Lumajang.

This type of research was Quasy Experiment Pre-test-Posttest With Control Group Design. The independent variables was play therapy: Puzzle, the dependent variable was anxiety. The study population consisted of 50 sample respondents, 14 treatment groups and 14 control groups using simple random sampling technique. The instrument used the DASS-21 questionnaire. Statistical test using Paired T-test and Independent t-test with α 0.05. This research has been carried out ethical clearance at STIKes Ngudia Husada Madura with No: 1771/KEPK/STIKES-NHM/EC/V/2023.

The results of the study using the paired t-test showed that there were difference in anxiety in the group that being given play therapy: a puzzle with a P value $(0.000) \leq \alpha 0.05$ and no difference in anxiety in the group that being not given play therapy: a puzzle with a p value $(0.336) \geq \alpha 0.05$. Based on the results of independent statistical T- test, p value $(0.000) \leq 0.05$, there was a difference between the group that being given play therapy: puzzles and the group that being not given play therapy: puzzles.

Based on the description above, it is suggested that school-age children who experience post-disaster anxiety can use play therapy: puzzles to reduce anxiet

Keywords: Play Therapy: Puzzle, Anxiety, School-Age Children.

PENDAHULUAN

Gunung api dapat di klasifikasikan menurut dua sumber erupsi yakni erupsi pusat dengan erupsi samping (Umam *et al.* 2018). Aktifitas yang dapat di sebabkan oleh erupsi gunung api yang dapat menyebabkan dampak kecemasan, kebosanan, khawatir, dan gelisah. Kecemasan merupakan suatu emosi negatif atau keadaan tidak nyaman berupa kekhawatiran yang tidak jelas yang disebabkan oleh perasaan tidak tidak pasti dan tidak berdaya (Jannah, 2020) dalam (Oktamariana, 2022).

Pada tahun 2021 tercatat korban erupsi gunung semeru yang mengalami kecemasan sebanyak 86% dan yang mengalami gejala kecemasan cukup berat sebanyak 23%. Gejala kecemasan banyak dialami pada jenis kelamin perempuan 73% sedangkan umur terbanyak terjadi pada umur 25-34 yaitu 34% dan dialami dengan pendidikan terbanyak adalah SD 38%. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 22 Februari 2022 dengan kuesioner pada 10 anak yang terdampak bencana gunung semeru di kecamatan Pronojiwo kabupaten Lumajang didapatkan bahwa 4 orang dengan tingkat kecemasan yang sedang sedangkan 6 orang dengan tingkat kecemasan yang tinggi. Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa masih banyaknya anak dengan tingkat kecemasan yang tinggi.

Penyebab kecemasan dapat muncul akibat adanya sumber ancaman seperti berbagai kejadian dalam kehidupan. Adapun faktor – faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan yaitu, usia, jenis kelamin,

pendidikan, dukungan sosial dan lingkungan, mekanisme coping (Widiyaningtiyas, 2014) dalam (Rukmanawati, 2019).

Salah satu bentuk dukungan psikologis yang dapat diberikan untuk korban bencana terkhususnya anak-anak ialah terapi bermain. Pada kondisi tersebut anak membutuhkan perhatian agar dapat mengekspresikan perasaan, terapi bermain menjadi salah satu teknik yang dapat dilakukan dalam situasi bencana alam serta dapat memumilkan trauma yang berkepanjangan (Darmiany, 2019). Bermain puzzle dapat menurunkan kecemasan pada anak. Penurunan kecemasan karena saat bermain puzzle anak dituntut untuk sabar dan tekun dalam merangkainya. Pada saat anak bermain puzzle, anak harus berkonsentrasi dalam menyatukan gambar puzzle sehingga melupakan kecemasan (Kaluas, 2017).

METODE PENELITIAN

Penelitian Penlellitian ini dilakukan di Yayasan Annur Sumber urip Pronojiwo Lumajang menggunakan desain quasy-experiment pretelst post telst with control group delsign. dengan l Penl el litian ini mel nggul nakan teknik l simplel random sampling dan ul ji statistik paireld T-Telst dan Indelpelndelnt T-Telst. Pengambilan l data dilakukan dl el ngan pengisian l

Kuesioner Dental anxiety Scale (DAS-21).

HASIL PENELITIAN

Data Umum

Karakteristik	Perlakuan		Kontrol	
	f	%	F	%
Umur				
9	2	14	4	29
10	2	14	5	36
11	4	29	3	21
12	6	43	2	14
Total	14	100	14	100
Jenis kelamin				
Laki-laki	5	36	6	43
Perempuan	9	64	8	57
Total	14	100	14	100
Kelas				
4	4	29	9	64
5	10	71	5	36
Total	14	100	14	100
Total	16	100	16	100

Sumber: Data Primer Juli 2023

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa hampir setengahnya responden berusia 12 tahun sejumlah 6 responden, sedangkan pada kelompok kontrol hampir setengahnya responden berusia 10 tahun sejumlah 5 responden. Untuk distribusi frekuensi jenis kelamin didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 9 responden, sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar responden perempuan sejumlah 8 responden. Untuk distribusi frekuensi berdasarkan kelas didapatkan bahwa pada kelompok perlakuan sebagian besar responden kelas 5 sejumlah 10 responden, sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar responden kelas 4 sejumlah 9 responden.

Data Khusus

Perbedaan Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi bermain : *puzzle* pada Kelompok Perlakuan

NO	Pre-Test	Post-Test
1	16	13
2	13	9
3	13	8
4	16	7
5	11	8
6	12	11
7	14	9
8	13	9
9	12	9
10	14	7
11	12	6
12	12	8
13	14	8
14	13	9
<i>Mean</i>	13,21	8,64
<i>Paired Samples Test</i>	<i>p-value</i> 0,000	

Sumber: Data Primer Juli 2023

Berdasarkan table di atas didapatkan bahwa dari 14 responden kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain : *puzzle* mengalami perbedaan dalam menurunkan kecemasan dengan mean sebelum diberikan intervensi sebesar 13,21 dan sesudah diberikan intervensi menjadi 8,64.

Hasil uji Paired T Test diperoleh nilai *p-value* 0,000 lebih kecil dari nilai α ($0,000 < 0,05$) yang berarti ada perbedaan kecemasan pada kelompok perlakuan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi bermain : *puzzle*.

Perbedaan Kecemasan pada Kelompok Kontrol yang Tidak Diberikan Perlakuan

NO	Pre-Test	Post-Test
1	13	13
2	14	14
3	15	15
4	15	15
5	13	13
6	13	12
7	8	8
8	11	11
9	10	10
10	12	12
11	10	10
12	10	10
13	12	12
14	13	13
<i>Mean</i>	12,07	12,00

Paired Samples Test p -value 0,336

Sumber: Data Primer Juli 2023

Berdasarkan table di atas didapatkan bahwa dari 14 responden kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan tidak ada penurunan kecemasan yang signifikan dengan nilai mean 12,07 dan setelah diobservasi kembali menjadi 12,00

Hasil uji Paired T Test diperoleh nilai p -value 0,336 lebih besar dari nilai α ($0,336 > 0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan kecemasan pada kelompok yang tidak diberikan perlakuan.

Perbedaan Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

NO	Post-Test Perlakuan	Post-Test Kontrol
1	13	13
2	9	14
3	8	15
4	7	15
5	8	13
6	11	12
7	9	8
8	9	11
9	7	10
10	6	12
11	8	10
12	8	10
13	9	12
14	9	13
<i>Mean</i>	8,64	12,00

Paired Samples Test p -value 0,000

Sumber: Data Primer Juli 2023

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa dari 14 responden kelompok perlakuan sesudah diberikan terapi bermain : *puzzle* menunjukkan adanya penurunan kecemasan, dengan nilai Mean 8,64, nilai Minimum 6, dan nilai Maximum 13.

Sedangkan pada kelompok kontrol, menunjukkan tidak adanya penurunan kecemasan dengan nilai Mean 12,00, nilai Minimum 8, nilai Maximum 15. Hasil uji Independent T Test (T2 sampel bebas) diperoleh p value ($0,000 < \alpha$ ($0,05$)) sehingga H_1 diterima, hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kelompok perlakuan yang diberikan terapi bermain : *puzzle* dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

PEMBAHASAN

Perbedaan Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Bermain: Puzzle Pada Kelompok Perlakuan

Berdasarkan analisa hasil uji analisis diperoleh bahwa ada perbedaan kecemasan pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain: *puzzle* pada anak usia sekolah di Yayasan Annur Sumberurip Pronojiwo Lumajang. Dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *Dental Anxiety Scale (DAS)* untuk mengukur tingkat kecemasan responden dalam menurunkan kecemasan, yang disebarkan pada responden, dimana nilai rata-rata (*Mean*) pre-test responden diperoleh 13,21, dan sesudah terapi bermain: *puzzle* mengalami penurunan menjadi 8,64, hal ini menunjukkan ada perbedaan kecemasan pada kelompok perlakuan setelah dilakukan intervensi.

Hasil pre-test kuesioner pada kelompok perlakuan didapatkan data awal kecemasan pada 12 responden berada pada kategori sedang dan 2 responden berada pada kategori berat. Namun, setelah diberikan terapi bermain : *puzzle* dan dilakukan post-test untuk mengetahui hasil akhir terjadi penurunan kecemasan dimana pada 9 responden berada pada kategori ringan, 2 responden berada pada kategori sedang, dan 3 responden berada pada kategori normal. Sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan kecemasan pada anak sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain: *puzzle*.

Peneliti memberikan terapi ini menggunakan media permainan berupa potongan *puzzle*. Setiap kali menyusun *puzzle* membutuhkan

durasi 15-20 menit yang dilakukan selama 2 hari. Salah satu metode pendekatan yang bisa digunakan untuk menurunkan kecemasan pasca erupsi Gunung Semeru khususnya anak-anak adalah dengan terapi bermain : *puzzle*. *Puzzle* merupakan permainan yang dapat memfasilitasi permainan asosiatif dimana pada usia sekolah anak senang bermain dengan anak lain sehingga *Puzzle* dapat dijadikan sarana bermain anak sambil bersosialisasi.

Kaluas (2015) menyatakan bahwa bermain *puzzle* dapat menurunkan kecemasan pada anak. Penurunan kecemasan karena saat bermain *puzzle* anak dituntut untuk sabar dan tekun dalam merangkainya. Pada saat anak bermain *puzzle*, anak harus berkonsentrasi dalam menyatukan gambar *puzzle* sehingga dapat melupakan kecemasan. Permainan *puzzle* merupakan permainan aktif. *Puzzle* mampu meningkatkan kemampuan kognitif, motoric halus dan pemecahan masalah. Terdapat penurunan kecemasan setelah anak bermain *puzzle* dengan gadget, disebabkan karena adanya adanya pengalihan perhatian (*distraksi*) pada anak melalui permainan *puzzle* menggunakan gadget sehingga anak tidak memikirkan prosedur tindakan sirkumsisi yang akan dilakukan. Kerja sistem saraf simpatis dapat dihambat oleh teknik *distraksi*, sehingga produksi neurotransmitter menurun. *Distraksi* menyebabkan denyut nadi, tekanan darah dan respons fisiologis lain yang merupakan tanda-tanda kecemasan dapat kembali baik (Rahayuningrum dkk, 2020)

Penelitian lain yang sejalan dengan hasil penerapan ini adalah penelitian yang dilakukan Nengrum (2021) yang menyatakan ada pengaruh dalam menurunkan tingkat trauma sesudah diberikan terapi bermain puzzle pada anak usia prasekolah. Terapi bermain puzzle dapat menurunkan tingkat trauma karena dengan diberikannya terapi bermain puzzle anak dapat meningkatkan ketrampilan kognitif, meningkatkan ketrampilan motoric halus, meningkatkan ketrampilan sosial, melatih logika dan dapat melatih kesabaran pada anak. Pemberian terapi bermain di tujukan pada anak usia prasekolah pasca bencana karena anak – anak rentan mengalami gangguan psikis. Memori-memori traumatis saat bencana datang niscaya mengendap di alam bawah sadar mereka. Melalui terapi bermain puzzle anak akan mendapatkan salah satu alat bermain yang dapat membantu perkembangan psikososial pada anak.

Puzzle merupakan alat bermain yang dapat membantu perkembangan psikososial pada anak Ball (2012), dalam Fitriani (2017), Puzzle merupakan permainan yang dapat memfasilitasi permainan asosiatif dimana pada usia prasekolah anak senang bermain dengan anak lain sehingga Puzzle dapat dijadikan sarana bermain anak sambil bersosialisasi. Terapi bermain puzzle merupakan salah satu alat bermain yang dapat membantu perkembangan psikososial pada anak. Puzzle merupakan permainan yang dapat memfasilitasi permainan asosiatif dimana pada usia prasekolah ini anak senang bermain dengan anak lain

sehingga puzzle dapat dijadikan sarana bermain anak sambil bersosialisasi (Fitriani, Santi, Rahmayanti, 2017) dalam (Pitriana, 2019). Tingkat kerumitan permainan puzzle pada anak usia 6-12 tahun yaitu lebih dari 10 potongan puzzle (Saputro, 2017). Permainan tidak banyak menggunakan energy, waktu bermain lebih singkat untuk menghindari kelelahan dan alat-alat permainannya lebih sederhana. Waktu yang diperlukan untuk terapi bermain pada anak adalah 15-20 menit. Lama pemberian terapi bermain bisa bervariasi, idealnya dilakukan 15-30 menit dalam sehari selama 2-3 hari. Pelaksanaan terapi ini dapat memberikan mekanisme koping dan menurunkan kecemasan pada anak.

Perbedaan Kecemasan Sebelum dan Sesudah tanpa Diberikan Perlakuan pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan analisa hasil uji analisis diperoleh bahwa tidak ada perbedaan kecemasan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan pada anak usia sekolah di Yayasan Annur Sumberurip Pronojiwo Lumajang. Nilai rata-rata (*Mean*) *pre-test* kelompok kontrol diperoleh 12,07, dan *post-test* diperoleh nilai 12,00, hal ini menunjukkan tidak adanya perbedaan kecemasan pada kelompok kontrol.

Hasil *pre-test* kuesioner pada kelompok kontrol didapatkan data awal kecemasan pada 1 responden berada pada kategori ringan, 2 responden berada pada kategori berat, dan 11 responden berada pada kategori sedang. Hasil *post-test* pada

kelompok control didapatkan data dimana pada 1 responden berada pada kategori ringan, 2 responden berada pada kategori berat, dan 13 responden berada pada kategori sedang.

Setelah dilakukan observasi terhadap anak yang tidak diberikan terapi menunjukkan bahwa anak tidak mengalami perubahan kecemasan. Hal ini dikarenakan anak tidak mendapatkan terapi apapun untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya. Secara fisiologis kecemasan dapat hilang dengan sendirinya, pada penelitian ini anak tidak diberikan perlakuan apapun tetapi dalam sehari-hari anak dapat bermain dengan teman sebaya. Namun, hal tersebut membutuhkan waktu yang tidak singkat mengingat proses adaptasi seseorang dapat dipengaruhi oleh coping individu yang dimiliki masing-masing. Hal inilah yang cenderung membuat kecemasan yang dialami anak bersifat statis atau menetap. Oleh karena itu dibutuhkan alternatif lain untuk mengatasi kecemasan yang dialami anak agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan. Salah satu alternatif yang dapat digunakan adalah memberikan terapi non farmakologi seperti terapi bermain : *puzzle*.

Menurut (Nengrum, 2021) mengatakan bahwa pemberian terapi bermain puzzle dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak, pemberian terapi bermain puzzle efektif menurunkan kecemasan anak karena dengan diberikannya terapi bermain puzzle anak dapat meningkatkan ketrampilan kognitif, meningkatkan ketrampilan motorik halus, meningkatkan ketrampilan

sosial, melatih logika dan dapat melatih kesabaran pada anak. Selain itu dengan terapi bermain tersebut anak dapat mengeskpresikan perasaan cemas, takut, tegang dan sedih yang dialaminya.

Perbedaan Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Setelah dilakukan uji statistik antar variabel menunjukkan bahwa anak yang diberikan terapi bermain : puzzle mengalami penurunan kecemasan lebih banyak dibandingkan dengan anak yang tidak diberikan terapi apapun. Hasil uji Independent T Test (T_2 sampel bebas) diperoleh p value $(0,000) < \alpha$ $(0,05)$ sehingga H_1 diterima, hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kelompok perlakuan yang diberikan terapi bermain : puzzle dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

Hal ini dikarenakan pada saat anak bermain puzzle, anak harus berkonsentrasi dalam menyatukan gambar puzzle sehingga dapat melupakan kecemasan. Permainan puzzle merupakan permainan aktif. Puzzle mampu meningkatkan kemampuan kognitif, motorik halus dan pemecahan masalah. Terdapat penurunan kecemasan setelah anak bermain puzzle dengan gadget, disebabkan karena adanya adanya pengalihan perhatian (distraksi) pada anak melalui permainan puzzle menggunakan gadget sehingga anak tidak memikirkan prosedur tindakan sirkumsisi yang akan dilakukan. Kerja sistem saraf simpatis dapat dihambat oleh teknik distraksi, sehingga produksi neurotransmitter menurun. Distraksi menyebabkan denyut nadi, tekanan darah dan respons fisiologis lain yang

merupakan tanda-tanda kecemasan dapat kembali baik.

Pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi menunjukkan bahwa anak tidak mengalami perubahan kecemasan. Hal ini dikarenakan anak tidak mendapatkan terapi apapun untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya. Secara fisiologis kecemasan dapat hilang dengan sendirinya, karena tubuh telah mampu beradaptasi dengan keadaan yang dialaminya. Namun, hal tersebut membutuhkan waktu yang tidak singkat mengingat proses adaptasi seseorang dapat dipengaruhi oleh koping individu yang dimiliki masing-masing. Hal inilah yang cenderung membuat kecemasan yang dialami anak bersifat statis atau menetap. Oleh karena itu dibutuhkan alternatif lain untuk mengatasi kecemasan yang dialami anak agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan. Salah satu alternatif yang dapat digunakan adalah memberikan terapi non farmakologi seperti terapi bermain : puzzle.

Bermain merupakan stimulasi yang tepat bagi anak. Bermain dapat meningkatkan daya pikir anak sehingga anak mendayagunakan aspek emosional, social, serta fisiknya. Bermain juga dapat meningkatkan kemampuan fisik, pengalaman dan pengetahuannya, serta berkembangnya keseimbangan mental anak (Pitriana, 2019). Jadi, terapi bermain merupakan salah satu intervensi yang dapat diberikan kepada anak ketika dirawat di rumah sakit. Saat hospitalisasi, anak cenderung mengalami stress yang berlebihan. Melalui terapi bermain anak dapat mengeluarkan rasa takut, cemas yang mereka alami dan terapi bermain juga sesuai dengan

kebutuhan tumbuh kembang anak (Pitriana, 2019).

Intervensi yang dapat dilakukan sebagai upaya menurunkan kecemasan yaitu farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis dapat berupa obat anti kecemasan, sedangkan non farmakologis salah satunya dengan teknik distraksi yang bertujuan untuk mengalihkan perhatian seseorang, membuat seseorang merasa nyaman dan menyenangkan (Kurdaningsih, 2017). Permainan puzzle merupakan permainan aktif. Puzzle mampu meningkatkan kemampuan kognitif, motoric halus dan pemecahan masalah. Terdapat penurunan kecemasan setelah anak bermain puzzle dengan gadget, disebabkan karena adanya adanya pengalihan perhatian (distraksi) pada anak melalui permainan puzzle menggunakan gadget sehingga anak tidak memikirkan prosedur tindakan sirkumsisi yang akan dilakukan. Kerja sistem saraf simpatis dapat dihambat oleh teknik distraksi, sehingga produksi neurotransmitter menurun. Distraksi menyebabkan denyut nadi, tekanan darah dan respons fisiologis lain yang merupakan tanda-tanda kecemasan dapat kembali baik (Rahayuningrum dkk, 2020)

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Ada perbedaan kecemasan pada anak usia sekolah sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain : puzzle di Yayasan Annur Sumberurip Pronojiwo Lumajang.
2. Tidak ada perbedaan kecemasan pada anak usia sekolah sebelum dan sesudah tanpa diberikan perlakuan di Yayasan Annur Sumberurip Pronojiwo

- Lumajang.
3. Ada perbedaan kecemasan antara kelompok perlakuan dan kelompok control di Yayasan Annur Sumberurip Pronojiwo Lumajang..

Saran

Berdasarkan uraian diatas, maka disarankan anak usia sekolah yang mengalami kecemasan pasca bencana dapat menggunakan terapi bermain: *puzzle* untuk menurunkan kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Darmiany., Rosyidah, A.N.K., Karma, I.N., Witono, H. (2019). *PGSD untuk Negeri: terapi bermain sebagai bentuk trauma healing bagi anak-anak korban gempa Lombok. Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat*. Vol 2. No.2 Mei 2019.
- Kaluas, I., Ismanto, A., & Kundre, R. (2015). *Perbedaan Terapi Bermain Puzzle Dan Bercerita Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Selama Hospitalisasi Di Ruang Anak Rs Tk. Iii. R. W. Mongisidi Manado*. Jurnal Keperawatan UNSRAT, 3(2), 111559.
- Nengrum L. S., Ramadhani D. A., 2021. *Pengaruh pemberian terapi bermain puzzle terhadap trauma pada anak pra sekolah pasca bencana banjir bandang di kota batu jawa timur*. Borneo Journal of Medical Laboratory Technology, vol 2 no 2, 206
- Oktamariana L, dkk. (2022). *Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini*. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* (116-131)
- Rahayuningrum, L. M., Gustomi, M. P., Wahyuni, D. S., & Aziza, Y. D. A. (2020). *Bermain Game Edukasi Islami Dapat Menurunkan Kecemasan Anak Usia 6-12 Tahun Pada Waktu Sirkumsisi*. *Journals of Ners Community*, 11(1), 90–102.
<https://doi.org/10.5281/jnerscommunity.v11i1.1015>
- Rukmanawati, F. (2019). *Gambaran Faktor-faktor yang Menyebabkan Kecemasan Anak pada Tindakan Pencabutan Gigi di Puskesmas Godeani*. (Karya Tulis Ilmiah, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta, 2019)
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). *Penurunan tingkat kecemasan anak akibat hospitalisasi dengan penerapan terapi bermain*. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 3(1): 9-12
- Umam et al. (2018). *Analisis material endapan vulkanik gunung semeru kabupaten lumajang*. 2(1), 1-7.
<https://www.jurnal.unej.ac.id/index.php/PGEO/article/view/11522>.