

Terapi Bermain Congklak Dapat Menurunkan Kecemasan Anak Selama Hospitalisasi

Nurlaila^{1*}, Noviyanti², Ning Iswati³

¹Prodi Keperawatan Program Diploma Tiga, STIKES Muhammadiyah Gombong
Jl. Yos Soedarso No.461 Gombong Kebumen 54412

^{2,3}Prodi Keperawatan Program Sarjana, STIKES Muhammadiyah Gombong
Jl. Yos Soedarso No.461 Gombong Kebumen 54412

¹nurlaila@stikesmuhgombong.ac.id*, ²noviyanti002@gmail.com, ³wise.ning@gmail.com
*corresponding author

Tanggal Submisi: 28 Desember 2020, Tanggal Penerimaan: 8 April 2021

Abstrak

Terapi bermain dapat menurunkan kecemasan pada anak selama perawatan di rumah sakit. Congklak merupakan permainan tradisional yang menyenangkan bagi anak dan dapat meningkatkan kemampuan motorik halus. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh terapi bermain congklak terhadap kecemasan anak selama hospitalisasi. Penelitian dilakukan di RS PKU Muhammadiyah Gombong menggunakan desain *quasi eksperiment*. Sampel berjumlah 34 anak dipilih secara *purposive sampling*. Tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen *Facial Image Scale* (FIS) sebelum dan setelah terapi bermain. Analisis data menggunakan uji paired t-test. Hasil penelitian menunjukkan kecemasan anak menurun setelah terapi bermain congklak sehingga ada pengaruh terapi bermain congklak terhadap kecemasan anak selama hospitalisasi.

Kata Kunci: bermain, congklak, cemas, hospitalisasi

Playing Congklak Can Reduce Children's Anxiety During Hospitalization

Abstract

Play therapy can reduce anxiety during hospitalization. Congklak is a traditional game that is fun for children, it can improve fine motor skills. The purpose was to determine the effect of playing congklak on children's anxiety during hospitalization. The study was conducted at PKU Muhammadiyah Gombong Hospital using quasi-experimental design. The samples of 34 children were taken by purposive sampling. Anxiety levels measured by Facial Image Scale (FIS) before and after play therapy. Data analysis using paired t-test. The results showed the child's anxiety decreased after playing congklak. There is an effect of playing congklak on children's anxiety during hospitalization.

Keywords: playing, congklak, anxiety, hospitalization



PENDAHULUAN

Anak yang menjalani perawatan dirumah sakit dapat menimbulkan suatu stres bagi anak⁴ dan keluarga (Nurlaila *et al.*, 2018). Persentase anak yang mengalami keluhan kesehatan dan rawat inap dalam setahun terakhir, sebesar 3,21 persen anak mengalami keluhan kesehatan dan rawat inap dalam setahun terakhir. Persentase anak yang mengalami keluhan kesehatan dan rawat inap di perkotaan sebesar 3,80 persen, relatif lebih tinggi dibandingkan dengan di perdesaan sebesar 2,59 persen. Menurut jenis kelamin, tidak terlihat perbedaan yang signifikan antara persentase anak laki-laki dan perempuan yang rawat inap. Anak yang dirawat di rumah sakit akan berpengaruh pada kondisi fisik dan psikologinya, hal ini disebut dengan hospitalisasi (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2018).

Hospitalisasi pada anak merupakan suatu proses karena suatu alasan yang direncanakan atau darurat mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai anak dapat dipulangkan kembali kerumah. Selama proses tersebut, anak dapat mengalami berbagai kejadian berupa pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan stress (Nurlaila *et al.*, 2018). Bagi anak, sakit dan dirawat di rumah sakit merupakan krisis utama yang tampak pada anak. Anak akan mengalami cemas akibat perubahan terhadap status kesehatannya maupun lingkungannya dalam kebiasaan sehari-hari dan anak juga mempunyai sejumlah keterbatasan dalam mekanisme coping untuk mengatasi masalah maupun kejadian-kejadian yang bersifat menekan. Peran ibu sangat penting dalam menurunkan kecemasan anak selama. Perilaku ibu dalam menurunkan kecemasan dipengaruhi oleh sikap positif. Ibu yang bersikap positif mempunyai resiko 3,501 kali dalam perilaku mengatasi dampak hospitalisasi pada anak prasekolah dibandingkan dengan responden yang bersikap negatif (Rivanica & Riyanti, 2017). Perilaku ibu untuk menurunkan kecemasan salah satunya adanya menemani anak bermain selama di rumah sakit. Hospitalisasi juga menimbulkan beberapa dampak pada anak di antaranya seperti dampak perpisahan, kehilangan control, sakit/nyeri, dan beberapa akibat dari dampak hospitalisasi tersebut ialah anak merasa putus asa, menimbulkan reaksi protes, tidak kooperatif, depresi (Nurlaila *et al.*, 2018).

Intervensi yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak hospitalisasi adalah melalui terapi bermain. Terapi bermain berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Terapi bermain dapat berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan anak selama perawatan di rumah sakit. Perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan anak antara sebelum dilakukan terapi bermain dengan sesudah dilakukan terapi bermain sehingga diharapkan Rumah Sakit dapat meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan pada anak yang berobat di puskesmas, dengan meningkatkan perhatian dan memberikan terapi bermain sesuai dengan tahap perkembangan anak serta menyediakan sarana bermain sehingga anak-anak akan merasa aman

dan nyaman selama dalam perawatan (Amalia *et al.*, 2018; Saputro & Fazrin, 2017).

Bermain tidak sekedar mengisi waktu tapi merupakan suatu kebutuhan untuk anak selain makan, perawatan, dan cinta kasih. Anak memerlukan berbagai variasi bermain untuk kesehatan fisik, mental dan perkembangan emosi (Astuti, 2018). Permainan merupakan sesuatu yang mengasyikkan dan menyenangkan bagi anak, karena permainan dapat memuaskan dorongan penjelajahan. Dorongan ini meliputi keingintahuan dan hasrat akan informasi tentang sesuatu yang baru atau yang tidak biasa (Santrock, 2011). Melalui permainan anak juga dapat melakukan banyak hal, salah satunya adalah meningkatkan kemampuan berhitung. Kegiatan permainan terjadi ketika anak bermain bersama temannya dalam kegiatan sosial secara aktif, dan mengikuti aturan permainan. Salah satu permainan yang dapat mengembangkan kemampuan dalam berhitung adalah permainan congklak (Kurniati, 2016).

Seiring dengan kemajuan teknologi, anak semakin menyukai bermain dengan media gadget. Anak tidak mengenal lagi permainan tradisional. Penggunaan teknologi modern seperti handphone, motor, televisi, dan sebagainya; yang dijadikan sebagai media bermain menjadi salah satu penyebab bergesernya gaya hidup anak dari yang awalnya bergaya hidup mandiri dan menjunjung tinggi nilai tradisional menjadi hedonis dan lebih menyukai hal yang serba modern (Astuti, 2018). Permainan tradisional memiliki nilai besar dalam menanamkan pendidikan karakter pada anak. permainan tradisional merupakan warisan leluhur, mengandung nilai moral, dan ikut serta melestarikan budaya bangsa (Syamsurrijal, 2020). Namun demikian terapi bermain dengan jenis permainan tradisional belum diterapkan di rumah sakit. Jenis permainan yang sering dilakukan dirumah sakit antara lain bola, puzzle, musik, play dough, menggambar dan mewarnai. Permainan tradisional yang dapat dilakukan di Rumah Sakit salah satunya adalah congklak. Permainan tradisional yang bisa dimainkan oleh anak usia dini ini memiliki fungsi dalam mengembangkan kemampuan dasar anak dan menstimulasi kecerdasan majemuk. Kemampuan dasar yang dapat berkembang melalui permainan congklak yaitu kecerdasan logika-matematika (KLM), kecerdasan interpersonal (Kinter), kecerdasan intrapersonal (Kintra) (Saputra & Ekawati, 2017).

Menurut Safitri (2016) permainan congklak bermanfaat sebagai Alat Permainan Edukatif (APE) yang mempunyai nilai dan manfaat untuk meningkatkan kemampuan motorik halus, dengan menggenggam biji congklak ditangannya dan memasukkan ke dalam lobang, yang melibatkan gerakan-gerakan tubuh yang membuat tubuh menjadi sehat dan otot-otot tubuh menjadi kencang. Penelitian Safitri (2016) menyimpulkan bahwa bermain congklak dapat meningkatkan kemampuan berhitung yang sangat signifikan. Melalui bermain congklak anak dapat lebih mudah dan lebih faham dalam berhitung. Sehingga melalui bermain congklak dapat meningkatkan kemampuan berhitung anak. Kemampuan berhitung peserta didik dapat dilihat dari observasi awal sebesar 47,05 %. Pada siklus I kemampuan berhitung peserta didik meningkat menjadi

Nurlaila, Noviyanti, Ning Iswati (Terapi Bermain Congklak Dapat Menurunkan Kecemasan....)

61,76 % dan pada siklus II meningkat lagi menjadi 79,41 %. Didukung juga dari hasil penelitian lain yang dilakukan yang menyatakan bahwa melalui penggunaan permainan congklak dalam pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan berhitung anak (Nataliya, 2015).

Hasil observasi terhadap 5 anak pra sekolah yang menjalani perawatan di PKU Muhammadiyah Gombong menunjukkan tanda-tanda kecemasan, anak pertama menunjukkan respon menangis ketika perawat mendekat, anak kedua selalu berlindung pada orangtuanya ketika perawat mendekat, anak ketiga berontak saat perawat melakukan tindakan, anak keempat menolak makan, dan anak kelima selalu menangis ketika ditinggalkan orangtuanya. Tindakan yang dilakukan perawat untuk mengurangi kecemasan yaitu melibatkan orangtua dalam tindakan keperawatan dan berkomunikasi dengan anak bahwa tindakan yang akan dilakukan tidak menyakitkan. Terapi bermain yang sudah pernah dilakukan yaitu puzzle dan plastisin. Komunikasi penulis terhadap salah satu perawat yang bertugas mengungkapkan terapi bermain pernah dilakukan namun belum intensif sehingga penulis berminat melakukan tindakan terapi bermain congklak guna mengurangi kecemasan anak selama hospitalisasi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi bermain congklak terhadap kecemasan anak selama hospitalisasi di RS PKU Muhammadiyah Gombong.

METODE

Penelitian ini dilakukan di RS PKU Muhammadiyah Gombong menggunakan desain *quasi eksperiment* dengan pendekatan one group pre-test-post-test. Sampel berjumlah 34 anak usia pra sekolah yang dirawat di rumah sakit. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling. Terapi bermain dilakukan sebanyak 3 kali yaitu 1 kali sehari selama 3 hari.. Tingkat kecemasan diukur menggunakan instrumen *Facial Image Scale* (FIS) sebelum dan setelah terapi bermain. Data dianalisis secara deskriptif dan komparatif menggunakan uji paired t-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1.1. Karakteristik anak berdasarkan usia

Tabel 1. Karakteristik Usia Anak

Usia Anak	Jumlah	Persentase
3 Tahun	8	23,5%
4 Tahun	14	41,2%
5 Tahun	12	35,3%
Total	34	100,0%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden yaitu 14 responden (41,2%) berusia 4 tahun.

1.2. Kecemasan anak sebelum diberikan terapi bermain congklak

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Anak sebelum Terapi Bermain Congklak

Kecemasan	Jumlah	Persentase
Cemas Ringan	2	5,9%
Cemas Sedang	5	14,7%
Cemas Berat	27	79,4%
Total	34	100,0%

Berdasarkan tabel diatas, sebagian besar anak mengalami kecemasan kategori berat yaitu 27 responden (79,4%), rata-rata anak mengalami kecemasan berat skor 4,74. Pada penelitian ini tanda gejala yang paling banyak dialami anak yaitu ketegangan yang meliputi menggenggam tangan ibu dengan kuat, lesu, mudah menangis, ketakutan pada orang asing, dan gangguan tidur seperti terbangun malam hari.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Ramdaniati, Hermaningsih, and Muryati (2016) menjelaskan bahwa 52% anak usia sekolah yang mengalami hospitalisasi merasa ketakutan. Kecemasan adalah kondisi yang sering ditemukan pada anak yang sakit. Hampir dalam setiap tahap perkembangan usia anak, kecemasan dan ketakutan akan penanganan medis masih menjadi masalah besar dalam pelayanan keperawatan. Bagi anak prasekolah, rumah sakit adalah tempat yang mengerikan.

Sakit dan dirawat dirumah sakit merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan bagi anak. Selama masa perawatan ini anak mengalami masa sulit karena tidak dapat melakukan kebiasaan bermain bersama teman-temannya. Kecemasan anak meningkat karena anak berada di lingkungan yang baru, dikelilingi oleh orang-orang asing yang tidak dikenalnya dan peralatan yang menakutkan (Nurlaila *et al.*, 2018).

Kecemasan merupakan perasaan yang paling umum yang dialami anak saat berobat ke fasilitas pelayanan kesehatan. Kecemasan yang sering dialami seperti menangis, dan takut pada orang baru. Respon kecemasan anak tergantung dari tahapan usia anak. Kecemasan anak akibat stress yang ditimbulkan dari situasi saat menjalani pengobatan akan berdampak terhadap tingkat kooperatif anak terhadap pengobatan dan perawatan yang diberikan apabila tidak diatasi salah satunya dengan terapi bermain (Yawkey & Pellegrini, 2018).

Berbagai cara dilakukan oleh pemberi pelayanan kesehatan untuk mengatasi masalah yang muncul. Salah satu tindakan keperawatan untuk mengurangi dampak dari penanganan medis adalah bermain. Bagi anak, bermain adalah pekerjaan rutin yang dilakukan secara volunter dan tidak ada tekanan atau paksaan dari luar. Bermain adalah refleksi dari kemampuan fisik, intelektual, emosional, sosial dan medium yang baik untuk belajar karena anak dapat

berkomunikasi, beradaptasi dengan lingkungan, dan menyelesaikan apa yang bisa dilakukan. Bermain dapat dilakukan oleh anak yang sehat maupun yang sakit. Meskipun anak sedang sakit, kebutuhan untuk bermain tetap ada (Sari & Handayani, 2012).

Balita memerlukan media untuk dapat mengekspresikan perasaan tersebut dan mampu bekerja sama dengan petugas kesehatan selama dalam pengobatan. Media yang paling efektif adalah melalui kegiatan permainan. Permainan yang terapeutik yang didasari oleh pandangan bahwa bermain bagi anak merupakan aktifitas yang sehat dan diperlukan untuk kelangsungan tumbuh kembang anak dan memungkinkan untuk menggali, mengekspresikan perasaan dan pikiran serta mengalihkan perasaan nyeri dan juga relaksasi. Dengan demikian, kegiatan bermain harus menjadi bagian integral dari pelayanan kesehatan anak di fasilitas pelayanan kesehatan (Supartini, 2012).

1.3. Kecemasan Anak Pra Sekolah Sesudah Diberikan Terapi Bermain Congklak

Tabel 3. Tingkat kecemasan anak setelah terapi bermain congklak

Kecemasan	Jumlah	Persentase
Tidak Cemas	3	8,8%
Cemas Ringan	12	35,3%
Cemas Sedang	19	55,9%
Total	34	100,0%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar anak pra sekolah mengalami kecemasan kategori sedang yaitu 19 responden (55,9%), sesudah diberikan terapi bermain congklak rata-rata anak pra sekolah mengalami cemas sedang skor 3,47.

Bermain congklak dapat dijadikan media untuk mengalihkan perhatian anak dari rasa ketidaknyamanan berada di rumah sakit. Saat anak melakukan permainan congklak maka perhatian akan dipusatkan pada permainan congklak yang dilakukan sehingga anak dapat menjadi rileks dan mau berkomunikasi dengan lawan bermainnya. Peneliti sebagai lawan bermain dapat menasehati anak untuk tidak cengeng dalam menjalani perawatan di rumah sakit. Keterlibatan orangtua dalam permainan congklak dapat menumbuhkan rasa nyaman, dan kasih sayang anak terhadap orangtua dan sebaliknya. Rasa nyaman ini menyebabkan anak tidak merasa cemas dalam menjalani perawatan di rumah sakit.

Menjalani perawatan di rumah sakit (hospitalisasi) dapat menimbulkan stres pada anak. Hospitalisasi merupakan suatu proses karena suatu alasan yang terencana atau darurat, mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan sampai pemulangnya kembali ke rumah. Selama proses tersebut, anak dan orang tua dapat mengalami berbagai kejadian yang menurut berbagai penelitian ditunjukkan dengan pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan stres (Supartini, 2012).

Terjadinya stres hospitalisasi pada anak dapat berpengaruh terhadap perawatan anak selama di rumah sakit dan dapat berpengaruh terhadap proses penyembuhan. Reaksi hospitalisasi yang ditunjukkan oleh anak bersifat individual dan sangat bergantung pada tahapan usia perkembangan anak, pengalaman sebelumnya terhadap sakit, sistem pendukung yang tersedia dan kemampuan coping yang dimiliki (Supartini, 2012). Anak yang mengalami stres selama dalam masa perawatan, dapat membuat orang tua menjadi stres dan stres orang tua akan membuat tingkat stres anak semakin meningkat (Supartini, 2012). Terutama pada mereka yang baru pertama kali mengalami perawatan di rumah sakit dan orang tua yang kurang mendapat dukungan emosi dan sosial dari keluarga, kerabat, bahkan petugas kesehatan akan menunjukkan perasaan cemasnya.

Terapi bermain memungkinkan klien mengembangkan mekanisme penyelesaian masalah dan adaptasi dan diharapkan dapat menyediakan lingkungan yang aman dan penerimaan sehingga klien anak bebas mengekspresikan ketakutan dan kecemasannya. Agar hal tersebut bisa dihindari anak perlu mendapatkan suatu media yang dapat mengekspresikan perasaan tersebut, media yang paling efektif adalah melalui terapi bermain (Nijhof *et al.*, 2018; Supartini, 2012).

Bagi anak, karena permainan dapat memuaskan dorongan penjelajahan. Dorongan ini meliputi keingintahuan dan hasrat akan informasi tentang sesuatu yang baru atau yang tidak biasa (Santrock, 2011). Melalui permainan anak juga dapat melakukan banyak hal, salah satunya adalah meningkatkan kemampuan berhitung. Kegiatan permainan terjadi ketika anak bermain bersama temannya dalam kegiatan sosial secara aktif, dan mengikuti aturan permainan. Salah satu permainan yang dapat mengembangkan kemampuan dalam berhitung adalah permainan congklak (Kurniati, 2016).

Pada penelitian lain menyebutkan bahwa orang tua mengatakan bahwa terapi bermain memberikan kesempatan pada anak untuk bersosialisasi dengan orang lain dan dapat berteman dengan pasien anak yang lain (Li *et al.*, 2016).

1.4. Pengaruh terapi bermain congklak terhadap kecemasan anak pra sekolah selama hospitalisasi

Tabel 4. Pengaruh terapi bermain congklak terhadap kecemasan anak

Kecemasan	Mean	SD	Beda Mean	t	p
Pre	4,74	0,567	1,265	8,538	0,000
Post	3,47	0,662			

Dari tabel diatas menunjukkan hasil uji statistik *paired t-test*, pada analisa sebelum diberikan terapi bermain congklak rata-rata anak mengalami kecemasan berat skor 4,74 sedangkan analisa sesudah diberikan terapi bermain congklak rata-rata anak pra sekolah mengalami cemas sedang skor 3,47. Beda mean atau perbedaan rata-rata kecemasan yaitu 1,265 dengan *p value*: 0,000 artinya ada

pengaruh terapi bermain congklak terhadap kecemasan anak selama hospitalisasi di Ruang Husna RS PKU Muhammadiyah Gombong.

Selama dirawat di rumah sakit, bermain baik dalam bentuk permainan terapeutik, atau seperti dalam bentuk terapi bermain, terbukti memiliki nilai terapi yang tinggi untuk anak-anak yang sakit, sehingga berkontribusi pada kesejahteraan fisik dan emosional mereka serta mendukung pemulihan anak. Terapi bermain dapat mengetahui masalah yang berkaitan dengan pengalaman anak selama di rumah sakit dan mengurangi perasaan negatif anak saat masuk ke rumah sakit dan menjalani rawat inap. Bermain banyak digunakan dalam persiapan pra-operasi dan prosedur invasive dan juga bermanfaat untuk anak kanker yang dirawat dirumah sakit. Pada penelitian lain menunjukkan hasil bahwa dengan terapi bermain anak mengatakan tidak lagi merasa cemas dan stress saat prosedur medis. Anak dan orang tua melaporkan bahwa perawat dan dokter peduli dengan kebutuhan psikologis pasien (Koukourikos et al., 2015; Li *et al.*, 2016).

Respon setiap anak pada saat dilakukan terapi bermain berbeda-beda, namun menunjukkan pengurangan kecemasan yang signifikan. Butuh kesabaran dalam mengenalkan permainan congklak disaat anak menjalani ketidaknyamanan perawatan di rumah sakit. Sebagian anak menolak permainan ini ketika pertama kali diperkenalkan dengan permainan congklak dan mereka lebih memilih bermain gadget milik orangtua mereka. Kurangnya aktivitas di rumah sakit sehingga bermain gadgetpun membosankan bagi mereka dan mulai mau bermain congklak. Permainan congklak menarik bagi mereka dan permainan ini bisa dijadikan alat bagi peneliti untuk menguatkan anak agar tidak cengeng menjalani perawatan. Peneliti bermain congklak dengan anak selama 5-15 menit, tiga kali sehari untuk menjaga anak dari kebosanan. Ketika anak merasa bosanpun peneliti juga menghentikan permainan. Permainan ini memiliki kelebihan yaitu anak lebih kooperatif karena aturan main memungkinkan anak mempersilahkan lawanya untuk bermain dahulu kemudian anak melangkah setelahnya.

Penelitian lainnya seperti yang dilakukan oleh Prasetyo & Nurlaila (2019) tentang terapi bermain kolase untuk meningkatkan tingkat kooperatif anak selama menjalani hospitalisasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kooperatif pada anak usia pra sekolah yang dirawat antara sebelum dengan sesudah pemberian terapi bermain. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa Terapi bermain kolase kartun terbukti dapat meningkatkan tingkat kooperatif anak usia prasekolah selama menjalani terapi inhalasi.

Beberapa faktor yang menyebabkan kecemasan pada anak misalnya tindakan invasif (penusukan). Anak prasekolah akan bereaksi terhadap tindakan penusukan bahkan mungkin bereaksi untuk menarik diri terhadap jarum karena menimbulkan rasa nyeri yang menyebabkan takut terhadap tindakan penusukan. Karakteristik anak usia prasekolah dalam berespon terhadap nyeri diantaranya dengan menangis keras atau berteriak, mengungkapkan secara verbal, memukul tangan atau kaki, mendorong hal yang menyebabkan nyeri, kurang kooperatif, membutuhkan restrain, meminta untuk mengakhiri tindakan yang menyebabkan nyeri, menempel atau berpegangan pada orangtua, perawat atau yang lain,

Nurlaila, Noviyanti, Ning Iswati (Terapi Bermain Congklak Dapat Menurunkan Kecemasan....)

mempunyai dukungan emosi seperti pelukan, melemah dan antisipasi terhadap nyeri actual (Hockenberry & Wilson, 2011).

Bermain congklak merupakan salah satu jenis permainan yang mudah dilakukan dirumah sakit dan dapat menurunkan kecemasan pada anak selama menjalani hospitalisasi. Dalam permainan congklak terdapat kegiatan bermain yang menyenangkan. Bermain congklak dapat melatih anak berpikir, strategi mengalahkan lawan, melatih kerjasama dan emosi anak. Sehingga dapat meningkatkan kemampuan kognitif anak (Lestari & Prima, 2018).

SIMPULAN

Terapi bermain congklak dapat menurunkan kecemasan pada anak yang menjalani perawatan dirumah sakit. Bermain congklak yang merupakan salah satu permainan tradisional dapat dijadikan alternatif bermain selama di rumah sakit.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A., Oktaria, D., & Oktavani. (2018). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah selama Masa Hospitalisasi. *Majority*, 7(18), 219–225.
- Astuti, D. (2018). *Pergeseran Gaya Hidup Anak akibat Perubahan Media Bermain*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2011). *Wong's Nursing care of Infants and Children* (9th ed.). Elsevier Ltd.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2018). Profil Anak Indonesia 2018. In *Kemntrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA)* (Vol. 5, Issue 1).
- Koukourikos, K., Tzaha, L., Pantelidou, P., & Tsaloglidou, A. (2015). The Importance of Play During Hospitalization of Children. *Materia Socio Medica*, 27(6), 438. <https://doi.org/10.5455/msm.2015.27.438-441>
- Kurniati, E. (2016). *Permainan Tradisional dan Perannya dalam mengembangkan Keterampilan Sosial Anak*. Kencana.
- Lestari, P. I., & Prima, E. (2018). Permainan Congklak Dalam Meningkatkan Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 Tahun. *Prosiding, SINTESA, November*, 539–546.
- 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 Pediatrics*, 16(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0570-5>
- Nataliya, P. (2015). Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Permainan Tradisional Congklak Untuk Meningkatkan Kemampuan Berhitung Pada Siswa Sekolah Dasar. *Ilmiah Psikologi Terapan*, 03(02), 348. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/3536>
- Nijhof, S. L., Vinkers, C. H., van Geelen, S. M., Duijff, S. N., Achterberg, E. J. M., van der Net, J., Veltkamp, R. C., Grootenhuis, M. A., van de Putte, E. M.,

Nurlaila, Noviyanti, Ning Iswati (Terapi Bermain Congklak Dapat Menurunkan Kecemasan....)

-
- Hillegers, M. H. J., van der Brug, A. W., Wierenga, C. J., Benders, M. J. N. L., Engels, R. C. M. E., van der Ent, C. K., Vanderschuren, L. J. M. J., & Lesscher, H. M. B. (2018). Healthy play, better coping: The importance of play for the development of children in health and disease. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 95(July), 421–429. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.09.024>
- Nurlaila, Utami, W., & Cahyani, T. . (2018). *Buku Ajar Keperawatan Anak* (1st ed.). Leutikaprio.
- Prasetyo, A. S., & Nurlaila. (2019). Penerapan Terapi Bermain Kolase Kartun terhadap Tingkat Kooperatif Anak Prasekolah selama Prosedur. *Prosiding The 10 Th University Research Coloquium*, 22–27.
- Ramdaniati, S., Hermaningsih, S., & Muryati. (2016). Comparison Study of Art Therapy and Play Therapy in Reducing Anxiety on Pre-School Children Who Experience Hospitalization. *Open Journal of Nursing*, 06(01), 46–52. <https://doi.org/10.4236/ojn.2016.61005>
- Rivanica, R., & Riyanti, N. (2017). Mengatasi Stressor Pada Anak Usia Pra Sekolah (3-6 Tahun) Terhadap Dampak Hospitalisasi. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(2), 178–191. <https://ejournal.unisayogya.ac.id/ejournal/index.php/jkk/article/view/401/201>
- Safitri, E. (2016). *Upaya meningkatkan kemampuan berhitung melalui permainan congklak di taman kanak-kanak nurul iman bandar lampung*.
- Santrock. (2011). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Erlangga.
- Saputra, N. E., & Ekawati, Y. N. (2017). Permainan Tradisional Sebagai Upaya Meningkatkan Kemampuan Dasar Anak. *Jurnal Psikologi Jambi*, 2(2), 48–53.
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi dengan Penerapan Terapi Bermain. *Jurnal Konseling Indonesia*, 3(1), 9–12. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Sari, N., & Handayani, S. (2012). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai dan Origami terhadap Tingkat Kecemasan sebagai Efek Hospitalisasi pada Anak Usia Pra Sekolah di RSUD dr. R. Goetheng Tarunadibrata Purbalingga. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 3(2).
- Supartini. (2012). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. EGC.
- Syamsurrijal, A. (2020). Bermain sambil Belajar: Permainan Tradisional sebagai Medua Penanaman Nilai Pendidikan Karakter. *ZAHRA: Reasearch and Tought Elmentary School of Islam Journal*, 1(2), 1–14.
- Yawkey, T. D., & Pellegrini, A. D. (2018). *Child's Play: Developmental and Applied* (20th ed.). Lawrence Erlbaum Associates.