

# PENGUNAAN TERAPI BERMAIN TERHADAP KECEMASAN SEBELUM PENCABUTAN GIGI SUSU ANAK USIA PRA SEKOLAH

Alfiyah Immawati<sup>1</sup>, Siti Sulastri<sup>2</sup>, Sutrisno<sup>3</sup>

<sup>1)</sup> alfi.69.imma@gmail.com. Jurusan Keperawatan Gigi Dental Specialist Assistant Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Kyai Mojo No.56 Pingit Yogyakarta 55243

<sup>2,3)</sup> Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

## ABSTRACT

The children and games are two of the thoughts which are not able to be separated. Through games they can handle the feeling of anxious and afraid. Generally the feeling of anxious and afraid occur high before an exodontic decidui to the children in pre elementary school, especially in Puskesmas Pakem there are four tenth children undergo the feeling of anxious and afraid during the exodontic decidui. So it happen smoothly. Giving the game of therapy to them before having the first exodontic can reduce that feeling. This research is a pre-experimental using design Pretest - posttest. Location of research in dental poly Puskesmas Pakem. The method used in this research is a method of random sampling and the sample was 30 respondents. Before given that therapy, they are measured to response the feeling of anxious first through an answer sheet observation which contains 14 items, Hamilton Anxiety Rating Scale( HARS). Then they are given to set up the puzzles in five minutes maximally. The next is the measurement of the second response. The data was analyzed using the Paired t test at the 0,000 significance. The results of the analyzing the use this therapy against the anxiety before the exodontic decidui is <0,05 (p<0,05) significance. There are differences of the anxiety before and after being given the therapy.

**Keywords:** anxiety, therapy, pre elementary school children, exodontic decidui.

## ABSTRAK

Anak dan permainan merupakan dua pengertian yang tidak dapat dipisahkan. Dengan bermain anak dapat mengelola rasa cemas dan takut. Kecemasan dan ketakutan sebelum pencabutan gigi susu pada anak usia pra sekolah masih tinggi, khususnya di Puskesmas Pakem empat dari sepuluh anak usia pra sekolah yang mencabut gigi susu mengalami rasa cemas dan takut, sehingga pencabutan gigi tidak dapat berjalan lancar. Pemberian terapi bermain sebelum dilakukan pencabutan gigi susu untuk pertama kali pada anak usia pra sekolah dapat mengurangi kecemasan anak tersebut.

Penelitian ini dilakukan dengan Pra eksperimen dengan rancangan pre – post test. Cara pengambilan secara random sampling pada 30 responden dengan pengambilan data di Puskesmas Pakem. Sebelum diberikan terapi bermain dilakukan pengukuran respon kecemasan pertama dengan menggunakan lembar observasi yang terdiri dari 14 item menurut skala *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*. Kemudian anak diberi permainan menyusun puzzle dengan waktu maksimal lima menit, selesai permainan dilakukan pengukuran respon kecemasan yang kedua. Hasil analisa menggunakan paired *t test* dengan taraf signifikan 0,000 yang diperoleh dari penggunaan terapi bermain terhadap kecemasan sebelum pencabutan gigi susu dengan taraf signifikan < 0,05 (p<0,05). Rerata sebelum diberi terapi bermain 20,4. Sedang sesudah diberi terapi bermain rata-rata 12,7. Terjadi penurunan kecemasan dari rata-rata cemas sedang sebelum ddiberi terapi menjadi cemas ringan sesudah diberi terapi bermain. Terdapat perbedaan yang bermakna kecemasan sebelum diberi terapi bermain dan sesudah diberi terapi bermain.

**Kata kunci :** kecemasan, terapi bermain, anak usia pra sekolah, pencabutan gigi.

## PENDAHULUAN

Bermain tidak dapat dipisahkan dari kehidupan anak, bagi anak bermain sama dengan bekerja bagi orang dewasa. Bermain berfungsi untuk perkembangan sensoris-motorik, intelektual, perkembangan sosial, perkembangan kreativitas, perkembangan kesadaran diri, perkembangan moral, dan sebagai terapi anak yang sakit. Tujuan bermain adalah melanjutkan pertumbuhan dan perkembangan yang normal, mengekspresikan perasaan, keinginan, fantasi, dan idenya, mengembangkan kreativitas dan membantu anak untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Faktor yang mempengaruhi bermain, yaitu tahap perkembangan anak, status kesehatan anak, jenis kelamin anak, lingkungan, dan jenis permainan yang cocok bagi anak. Bermain tidak hanya berfungsi untuk

kesenangan anak, tetapi dapat menjadi media yang dapat mengekspresikan perasaan cemas, takut, dan sakit. Bermain merupakan komunikasi anak dengan orang lain, mengekspresikan dan mengalihkan perasaan cemas, takut, sedih, tegang, dan nyeri, serta meningkatkan kemampuan anak untuk mempunyai tingkah laku yang positif..

Anak dan permainan merupakan dua pengertian yang tidak dapat dipisahkan, berbicara mengenai anak selalu menimbulkan asosiasi bermain. Bermain merupakan kegiatan sukarela untuk mencari kesenangan dan kepuasan. Takut dan cemas anak merupakan naluri yang berkembang sesuai proses perkembangan. keinginan, kreatifitas dan kecemasan. Kecemasan anak timbul saat dilakukan pemeriksaan gigi dan mulut. Anak mengalami kecemasan dengan bayangan rasa sakit bila dicabut giginya, takut melihat alat yang digunakan memeriksa dan adanya suara bising boor.

Pencabutan gigi adalah pencabutan tanpa rasa sakit satu gigi utuh atau sisa akar gigi, dengan trauma minimal terhadap jaringan pendukung gigi dan dapat sembuh sempurna.

Penelitian ini bertujuan untuk membedakan kecemasan anak usia pra sekolah sebelum diberi terapi bermain dan sesudah diberi terapi bermain sebelum pencabutan gigi susu.

## METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian pra eksperimen, dengan one group *Pretest – Posttest Design*<sup>1</sup>. Pada rancangan ini dilakukan pengumpulan data tahap awal (*pretest*) kemudian dilakukan perlakuan (intervensi) perlakuan yaitu dengan memberikan permainan menyusun puzzle, dengan waktu maksimal lima menit. Selesai menyusun puzzle dilakukan pengukuran kecemasan yang kedua.

Penelitian dilakukan di poli gigi Puskesmas Pakem, penelitian dilaksanakan bulan Juli sampai dengan Oktober 2013. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien anak usia pra sekolah yang melakukan pencabutan gigi susu pertama kali di Puskesmas Pakem. Dengan kriteria antara lain : (1) anak yang akan mencabut gigi susu pertama kali di Puskesmas Pakem.(2) anak yang diijinkan orang tua,(3) anak yang mengalami kecemasan tapi dapat diajal berkomunikasi; (4) anak berusia 3 sampai 6 tahun, baik laki-laki maupun perempuan. Pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling dengan jumlah 30 responden.

Variabel pengaruh dalam penelitian ini adalah terapi bermain variabel terpengaruh adalah kecemasan sebelum pencabutan gigi.

Pada penelitian ini, pasien anak dilakukan pengukuran kecemasan sebelum pencabutan gigi susu,

dengan menggunakan lembar observasi respon kecemasan. Kemudian diberikan terapi bermain dengan menyusun puzzle dengan waktu maksimal lima menit. Setelah selesai menyusun puzzle dilakukan pengukuran kecemasan kedua. Untuk penilaian skor kecemasan, digunakan skala HARS terdiri dari 14 item yang merupakan symptom individu yang mengalami kecemasan<sup>2</sup>.

Data di analisis menggunakan program SPSS dengan derajat kepercayaan 95%. Analisis yang digunakan untuk melihat adanya perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah diberi terapi bermain. Perbedaan kecemasan dilakukan uji *Paired t-test*.

Kecemasan adalah rasa tidak nyaman atau ketakutan yang tidak jelas dan gelisah. Perasaan was was untuk mengatasi bahaya, kecemasan saat gigi harus dicabut, terlihat dari sikap anak yang menangis, takut, agresif, bingung, kehilangan control dan menolak segala tindakan yang akan dilakukan dokter gigi.<sup>3</sup> Manifestasi dari kecemasan anak dapat berupa tingkah laku yang tidak kooperatif terhadap perawatan gigi, anak menolak untuk dilakukan perawatan dan menjauh dari dokter gigi maupun perawat gigi. Menolak membuka mulut, menangis dan membantah<sup>4</sup>.

Bermain untuk mengelola rasa takut dan cemas anak yang akan dilakukan perawatan. Bermain merupakan obyek dan aktifitas yang dilakukan dalam membantu memperbaiki adaptasi dengan lingkungan perawatan dan meningkatkan rasa aman.<sup>5</sup> Bermain merupakan cermin kemampuan intelektual, emosional, media untuk belajar dan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Mengenal jarak, waktu dan suara.<sup>6</sup>

Terapi bermain merupakan media komunikasi anak dengan orang lain dan merupakan terapi pada anak yang mengalami hospitalisasi, dengan bermain anak dapat terlepas dari ketegangan dan stress yang dialami serta mengalihkan rasa sakit.<sup>7</sup> Bermain untuk mengembangkan mental dan mengobati anak dalam perawatan.<sup>8</sup>

Penilaian kecemasan ada empat : (1) tidak cemas ; (2) kecemasan ringan; (3) kecemasan sedang ;(4) kecemasan berat. Menggunakan skala HARS untuk menentukan kriteria kecemasan, terdiri dari 14 item symptom yang Nampak pada individu yang mengalami kecemasan.<sup>2</sup>

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecemasan sebelum diberi terapi bermain dan sesudah diberi terapi bermain pada anak usia pra sekolah sebelum pencabutan gigi susu. Manfaat penelitian antara lain : (1) bagi peneliti untukan sesudah diberi terapi bermain sebelum pencabutan; (2) bagi anak usia pra sekolah dapat memberi informasi dan pengertian dalam mengatasi kecemasan sebelum pencabutan gigi susu.; dan (3) bagi poli gigi Puskesmas

Pakem dapat memberikan masukan dan informasi untuk pemberian terapi bermain untuk mengurangi kecemasan anak usia pra sekolah sebelum pencabutan gigi.

### HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian kecemasan sebelum dan sesudah diberi terapi bermain sebelum pencabutan gigi susu terhadap 30 responden, hasil sebagai berikut :

**Tabel 1. Distribusi Responden Berdasar Umur**

No	Kelompok umur	(Jumlah)	(%)
1	3 – 4 tahun	8	26,66
2	5 – 6 tahun	22	73,33
Jumlah		30	100

Sumber : data primer 2013

**Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

No	Kelompok umur	(Jumlah)	(%)
1	Laki-laki	13	43,33
2	Perempuan	17	56,67
Jumlah		30	100

Sumber : data primer 2013

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah diberi terapi bermain sebelum pencabutan gigi susu anak usia pra sekolah di Puskesmas Pakem. Berpedoman dari hasil observasi kecemasan sebelum dan sesudah diberi terapi bermain. Pengambilan data penelitian dilaksanakan di Puskesmas Pakem Bulan Juli – Oktober 2013, dengan hasil sebagai berikut :

**Tabel 6. Distribusi Rata-rata Kecemasan Sebelum dan Sesudah Terapi Bermain**

		Paired Samples Statistics			
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum bermain	20.4000	30	8.51206	1.55408
	Sesudah bermain	12.7000	30	6.10907	1.11536

Rata-rata sebelum diberi terapi bermain lebih besar dibanding dengan rata-rata Sesudah diberi terapi bermain, yaitu selisih 7,70.

Hasil analisa menggunakan *Uji T* diperoleh taraf signifikan 0,000 yang didapat dari penggunaan terapi bermain pada anak usia pra sekolah terhadap kecemasan sebelum pencabutan gigi susu di Puskesmas Pakem. Taraf signifikan < 0,05 ( $p < 0,05$ ).<sup>1</sup>

**Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kecemasan Sebelum Terapi Bermain**

No.	Kecemasan	Skor kecemasan	(Jumlah Anak )	(%)
1	Tidak cemas	1-5	2	6,7
2	Cemas ringan	6-14	6	20
3	Cemas sedang	15-27	13	43,3
4	Cemas berat	28-56	9	30
Jumlah			30	100

Sebagian besar responden (43,3%) mempunyai kecemasan sedang sebelum diberi terapi bermain.

**Tabel 4 : Distribusi Responden Berdasarkan Kecemasan Sesudah Terapi Bermain**

No.	Kecemasan	Skor kecemasan	(Jumlah Anak )	(%)
1	Tidak cemas	1-5	6	20
2	Cemas ringan	6-14	16	53,3
3	Cemas sedang	15-27	8	26,7
4	Cemas berat	28-56	0	0
Jumlah			30	100

Sebagian besar responden (53,3%) mempunyai kecemasan ringan setelah terapi bermain.

**Tabel 5. Distribusi tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain**

	Tingkat Kecemasan			
	Tidak cemas	Cemas ringan	Cemas sedang	Cemas berat
Sebelum Terapi Bermain	2	6	13	9
Setelah Terapi Bermain	6	16	8	0

### PEMBAHASAN

Hasil penelitian kecemasan sebelum diberi terapi bermain sejumlah 13 responden (43,3%) mempunyai kecemasan sedang, menjadi 8 responden (26,7) sesudah diberi terapi bermain, hal ini disebabkan adanya rasa takut melihat alat yang digunakan untuk memeriksa gigi dan terbayang rasa sakit bila dilakukan pencabutan, membuat anak menjadi cemas. Sesudah

diberi permainan anak menjadi lebih rileks dan dapat mengelola rasa cemas. Dapat mengontrol emosi dan menambah percaya diri.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Freud (1974), bahwa ada dua kecemasan yang terjadi pada anak-anak yaitu kecemasan obyektif adalah rasa takut pada kehidupan dunia luar dan kecemasan utama yang dialami karena ketakutan di tinggalkan sendirian.

Kecemasan berat sejumlah 9 responden (30%) sebelum diberi terapi bermain, dan menjadi 0 sesudah diberi terapi bermain, disebabkan rasa takut sejak dari rumah, dan merasa di paksa oleh orang tuanya, sehingga sampai di Puskesmas belum diperiksa sudah menangis dan menolak. Memasuki lingkungan baru memunculkan bayangan yang menyakitkan.

Sesudah mendapat permainan anak dapat membedakan suasana hati menjadi tenang dan nyaman. Anak dapat kooperatif dengan penjelasan dan pengertian yang diberikan.

Bahwa kecemasan adalah gangguan yang dialami seseorang dengan keluhan fisik dan rasa takut masalah dan mengalami kesulitan konsentrasi.<sup>9</sup> Kecemasan anak sebelum pencabutan gigi timbul karena anak takut berada di ruang praktik dokter gigi. Ruang praktik sebaiknya dibuat nyaman, sehingga anak merasa tenang dan aman tanpa ada ancaman serta hukuman. Metode yang efektif dengan membuat ruang tunggu khusus anak.

Kecemasan adalah pengalaman emosional yang dirasakan, dapat di observasi secara langsung dari perilaku serta tidak memiliki obyek yang jelas. Sedang ketakutan memiliki obyek yang jelas dan dapat diidentifikasi dan digambarkan, ketakutan menghasilkan kecemasan.<sup>10</sup>

Sejumlah 6 responden mengalami cemas ringan sebelum diberi terapi bermain, menjadi 16 responden sesudah diberi terapi bermain, disebabkan rasa khawatir orang tua yang berlebihan sehingga membuat anak menjadi gelisah, tetapi anak tetap mau diperiksa walaupun dengan rasa was-was. Laju pernafasan dapat menimbulkan ketenangan, mengendalikan emosi dan menjadikan metabolisme yang baik.

Ada 2 responden (6,7%) yang tidak mengalami cemas sebelum diberi terapi bermain, dan menjadi 6 responden sesudah diberi terapi , anak sudah kooperatif dengan penjelasan yang diberikan petugas, tenang dan merasa senang untuk dilakukan pemeriksaan. Permainan dapat mengurangi ketegangan dan merelaksasi melalui kesenangan bermain.<sup>5</sup> Bermain merupakan cara untuk mengurangi kecemasan dan bertujuan memperoleh kesenangan.<sup>10</sup>

Tabel 6. menunjukkan rata-rata sebelum diberi terapi bermain lebih besar dibanding dengan rata-rata setelah terapi bermain, yaitu sebesar 20,4 menjadi 12,7,

berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, rasa cemas anak usia pra sekolah disebabkan karena takut melihat alat yang digunakan, bayangan rasa sakit yang akan dialami, situasi dan lingkungan baru yang di kunjungi serta rasa khawatir orang tua yang berlebihan dan memaksakan kehendak untuk segera dilakukan pencabutan menyebabkan anak menjadi cemas.

Setelah diberi terapi permainan, anak mendapatkan kesenangan, mengurangi ketegangan dan dapat mengalihkan rasa cemas, emosional, komunikatif serta kooperatif untuk menjalani perawatan selanjutnya. Komunikasi merupakan bagian penting untuk membangun kepercayaan anak. Dengan komunikasi dapat terjalin rasa percaya diri, kasih sayang dan membuat anak merasa dihargai.<sup>6</sup>

Terapi bermain merupakan terapi pada anak yang mengalami hospitalisasi, saat dirawat anak mengalami berbagai perasaan yang tidak menyenangkan seperti marah, takut, cemas, dan sedih. Dengan melakukan permainan anak akan terlepas dari ketegangan dan stress yang dialaminya.<sup>7</sup>

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan secara sukarela untuk memperoleh kesenangan, merupakan cermin kemampuan fisik, intelektual, emosional dan sosial, media untuk belajar berkata-kata/komunikasi, menyesuaikan diri dengan lingkungan serta mengenal waktu, jarak dan suara.<sup>4</sup>

Ada pengaruh terapi bermain terhadap penerimaan tindakan invansif pada anak pra sekolah.<sup>11</sup> Ada hubungan penerapan atraumatic dengan respon kecemasan pada anak usia pra sekolah.<sup>12</sup> Sesuai dengan hipotesis peneliti bahwa terdapat perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah diberi terapi bermain pada anak usia pra sekolah sebelum pencabutan gigi susu di Puskesmas Pakem, ini membuktikan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

Anak yang sering diajak bermain akan lebih kooperatif dan mudah diajak kerjasama. Sebaliknya kalau anak kurang diajak bermain, anak akan kurang memiliki stimulasi, menjadi seperti ditelantarkan, kurang peka terhadap sekitarnya, sulit percaya pada orang lain, curiga kalau memasuki lingkungan baru.<sup>7</sup>

Hasil analisa *Uji t* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan sebelum diberikan terapi bermain dan kecemasan sesudah diberi terapi bermain, permainan dapat mengurangi ketegangan dan dapat merelaksasi melalui kesenangan bermain. Permainan dapat merubah pikiran anak melalui ekspresi non verbal dan interaksi yang ditunjukkan anak dengan orang lain. Bermain merupakan cara anak untuk melepaskan energi yang terpendam, menumbuhkan semangat yang luar biasa ketika bermain.

## KESIMPULAN

1. Sebagian besar responden mempunyai kecemasan sedang sebelum terapi bermain sebanyak 13 responden (43,3%)
2. Sebagian besar responden mempunyai kecemasan ringan setelah terapi bermain sebanyak 16 responden (53,3%).
3. Terjadi penurunan rata-rata kecemasan sebelum diberi terapi bermain dan sesudah diberi terapi bermain yaitu 20,4 % menjadi 12,7 %.
4. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna dengan taraf signifikan  $< 0,05$  ( $p < 0,05$ ), kecemasan sebelum diberi terapi bermain dan sesudah diberi terapi bermain pada anak usia pra sekolah sebelum pencabutan gigi susu di Puskesmas Pakem.

## SARAN

1. Poli Gigi Puskesmas Pakem dapat mempertahankan permainan yang sudah ada untuk anak usia pra sekolah dan dijaga ketersediaannya.
2. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel yang berbeda, jumlah responden lebih besar dan jenis permainan yang berbeda.
3. Perawat dapat memberikan rasa nyaman dan ketenangan pada pasien anak, menghindari tindakan yang dapat menyebabkan rasa cemas dan takut.
4. Menggunakan komunikasi yang dapat difahami dan sesuai dengan perkembangan kemampuan anak.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Riwidikdo Handoko, 2013, Statistik Kesehatan Dengan Aplikasi SPSS Dalam Prosedur Penelitian, Yogyakarta: Rohima Press
2. Nursalam, 2011, Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Jakarta: Salemba Medika
3. Nanda, 2005, Panduan Diagnosis Keperawatan, Jakarta: Prima Medika.
4. Indriyanti R, Pertiwi AS, Sasmita IS, Pola Erupsi Gigi Permanen Ditinjau Dari Usia Kronologis Pada Anak Usia 6 – 12 Tahun. Laporan Penelitian, FKG UNPAD 2006: 1-25.
5. Maimunah Hasan, 2010, Pendidikan Anak Usia Dini. Edisi 2, Yogyakarta, Diva pres.
6. Wong, D.L. Et. Al, 2009, Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Vol. 2 Alih bahasa Hartono, A, dkk, Jakarta: EGC
7. Supartini Y, 2004, Buku Ajar Konsep Dasar

Keperawatan Anak, Jakarta: EGC.

8. Hikmawati, Ulfa, 2000, Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Penurunan Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Selama Perawatan Di IRNA II RSUP Dr. Sardjito, Tidak dipublikasikan.
9. Siti Bandiyah, Zuyina Lukluk, 2011, Psikologi Kesehatan, Yogyakarta: Nuha Medika
10. Adhyatman Prabowo, Psikologi Bermain, diunduh tanggal 10 Nofember 2013
11. Citra. 2005, Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Penerimaan Tindakan Invasif pada Anak Usia Pra Sekolah di Ruang Anak RSUD Ngudi Waluyo Wlingi Blitar, Tidak di publikasikan.

