

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Kecemasan**

##### **2.2.1 Pengertian**

Cemas merupakan suatu pengalaman yang dirasakan oleh diri sendiri yang membuat orang tersebut merasa tidak nyaman, cemas terbagi menjadi beberapa tingkatan. Jadi cemas berkaitan dengan sesuatu yang tidak pasti dan tidak berdaya. (Kusumawati, 2010)

Kecemasan merupakan suatu kondisi yang menyebabkan perasaan tidak nyaman dan tidak jelas, gelisah disertai respon otonom, perasaan was was mengatasi suatu bahaya. (Nanda, 2010)

Menurut (Kaplan, 2010) kecemasan merupakan suatu hal yang normal dari pertumbuhan, dari perubahan, dari pengalaman baru yang sebelumnya belum pernah dialami dari penemuan identitas dan arti hidup.

Kecemasan merupakan perasaan yang paling dominan pada anak-anak. Kecemasan adalah sesuatu yang dapat mendorong tingkah laku, baik itu tingkah laku yang wajar atau tingkah laku yang menyimpang atau terganggu. Dua hal tersebut merupakan pertahanan dari kecemasan itu sendiri. (Gunarsa, 2012 dalam inggris, 2018)

##### **2.2.2 Penyebab**

###### **1) Cemas yang diakibatkan perpisahan**

Kecemasan sering terjadi pada usia pertengahan hingga usia prasekolah, yaitu usia sekitar 6-30 bulan. Yang mana sebagian besar disebabkan oleh perpisahan.

anak harus berpisah dengan orang terdekat seperti ibu, dan juga lingkungan yang asing membuat anak merasa tidak aman dan cemas.

2) Kehilangan kontrol (*loss of control*)

Pada saat anak dirawat dirumah sakit anak merasa kehilangan kebebasan dan mengembangkan otonominya. Ketergantungan merupakan karakteristik pada saat anak di rawat di rumah sakit, akhirnya anak akan bereaksi dengan ketergantungan ini dengan cara negatif, seperti perilaku agresif dan marah. Lamanya jangka waktu ketergantungan pada anak menyebabkan kehilangan otonominya dan akhirnya akan menarik diri dan tidak mau berhubungan dengan orang lain.

3) Luka pada tubuh dan rasa sakit

Konsep citra tubuh pada anak sangat sedikit sekali berkembang, pada hasil pengamatan reaksi anak terehadap tindakan yan tidak menyakitkan (seperti pemeriksaan telinga, mulut, mengecek suhu pada rektal) dipersepsi sebagai suatu tindakan yang menyakitkan. Anak akan bereaksi terhadap nyeri dengan cara menendang, memukul, menangis, mengatupkan gigi, menggigit, atau berlari keluar.

### **2.2.3 Gejala Kecemasan**

- Menolak untuk makan
- Menangis
- Tidak kooperatif dengan petugas kesehatan
- Sering bertanya

## **2.2 Hospitalisasi**

### **2.2.1 Pengertian**

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan krisis yang terjadi pada anak yang sakit dan dirawat dirumah sakit, dikatakan keadaan krisis karena terjadi perubahan status kesehatan dan lingkungan seperti ruangan rumah sakit, petugas kesehatan yang memakai seragam khusus, alat alat kesehatan yang membuat anak mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan dengan ciri anak tidak aktif, tidak mau berkomunikasi, mundur ke perilaku sebelumnya seperti mengompol dan menghisap jari dan ketergantungan pada orang tua. Hal ini disebabkan karena anak beradaptasi dengan lingkungan baru yang merupakan faktor stressor bagi anak maupun orang tua yang mengakibatkan timbulnya kecemasan dan muncul berbagai perasaan pada anak seperti cemas, marah, sedih, takut dan merasa bersalah. (Hockenberry & Wilson, 2011)

Hospitalisasi adalah pengalaman yang penuh cemas yang dirasakan oleh anak maupun keluarga. Kecemasan diakibatkan perpisahan dengan anggota keluarga, kehilangan kontrol, lingkungan tidak *familiar*, kehilangan kemandirian dan kebebasan. Reaksi anak dipengaruhi berdasarkan perkembangan usia, pengalaman terhadap sakit, diagnosa penyakit, serta sistem dukungan dan sistem coping. (Nursalam, 2013)

Utami (2014) menyebutkan bahwa hospitalisasi dianggap sebagian anak merupakan sebuah hukuman, sehingga anak merasa malu dan bersalah, merasa dipisahkan, merasa tidak aman serta kemandiriannya terhambat. Sehingga anak menolak masuk rumah sakit dan tidak kooperatif dengan petugas kesehatan serta ketergantungan kepada orangtua

### **2.2.3 Dampak Hospitalisasi**

Depresi dan menarik diri sering terjadi pada anak yang sedang menjalani hospitalisasi, dalam beberapa penelitian menyebutkan bahwa anak yang sedang menjalani hospitalisasi akan mengalami gangguan tidur dan makan, mengopol ditempat tidur, berperilaku regresi, hiperaktif, perilaku agresif, merasa terancam dimalam hari dan negativisme. (Herliana, 2010)

Dampak hospitalisasi lainnya adalah gangguan fisik, psikis, sosial dan adaptasi dengan lingkungan.

### **2.2.3 Faktor yang mempengaruhi**

Menurut supartini (2004), menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi reaksi hospitalisasi pada anak adalah usia, semakin muda usia sang anak semakin sulit anak untuk beradaptasi. Tidak hanya usia, dukungan keluarga yang kurang pun menjadi salah satu faktor yang

mempengaruhi serta perpengalaman perawatan dirumah sakit sebelumnya yang dapat membuat anak takut atau trauma.

## **2.3 Konsep Anak Pra Sekolah**

### **2.3.1 Pengertian**

Usia prasekolah mendekati usia antara 3 dan 6 tahun. Pada usia ini perkembangan fisik anak terjadi lambat, sedangkan perkembangan mengenai pengetahuan dan psikososial terjadi sebaliknya (Kozier,2010) Anak pada masa prasekolah sudah mengetahui mengenai identitas dirinya sendiri, apakah ia laki-laki atau perempuan, mampu melakukan toilet training dan mengenal hal-hal yang membahayakan dan mencelakai dirinya (Mansur, 2011)

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa anak prasekolah adalah anak yang berusia 3-6 tahun yang mana dapat mengatur dirinya sendiri dan mengenai suatu hal yang dianggap membahayakan atau mencelakai

### **2.3.2 Karakteristik Perkembangan Anak Prasekolah**

#### **1) Perkembangan Fisik**

- Anak terlihat kurus dan tinggi
- ukuran otak hampir menyerupai ukuran orang dewasa
- ekstremitas lebih cepat tumbuh daripada batang tubuh

- Berat badan anak prasekolah mengalami kenaikan sebanyak 3-5 kg, sehingga berat badan mereka mencapai 18-20 kg.
- Tinggi badan Anak prasekolah tumbuh sekitar 25 cm setiap tahunnya. Pada anak yang menginjak usia lebih dari 5 tahun, tinggi badan anak menjadi dua kali lipat dari panjang badan lahirnya, yaitu sekitar 100cm.
- Anak prasekolah mengalami peningkatan dalam kemampuan motorik seperti mencuci tangan dan wajah, mampu menyikat gigi serta ada rasa malu untuk memperlihatkan anggota tubuhnya. Tak hanya itu kemampuan dan keterampilannya untuk berlari mengalami peningkatan setiap tahunnya, salah satu contohnya adalah melompat 3 langkah. Serta anak prasekolah mampu berdiri seimbang di atas jari-jari kaki dan dapat mengenakan pakaian tanpa dibantu orang lain (Kozier, 2010).

## 2) Perkembangan psikososial

Pada tahap ini anak sudah mampu mengatasi masalah sesuai hati nurani mereka, dan pada masa ini merupakan tahap yang penting bagi perkembangan konsep diri anak, dimana anak belajar dari apa yang mereka lakukan. ((Erikson dalam Kozier) (2010))

## 3) Perkembangan kognitif Menurut Piaget dalam Kozier (2010)

perkembangan kognitif anak prasekolah merupakan fase pemikiran intuitif Anak memiliki sifat egosentrik, namun sifat ini perlahan-

lahan berkurang seiring berjalannya atau bertambahnya usia.. Anak prasekolah belajar dari sesuatu yang coba-coba dan hanya memikirkan sebuah ide pada satu waktu. Serta sebagian besar anak yang berusia 5 tahun sudah mampu dapat menghitung uang dalam bentuk koin. Kemampuan membaca juga mulai berkembang pada usia ini, dalam hal anak menyukai cerita fabel dan lainnya.

- 4) Perkembangan moral Anak prasekolah mampu berperilaku prososial, yakni setiap tindakan yang dilakukan individu agar bermanfaat bagi orang lain. Anak mempelajari suatu hal dengan cara meniru apa yang dilakukan orang tua atau orang terdekat lainnya. Perilaku yang anak prasekolah dilakukan secara waspada sehingga mereka mendapatkan kasih sayang dan persetujuan dari orangtua, serta mereka berperilaku baik di lingkungan sosial (Kozier, 2010).
- 5) Perkembangan spiritual Menurut Fowler dalam Kozier (2010) Pada tahap ini, anak menanamkan rasa kepercayaan yang diperoleh dari orang-orang terdekat, seperti orang tua atau guru. Anak mulai meniru perilaku yang religius, seperti menundukkan kepala saat berdoa. Meskipun mereka tidak memahami makna perilaku tersebut. Anak prasekolah membutuhkan penjelasan yang mudah dimengerti oleh anak mengenai persoalan spiritual seperti yang terdapat dalam buku bergambar, anak seusia ini

menggunakan imajinasi mereka untuk mewujudkan berbagai gagasan, seperti malaikat atau setan.

- 6) Perkembangan bahasa Desiningsih (2012) mengemukakan bahwa Pada fase ini keterampilan berbicara anak mulai fasih dan berkembang cepat. Anak sudah mampu mengomentari suatu hal, bertanya, menjawab, memerintah, dan memberitahu.
- 7) Perkembangan emosi Menurut Susanto (2011) yang dikutip oleh Esti (2015) pada masa ini merupakan tahap dimana kebribadian anak yang unik, dimana anak sering membantah, berperilaku menjengkelkan, serta melawan orang tua. Anak sudah mulai belajar mengenal rasa kecewa apabila keinginannya tidak terpenuhi. Hal tersebut membuat anak merasa kecewa, marah ataupun sedih yang mana merupakan hal yang normal dan alamiah. Selain itu, pada masa ini anak merasa ingin pengakuan dari lingkungan terhadap perasaannya. Jika anak tidak mendapatkan pengakuan dari lingkungannya, memperlakukan anak secara keras, atau kurang menyayanginya, maka pada diri anak akan berkembang sikap-sikap antara lain keras kepala atau membantah, menyerah menjadi penurut, berkurangnya harga diri anak, serta pemalu.

## **2.4 Konsep Bermain**

### **2.4.1 Pengertian**

Bermain merupakan suatu kegiatan yang mengasyikkan bagi anak yang bertujuan untuk bersenang senang sehingga anak dapat melepaskan atau mengungkapkan perasaan nya, seperti rasa frustasi (Santrock,2007).

Menurut (Wong, 2009), bermain adalah kegiatan yang dilakukan anak-anak yang dilakukan sesuai keinginan anak itu sendiri yang berguna untuk mengatasi kesulitan, stress dan tantangan yang dihadapi anak, serta mencapai kenyamanan dalam berhubungan dengan orang lain.

Menurut Vanfleet et al, 2010), terapi bermain merupakan suatu terapi yang menggunakan suatu permainan, dari permainan tersebut anak diharapkan mampu berhubungan dengan orang lain, saling mengenal dan mampu menyatakan perasaannya sesuai kebutuhan anak tersebut. Sedangkan menurut Pramono 2012, menyatakan bahwa permainan anak prasekolah umumnya bersifat assosiatif dimana anak bermain permainan ini dapat mengembangkan koordinasi motorik, dan melibatkan teman sepermainan atau teman sebayanya.

### **2.4.2 Fungsi Bermain**

Bermain sangat penting bagi kejiwaan, emosional, dan kesejahteraan sosial anak (Wong et al, 2009).

Menurut (Santrock, 2007) terapi bermain dapat mengendalikan kecemasan dan konflik, karena dengan permainan anak merasa tenang dan ketegangan yang anak rasakan berkurang pada saat anak bermain permainan, dan juga anak dapat menyalurkan energi fisik yang mereka miliki serta dapat melepaskan emosi yang tertahan.

Permainan juga sangat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, diantaranya:

- 1) Untuk perkembangan kognitif
- 2) Untuk perkembangan sosial dan emosional
- 3) Untuk perkembangan bahasa
- 4) Untuk perkembangan fisik (jasmani)
- 5) Untuk perkembangan pengenalan huruf (*literacy*)

#### **2.4.3 Tipe Permainan**

##### a) Permainan pengamat

Dalam permainan ini anak hanya memperhatikan apa yang anak lain lakukan, tanpa ada keinginan untuk bergabung dan anak bersifat pasif

##### b) Permainan tunggal

Anak bermain sendiri dengan permainan yang berbeda dari anak lain namun masih ditempat yang sama dan anak menyadari anak lain disekitarnya tetapi anak tidak ada kenginan untuk mendekati anak lain.

##### c) Permainan pararel

Dalam permainan ini anak bermain secara mandiri diantara anak-anak yang lain dengan menggunakan permainan yang sama namun tidak saling mempengaruhi atau tidak bermain secara bersama-sama.

d) Permainan asosiatif

Tipe permainan ini anak bermain bersama dan melakukan permainan yang serupa. Anak saling meminjam mainnya dan saling mengikuti. Apabila ada salah satu anak yang melakukan suatu aktivitas atau permainan anak lain mengikuti namun tanpa ada tujuan kelompok

e) Permainan kooperatif

Pada permainan ini anak bermain secara kerjasama, anak bermain dalam kelompok dengan anak lain. Permainan dikontrol oleh satu atau dua orang serta memiliki aturan, tujuan dan pemimpin dalam permainan.

#### **2.4.4 Kategori Bermain**

a) Bermain aktif

Dalam bermain aktif, kesenangan anak timbul dari permainan yang anak lakukan, seperti mewarnai gambar, melipat *origami*, puzzle dan menempel gambar. Bermain aktif juga dapat dilakukan dengan bermain peran, dimana anak memerankan peran dari suatu profesi atau tokoh tertentu.

b) Bermain pasif

Dalam bermain pasif, kesenangan anak didapat dari apa yang anak lain lakukan, pemain hanya menggunakan sedikit energi. Anak hanya

menikmati anak lain bermain seperti menonton televisi, dan membaca buku. Namun, kesenangannya hampir sama dengan bermain aktif.

Jenis permainan untuk anak prasekolah yang baik dalam mengatasi kecemasan antara lain seperti: mewarnai gambar, menggambar, menyusun puzzle, dan menyusun balok (Hidayat,2005)

#### **2.4.5 Klasifikasi Permainan**

##### **1) Bermain afektif sosial (*social affective play*)**

Permainan ini adalah permainan yang melibatkan hubungan interpersonal, anak mendapat kesenangan dari orang lain. Contohnya seperti bayi yang bermain “cilukba” dan bayi tersebut mendapat kepuasan dari orangtuanya tersebut.

##### **2) Bermain untuk memperoleh kesenangan (*sense of pleasure play*)**

Permainan ini adalah permainan yang dapat menimbulkan kesenangan pada anak dengan suatu alat tertentu. Misalnya dengan pasir, atau air.

##### **3) Permainan keterampilan (*skill play*)**

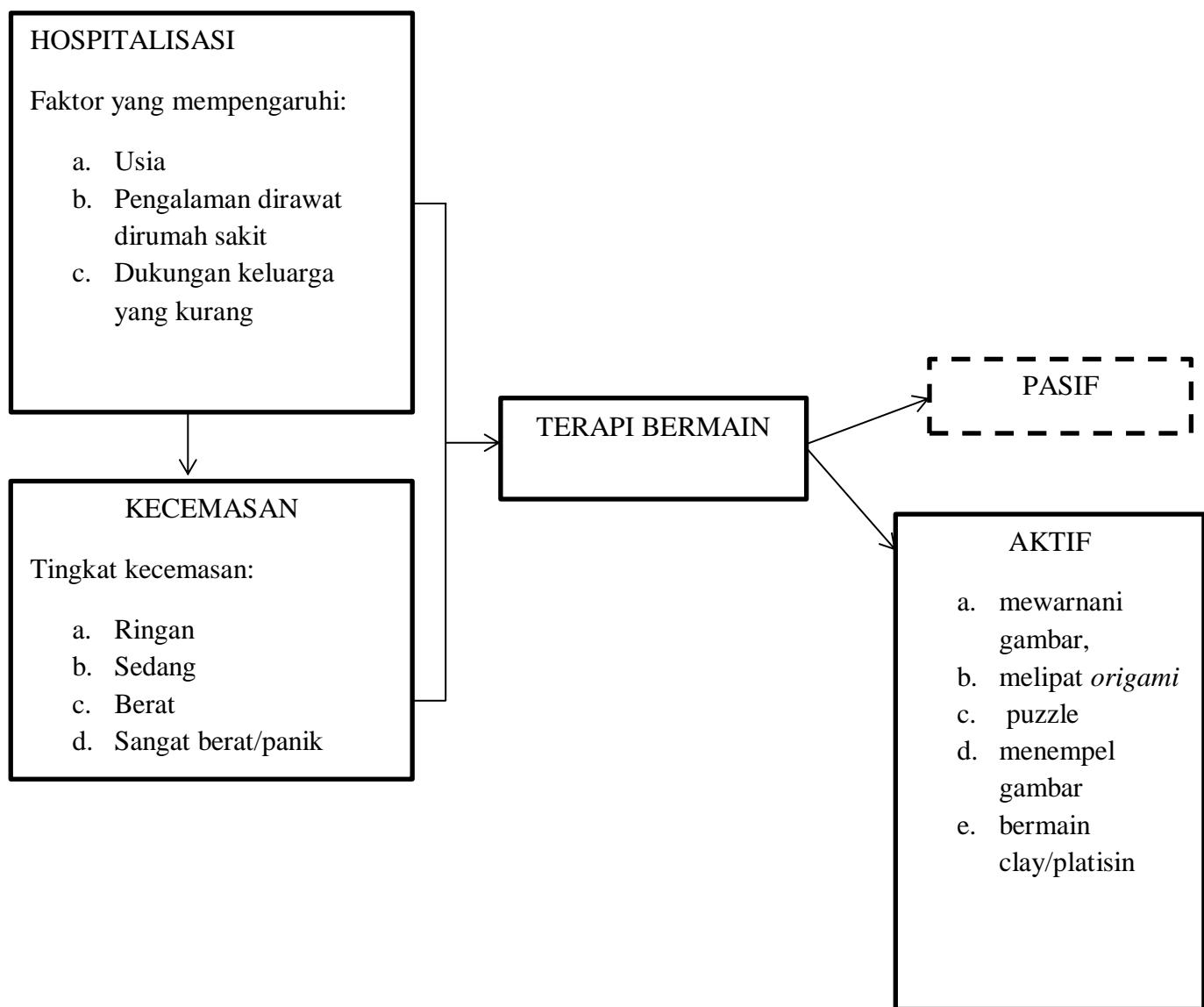
Permainan ini dapat menimbulkan keterampilan anak dan mengasah motorik halus dan kasar, misalnya bermain sepeda atau memindahkan suatu benda dari suatu tempat ke tempat lain, dan keterampilan ini didapat dari pengulangan yang anak lakukan.

##### **4) Permainan karakter atau berpura-pura (*dramatic play role*)**

Anak bermain dengan menirukan suatu tokoh tertentu dan berceloteh sesuai karakter atau perannya tersebut.

## 2.5 Kerangka Konsep

Bagan 2.1 : Kerangka konseptual Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi



Sumber: dimodifikasi dari Naina Hafsari (2016)