

Asuhan keperawatan pada anak pra sekolah dengan kecemasan hospitalisasi melalui penerapan terapi bermain lego

Syahbina Putri Juani^{1*}, Gita Adelia¹, Yureya Nita¹, Cindy Febriyeni¹

¹Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri

Jurnal Kesehatan
e-ISSN: 2502-0439



Informasi artikel

Diterima : 20 Oktober 2025
Revisi : 18 Februari 2026
Diterbitkan : 31 Januari 2026

Korespondensi

nama penulis: Syahbina Putri Juani
afiliasi: Institut Kesehatan Payung Negeri
email: syahbinaputri9@gmail.com

Sitasi:

Juani, S.P.; Adelia, G.; Nita, Y.; Febriyeni, C. (2026). Asuhan keperawatan pada anak pra sekolah dengan kecemasan hospitalisasi melalui penerapan terapi bermain lego. *Jurnal Kesehatan*. Vol 13(2)

ABSTRAK

Hospitalisasi dapat menimbulkan stres dan kecemasan pada anak prasekolah akibat perubahan lingkungan, prosedur medis, serta keterpisahan dari keluarga yang berdampak pada proses penyembuhan dan perkembangan psikososial. Kondisi ini memerlukan intervensi keperawatan yang tepat, salah satunya melalui pendekatan nonfarmakologis berbasis perkembangan anak. Terapi bermain LEGO merupakan intervensi yang dapat memberikan distraksi positif, meningkatkan rasa aman, serta menurunkan kecemasan melalui stimulasi motorik halus, kreativitas, dan kontrol diri anak selama hospitalisasi. Tujuan studi kasus ini adalah menerapkan terapi bermain LEGO sebagai intervensi keperawatan berbasis Evidence-Based Practice (EBP) dalam mengatasi kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi sekaligus mendukung peningkatan kecerdasan dan kreativitas anak. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan melibatkan dua anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Intervensi terapi bermain LEGO diberikan selama tiga hari berturut-turut pada tanggal 14–16 Juli 2025 dengan durasi 15 menit setiap sesi. Tingkat kecemasan diukur menggunakan lembar observasi kriteria kecemasan sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest). Hasil menunjukkan penurunan tingkat kecemasan pada kedua responden, dari kategori kecemasan sedang menjadi tidak cemas dan kecemasan ringan. Kesimpulannya, terapi bermain LEGO efektif menurunkan kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Penelitian lanjutan dengan desain eksperimen dan sampel lebih besar disarankan untuk memperkuat bukti ilmiah.

Kata kunci: Kecemasan, Anak Prasekolah, Terapi bermain lego

ABSTRACT

Hospitalization can cause stress and anxiety in preschool-aged children due to environmental changes, medical procedures, and separation from family, which may negatively affect the healing process and psychosocial development. This condition requires appropriate nursing interventions, one of which is a non-pharmacological approach based on child development. LEGO play therapy is an intervention that provides positive distraction, enhances a sense of security, and reduces anxiety through stimulation of fine motor skills, creativity, and self-control during hospitalization. The purpose of this case study was to implement LEGO play therapy as an Evidence-Based Practice (EBP) nursing intervention to reduce anxiety in hospitalized preschool children while also supporting cognitive development and creativity. This study employed a case study design involving two hospitalized preschool-aged children. The LEGO play therapy intervention was conducted for three consecutive days from July 14 to July 16, 2025, with a duration of 15 minutes per session. Anxiety levels were measured using an anxiety criteria observation checklist before the intervention (pretest) and after the intervention (posttest). The results showed a reduction in anxiety levels in both participants, from moderate anxiety to no anxiety and mild anxiety. In conclusion, LEGO play therapy was effective in reducing anxiety among hospitalized preschool children. Further research using an experimental design and a larger sample size is recommended to strengthen the scientific evidence.

Keywords: Anxiety, Preschool Children, Lego play therapy

Pendahuluan

Hospitalisasi merupakan suatu kondisi yang mengharuskan anak menjalani perawatan dan terapi di rumah sakit, yang sering kali menjadi pengalaman darurat dan tidak menyenangkan bagi anak. Selama hospitalisasi, anak harus beradaptasi dengan berbagai situasi baru, salah satunya berpisah sementara dari keluarga, yang dapat memicu perubahan emosional (Dias et al., 2025). Hospitalisasi juga sering dikaitkan dengan pengalaman stres akibat tindakan medis, perlukaan, dan nyeri, sehingga berpotensi menimbulkan tekanan psikologis pada anak (Firman et al., 2025). Penelitian terdahulu melaporkan bahwa sekitar 3–10% pasien anak di Amerika Serikat mengalami stres selama hospitalisasi. Di Indonesia, anak prasekolah mencapai sekitar 72% dari populasi anak, dengan perkiraan 35 dari 100 anak menjalani hospitalisasi dan 45% di antaranya mengalami kecemasan (Dias et al., 2025).

Kecemasan merupakan respons emosional yang umum dialami anak selama hospitalisasi dan sering ditandai dengan perilaku menangis, takut terhadap orang asing, serta penolakan

terhadap tindakan keperawatan. Upaya untuk menurunkan kecemasan pada anak dapat dilakukan melalui pendekatan nonfarmakologis, salah satunya dengan mengajak anak bermain sebagai bentuk distraksi yang efektif untuk meminimalkan stres selama perawatan (Firman et al., 2025). Terapi bermain terbukti sebagai intervensi keperawatan yang efektif dalam menurunkan kecemasan serta mengurangi dampak negatif hospitalisasi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak (Mujiyanti & Ris Rismawati, 2019).

Salah satu bentuk terapi bermain yang dapat diterapkan adalah terapi bermain LEGO (menyusun balok). LEGO merupakan permainan konstruktif berupa bongkahan kecil yang dapat dibongkar pasang menjadi berbagai bentuk. Terapi bermain LEGO tidak hanya berperan dalam menurunkan kecemasan dan stres, tetapi juga dapat meningkatkan kecerdasan, kreativitas, motorik halus, serta kemampuan mengontrol emosi pada anak prasekolah (Kurnia & Yanti, 2020). Selain itu, bermain LEGO membantu perawat dalam memberikan distraksi sehingga anak menjadi lebih kooperatif selama pelaksanaan prosedur keperawatan (Ariani et al., 2022).

Beberapa penelitian telah menunjukkan efektivitas terapi bermain

LEGO dalam menurunkan tingkat kecemasan anak prasekolah selama hospitalisasi. Penelitian kuantitatif dengan desain quasi-eksperimen yang melibatkan 32 responden menunjukkan adanya perbedaan rerata tingkat kecemasan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan terapi bermain LEGO (Tesaningrum & Mariyam, 2019). Penelitian lain dengan desain pre-eksperimental juga melaporkan adanya pengaruh terapi bermain LEGO terhadap penurunan tingkat kecemasan anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi (Ariani et al., 2022).

Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk menerapkan terapi bermain LEGO sebagai intervensi keperawatan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

Metode

Pelaksanaan *Evidence-Based Nursing Practice* (EBP) dalam penelitian ini berupa penerapan terapi bermain LEGO sebagai intervensi keperawatan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah (usia 3–6 tahun) yang menjalani hospitalisasi di Ruang

Anggrek Rumah Sakit Umum Daerah Arifin Ahmad Provinsi Riau. Intervensi ini diterapkan pada pasien anak prasekolah yang baru menjalani perawatan selama 1–2 hari di ruang rawat inap, dengan pertimbangan bahwa fase awal hospitalisasi merupakan periode yang rentan terhadap munculnya kecemasan.

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi tahap pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Subjek studi kasus adalah anak prasekolah yang memenuhi kriteria inklusi. Terapi bermain LEGO diberikan sebagai intervensi keperawatan pada tahap implementasi dalam suasana yang tenang dan nyaman, dengan durasi ± 15 menit setiap sesi selama tiga hari berturut-turut. Pelaksanaan intervensi disesuaikan dengan kondisi fisik dan psikologis anak serta jadwal tindakan keperawatan di ruang perawatan.

Sebelum pelaksanaan intervensi, orang tua atau wali anak diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, dan manfaat terapi bermain LEGO, kemudian diminta untuk menandatangani informed consent sebagai bentuk persetujuan menjadi partisipan. Tingkat kecemasan anak dikaji menggunakan

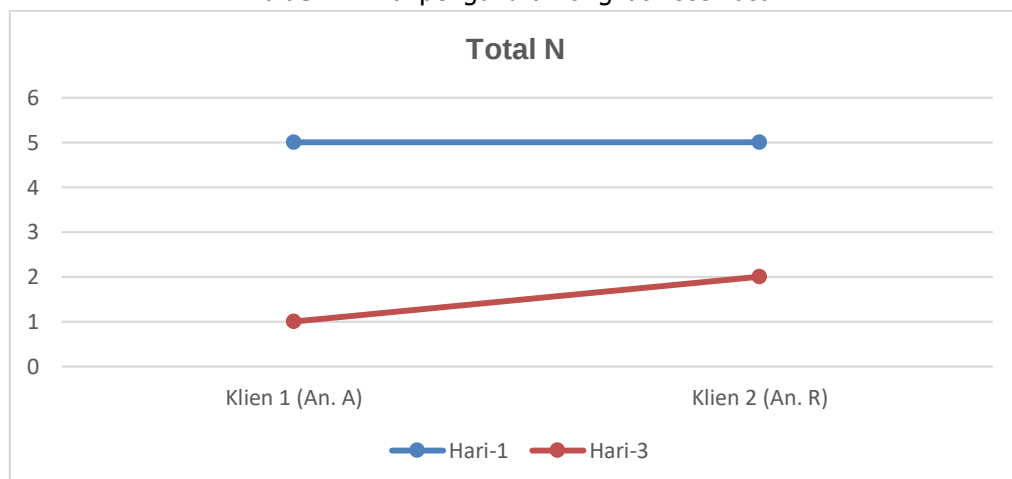
lembar observasi kriteria kecemasan pada tahap pengkajian awal (*pretest*) dan dilakukan evaluasi ulang pada tahap evaluasi setelah seluruh rangkaian intervensi selesai diberikan (*posttest*).

Keberhasilan penerapan terapi bermain LEGO dievaluasi berdasarkan perubahan tingkat kecemasan anak sebelum dan sesudah intervensi. Hasil evaluasi digunakan untuk menilai efektivitas terapi bermain LEGO sebagai intervensi keperawatan berbasis EBP dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi. kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

Hasil

Hasil pengukuran tingkat kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi bermain LEGO disajikan pada Tabel 1. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan pada hari pertama sebelum intervensi (*pretest*) dan pada hari ketiga setelah seluruh rangkaian intervensi terapi bermain LEGO diberikan (*posttest*). Berdasarkan hasil pengukuran, kedua klien menunjukkan penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi bermain LEGO. Pada pengukuran awal, klien 1 (An. A) dan klien 2 (An. R) berada pada kategori kecemasan sedang dengan skor masing-masing 5. Setelah intervensi, tingkat kecemasan klien 1 menurun menjadi skor 1 yang menunjukkan kondisi tidak cemas, sedangkan klien 2 menurun menjadi skor 2 yang termasuk dalam kategori kecemasan ringan.

Tabel 1. Nilai pengukuran tingkat kecemasan



Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi setelah diberikan intervensi terapi bermain LEGO. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan pada hari pertama sebelum intervensi (pretest) dan pada hari ketiga setelah seluruh rangkaian intervensi selesai diberikan (posttest). Berdasarkan Tabel 1, kedua klien (An. A dan An. R) pada pengukuran awal berada pada kategori kecemasan sedang dengan skor masing-masing 5. Setelah diberikan terapi bermain LEGO, tingkat kecemasan klien 1 menurun menjadi skor 1 (tidak cemas), sedangkan klien 2 menurun menjadi skor 2 (kecemasan ringan). Temuan ini menunjukkan bahwa terapi bermain LEGO berkontribusi terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak prasekolah selama hospitalisasi.

Implementasi terapi bermain LEGO dilakukan sebagai bagian dari intervensi keperawatan selama ± 15 menit setiap sesi, dengan frekuensi dua kali sehari selama tiga hari berturut-turut, sehingga total intervensi dilakukan sebanyak enam kali pada masing-masing klien. Terapi

dilakukan dalam lingkungan yang tenang dan nyaman dengan memastikan posisi anak dalam keadaan rileks. Proses terapi dimulai dengan mengajak anak menyusun LEGO menjadi berbagai bentuk, seperti menara atau bangunan sederhana, serta mendorong anak untuk fokus dan menceritakan hasil kreasinya. Selama terapi berlangsung, perawat memantau respons emosional dan perilaku anak secara berkesinambungan (Tesaningrum & Mariyam, 2019).

Menurut asumsi penulis, terapi bermain LEGO merupakan intervensi yang efektif dalam membantu anak prasekolah mengelola kecemasan selama hospitalisasi. Aktivitas menyusun balok memungkinkan anak mengekspresikan perasaan secara bebas, mengalihkan perhatian dari prosedur medis dan lingkungan rumah sakit yang menegangkan, serta menciptakan pengalaman bermain yang menyenangkan. Kondisi ini dapat meningkatkan rasa aman, kepercayaan diri, dan kemampuan adaptasi anak, sehingga kecemasan berangsur menurun dan anak menjadi lebih kooperatif selama perawatan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan dengan penerapan terapi bermain LEGO pada anak prasekolah yang mengalami ansietas berhubungan dengan krisis situasional selama hospitalisasi di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau, dapat disimpulkan bahwa hasil pengkajian menunjukkan bahwa anak mengalami kecemasan selama hospitalisasi yang ditandai dengan perilaku menangis, berteriak saat bertemu petugas kesehatan, serta kesulitan orang tua dalam memberikan obat. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah ansietas berhubungan dengan krisis situasional. Intervensi keperawatan diberikan berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), dengan terapi bermain LEGO sebagai intervensi utama yang dipilih berdasarkan Evidence-Based Practice. Implementasi terapi bermain LEGO dilakukan selama tiga hari berturut-turut pada tanggal 14–16 Juli 2025 dengan durasi ± 15 menit setiap sesi. Evaluasi menunjukkan penurunan tingkat kecemasan pada kedua klien, dengan skor posttest hari ketiga sebesar 1 (tidak cemas) pada klien pertama dan skor 2 (kecemasan ringan) pada klien kedua.

Terapi bermain LEGO terbukti efektif sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam menurunkan kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

Saran

Diharapkan pihak rumah sakit dapat menyediakan fasilitas dan media bermain edukatif, seperti LEGO, di ruang perawatan anak sebagai bagian dari upaya menciptakan healing environment yang ramah anak. Penerapan terapi bermain LEGO dapat membantu anak menyalurkan emosi, menurunkan tingkat kecemasan, serta meningkatkan rasa nyaman selama menjalani hospitalisasi. Keterlibatan orang tua dalam kegiatan bermain bersama anak juga perlu didorong untuk mempererat hubungan emosional dan meningkatkan rasa aman anak di lingkungan rumah sakit. Selain itu, perawat diharapkan dapat memanfaatkan terapi bermain LEGO sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang mudah diterapkan dan efektif dalam menangani kecemasan pada anak prasekolah. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain eksperimen dan jumlah sampel yang lebih besar agar efektivitas terapi

bermain LEGO dapat dibuktikan secara ilmiah serta dibandingkan dengan jenis terapi bermain lainnya.

Daftar pustaka

- Ariani, M., Hamidah, S., & Mahmudah, R. (2022). Terapi Bermain Lego dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Saat Hospitalisasi di Ruang Rawat Anak RSUD Pambalah Batung Amuntai. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 12(2), 515–528. <https://doi.org/10.33859/dksm.v12i2.735>
- Dias, D., Zulfa, M., & Yani, I. (2025). *penerapan terapi bermain lego dalam menurunkan tingkat kecemasan anak pada usia prasekolah saat hospitalisasi di rsud dr soehadi prijonegoro sragen*. 3(2), 384–391.
- Firman, S., Amalia, A., & Suciana, R. (2025). Penerapan Terapi Bermain Lego Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Saat Hospitalisasi Di Ruang Hcu Anak Cempaka Rsud Dr . Moewardi. 3(2), 250–257.
- Kurnia, R., & Yanti, L. (2020). Terapi Bermain Lego Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Dengan Hospitalisasi. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 1–10.
- Martasih, E., Sari, I. Y., & Prawesti, I. (2023). Terapi Bermain Menyusun Balok Menurunkan Kecemasan Prasekolah Selama Hospitalisasi. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 92–100.
- Mujiyanti, S., & Ris Rismawati, R. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Lego terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah (3-6 tahun) Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 3(1), 2580–3077.
- Tesaningrum, Z., & Mariyam. (2019). Terapi Bermain Lego Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan. *Semarang, Universitas Muhammadiyah*, 229–233.