



Terapi Bermain Clay Terhadap Anxiety Anak Akibat Hospitalisasi di Magetan

Clay Play Therapy Against Children's Anxiety Due to Hospitalization in Magetan

Lailaturohmah Kurniawati^{1*}, Deby Putri Angela², Dea Kusuma Rahmawati³

¹⁻³Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia

Korespondensi Penulis: lailaturohmah10@aiska-university.ac.id*

Article History:

Received: Januari 17, 2025;

Revised: Januari 31, 2025;

Accepted: Februari 22, 2025;

Published: Februari 24, 2025;

Keywords: Clay Therapy, Anxiety, Hospitalization

Abstract. Children often experience feelings of discomfort, anxiety and anxiety when undergoing treatment at the hospital, and some are even traumatized by medical actions. Clay play therapy is an alternative therapy that can reduce children's anxiety. Play therapy using clay involves shaping or making various shapes/characters from clay (plasticine). Objective; Reducing children's anxiety due to hospitalization with Clay Therapy. Methods: The methods used in Community Service are the Preparation Stage, Implementation Stage, and Evaluation Stage. Results: There is a significant increase in changes in anxiety levels with 95% of children experiencing mild anxiety after playing clay therapy. Conclusion: There is a Significant Impact of Clay Play Therapy on Children's Anxiety Due to Hospitalization in the Hospital.

Abstrak

Anak-anak acapkali mengalami perasaan tidak nyaman, gelisah dan cemas Ketika menjalani perawatan di Rumah sakit, bahkan tidak sedikit yang mengalami trauma oleh Tindakan medis. Terapi bermain Clay merupakan salah satu alternatif terapi yang mampu menurunkan kecemasan anak. Terapi bermain menggunakan clay melibatkan aktivitas membentuk atau membuat berbagai bentuk/karakter dari clay (plastisin). Tujuan ; Menurunkan kecemasan anak akibat hospitalisasi Rumah Sakit dengan Terapi Clay. Metode : Metode yang digunakan pada Pengabdian Masyarakat yaitu Tahap Persiapan, Tahap Pelaksanaan, dan Tahap Evaluasi. Hasil : Ada kenaikan signifikan terhadap perubahan Tingkat kecemasan yang 95% anak mengalami kecemasan ringan setelah dilakukan terapi bermain Clay. Kesimpulan : Ada Dampak Signifikan Terapi Bermain Clay Terhadap Anxiety Anak Akibat Hospitalisasi di Rumah Sakit.

Kata Kunci: Clay Therapy, Anxiety, Hospitalisasi

1. PENDAHULUAN

Hospitalisasi pada anak seringkali menjadi pengalaman yang menimbulkan stres dan kecemasan (Hafidah & Apriliana, 2024). Lingkungan rumah sakit yang asing, prosedur medis yang menakutkan, serta perpisahan dari keluarga dapat memengaruhi kesehatan mental dan emosional anak (Sherlina, 2024). Hospitalisasi adalah suatu keadaan seorang pasien tinggal di lingkungan rumah sakit untuk mendapatkan pertolongan perawatan atau pengobatan yang dapat membantu mengatasi atau meringankan penyakitnya (Utami & Lugina, 2024). Namun secara umum rawat inap dapat menimbulkan stres, ketakutan dan menimbulkan gangguan emosi atau perilaku yang mempengaruhi kesembuhan pasien dan perkembangan penyakit selama menjalani perawatan di rumah sakit (Islamiyah et al., 2024). Hospitalisasi menyebabkan stressor pada anak dan keluarga (Sari & Batubara, 2017).

World Health Organization (WHO) pada Tahun 2024 pasien anak yang dirawat di Amerika Serikat dan mengalami stress akibat hospitalisasi yaitu 4%-12%, di Jerman sekitar 3%-6% pada anak usia sekolah dan 4%-10% anak mengalami tanda stress selama di hospitalisasi di Kanada dan Selandia Baru (Bertuccio et al., 2024). Sedangkan di Indonesia hal ini mencapai lebih dari 58% dari seluruh populasi anak di Indonesia Di Indonesia sekitar 35 dari 100 anak mengalami kecemasan saat menjalani perawatan di Rumah Sakit (Hafidah & Apriliana, 2024). Bagi sebagian besar anak-anak sakit, rawat inap, dan pengobatan merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan, menakutkan, mengganggu, dan pastinya menimbulkan kecemasan/anxiety (Nowicka-Sauer et al., 2024).

Cemas merupakan suatu keadaan akibat adanya hal yang dialami seseorang salah satunya adalah hospitalisasi yang ditandai oleh perasaan ketakutan. Cemas juga dihubungkan dengan ketakutan dan terror yang dirasakan oleh seseorang (Seftian et al., 2024). Terapi bermain merupakan permainan yang terstruktur dan diterapkan oleh orang yang telah terlatih dengan tujuan untuk meredakan kecemasan karena adanya pengalaman situasi asing untuk khususnya pada usia anak-anak (Perdana & Tambunan, 2024). Selama perawatan pemberian terapi bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan kelegaan emosional dari stres yang disebabkan oleh penyakit dan situasi baru yang dirasakan.

Terapi bermain menggunakan clay melibatkan aktivitas membentuk atau membuat berbagai bentuk dari clay (plastisin) (Titiaji et al., 2024). Aktivitas ini dirancang untuk memberikan kesempatan bagi anak-anak menyalurkan emosi yang mereka rasakan selama menjalani hospitalisasi (Hafidah & Apriliana, 2024). Dengan bermain clay, anak dapat mengekspresikan perasaan seperti ketakutan, kecemasan, atau frustrasi secara non-verbal (Gunasyah et al., 2024). Selain itu, terapi ini berfungsi sebagai pengalihan perhatian dari rasa sakit atau ketidaknyamanan yang mungkin mereka alami, sehingga menciptakan pengalaman yang lebih menyenangkan selama berada di rumah sakit.

Manfaat lain dari terapi bermain dengan clay adalah melatih keterampilan motorik halus anak melalui koordinasi tangan dan jari (Hafidah & Apriliana, 2024). Aktivitas ini juga mendorong anak untuk menggunakan imajinasi dan kreativitas mereka, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri setelah berhasil menciptakan sesuatu. Selain itu, terapi ini menciptakan kesempatan bagi anak untuk berinteraksi dengan tenaga kesehatan, terapis, atau anak-anak lain yang berada di lingkungan rumah sakit, sehingga memperkuat dukungan sosial mereka (Setiawan, 2024). Untuk membantu anak mengatasi dampak kecemasan hospitalisasi di RSUD Dr. Sayidiman Magetan kami mengimplementasikan kegiatan pengabdian Masyarakat terapi bermain menggunakan clay sebagai salah satu bentuk terapi kreatif.

2. METODE

Metode kegiatan pengabdian masyarakat yang digunakan adalah sebagai berikut : Ada tiga tahapan dalam melaksanakan rangkaian kegiatan tersebut: tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tim pengmas bekerja sama dengan Kepala Ruang Abimanyu RSUD Magetan untuk menyelesaikan setiap langkah, dan mahasiswa pada program studi S1 Keperawatan yang melaksanakan kegiatan terapi bermain clay. Penjelasan masing-masing tahapan sebagai berikut:

Tahap persiapan

Tahap persiapan dilakukan kurang lebih 1 minggu sebelum pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini, tim pelaksana pendidikan kesehatan melakukan koordinasi dengan mitra dan kepala ruangan bangsal untuk menentukan sasaran kegiatan, waktu dan tempat pelaksanaan. Selain itu, tim pelaksana pengmas juga mempersiapkan media alat permainan clay. Alat-alat yang biasanya digunakan: Clay atau Bahan Utama; Pilih clay berbahan dasar non-toksik, seperti plastisin, tanah liat lunak, atau playdough, Alat Dasar untuk Membentuk Clay ; Pisau plastik atau spatula kecil untuk memotong atau membuat garis pada clay, Permukaan Kerja ; Gunakan alas datar, seperti papan plastik, tatakan silikon, atau alas anti-slip, agar clay tidak menempel di meja, Inspirasi dan Panduan ; Buku atau gambar referensi untuk memberikan ide bentuk yang bisa dibuat.

Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan pada tgl 30 Januari 2025, peneliti dan tim pengabdian masyarakat sudah melakukan observasi di bangsal abimanyu, ada 20 anak terdampak kecemasan hospitalisasi . pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan kegiatan yang tertib. Setel durasi sesi terapi agar tidak terlalu panjang, terutama bagi anak-anak yang mungkin cepat lelah. Biasanya, sesi bermain clay dapat berlangsung sekitar 20-30 menit, dengan waktu tambahan untuk refleksi dan pembersihan. Sesuaikan waktu bermain dengan kondisi fisik dan emosional anak, dan pastikan mereka merasa nyaman sepanjang aktivitas. Berikut adalah langkah-langkah proses bermain clay; Siapkan lingkungan: Pastikan area bermain bersih, nyaman, dan bebas dari gangguan. Gunakan alas bermain untuk menjaga kebersihan, Pilih alat dan bahan: Siapkan clay yang aman dan alat seperti cetakan, roller, atau pisau plastik. Pastikan semua alat mudah dijangkau oleh anak, Kenalkan clay: Biarkan anak menyentuh dan merasakan tekstur clay untuk mengenal bahan yang akan mereka gunakan, Pengenalan Aktivitas; Tentukan tema: Terapis atau pendamping dapat memberikan tema sederhana, seperti membuat hewan, makanan, atau benda favorit. Tema ini bisa disesuaikan dengan minat anak atau tujuan terapi, Demonstrasi singkat:

Tunjukkan cara dasar membentuk clay, seperti menggulung (membuat ular), menekan (membuat lingkaran pipih), atau mencetak dengan cetakan, Eksplorasi dan Proses Membentuk, Bebaskan anak bereksperimen: Biarkan anak menggulung, menekan, mencetak, atau membentuk clay sesuai ide mereka. Terapis dapat memberikan panduan ringan jika diperlukan, Gunakan alat bantu: Ajak anak menggunakan roller, cetakan, atau alat pembentuk untuk memudahkan proses menciptakan bentuk tertentu, Bantu dengan imajinasi: Jika anak kebingungan, terapis bisa mengarahkan dengan memberikan contoh, seperti "Mari kita buat bunga" atau "Bagaimana kalau membuat bola kecil untuk mata boneka?" Interaksi dan Ekspresi, Dorong anak berbicara: Tanyakan tentang bentuk yang mereka buat atau ide di balik karya mereka, misalnya, "Apa yang kamu buat?" atau "Ceritakan tentang ini.", Berikan pujian: Apresiasi setiap karya, sekecil apa pun, untuk membangun kepercayaan diri anak, Penyelesaian Tinjau hasil karya: Lihat bersama hasil kreasi anak dan beri kesempatan mereka untuk memperbaiki atau menambahkan detail., Sesi refleksi: Tanyakan bagaimana perasaan mereka selama bermain, apa yang paling mereka suka, atau apakah ada kesulitan yang mereka alami, Bersihkan area bermain: Ajarkan anak untuk membereskan clay dan alat-alatnya sebagai bagian dari tanggung jawab. Terakhir dilakukan evaluasi dengan alat ukur kecemasan, sebanyak 20 anak mengalami penurunan kecemasan yang signifikan.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan setelah terapi bermain clay selesai dilakukan dengan cara membagikan kembali kuesioner post-test kepada para anak. Sebanyak 20 responden diukur ansietas/kecemasan. Pengukuran Ansietas dengan *Anxiety Spesific to Surgery Question* (ASSQ) yaitu Cemas Ringan=Skor 10-23, Cemas Sedang= skor 24-37, Cemas Berat=skor 38-50. Skala penilaian Anxiety Spesific to Surgery Question (ASSQ) Sudah di uji oleh Zakiyah, (2014) dengan validitas skor Alfa Cronbach 0,79 dan reabilitas Alfa Cronbach 0,91.

3. HASIL

Kegiatan Pengabdian Masyarakat terapi clay untuk mengurangi kecemasan dampak hospitalisasi pada Anak ini dilaksanakan di bangsal abimanyu RSUD Magetan Jawa Timur. Kegiatan penyuluhan dilakukan pada 30 Januari 2025. Respondennya berjumlah 20 orang dengan rentang usia 10-15 Tahun.



Gambar 1. Dokumentasi Terapi Clay Dampak Kecemasan Hospitalisasi

Bentuk kegiatannya adalah memberikan terapi bermain clay; Permainan clay adalah jenis permainan kreatif dan sensorimotor yang melibatkan sentuhan langsung untuk membentuk, menggulung, atau memanipulasi bahan lunak seperti tanah liat, plastisin, atau clay khusus anak-anak. Jenis permainan ini tidak hanya memberikan hiburan, tetapi juga merangsang perkembangan motorik halus, melatih koordinasi tangan dan mata, serta membangun kreativitas melalui eksplorasi imajinasi. Dalam bermain clay, anak-anak bebas menciptakan berbagai bentuk, mulai dari benda sederhana seperti hewan dan bunga hingga bentuk yang lebih kompleks seperti miniatur makanan atau bangunan.



Gambar 2. Dokumentasi Terapi Clay

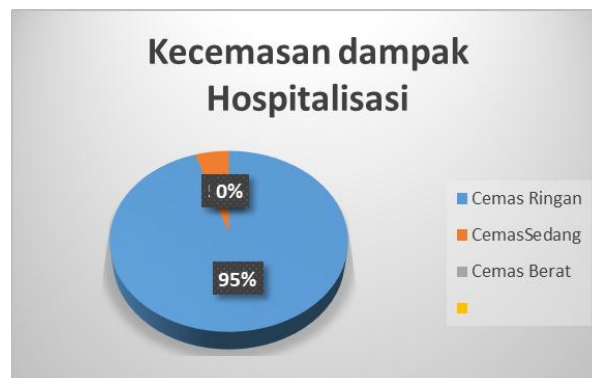
Aktivitas ini juga memberikan sensasi menyenangkan saat menyentuh dan membentuk clay, menjadikannya media yang efektif untuk terapi sensorik. Selain itu, permainan clay dapat digunakan sebagai alat untuk mengekspresikan emosi, membangun rasa percaya diri, dan meningkatkan keterampilan sosial saat dimainkan bersama terapis, teman, atau keluarga. Dengan sifatnya yang fleksibel dan inklusif, permainan clay cocok untuk segala usia dan tujuan, baik untuk edukasi, terapi, maupun sekadar mengisi waktu luang dengan cara yang kreatif. Terapi selama 20-30 menit. Berikut hasil pretest ;

Tabel 1. Hasil Pre-test Peserta Pengukuran Ansietas



Tabel 1. Hasil Pre-test Peserta Pengukuran Ansietas dengan *Anxiety Spesific to Surgery Question* (ASSQ) sebelum menggunakan Terapi Bermain Clay Terhadap Anxiety Anak Akibat Hospitalisasi di Rumah Sakit, hasil menyatakan bahwa 18 anak dengan kecemasan sedang dan 2 anak dengan kecemasan ringan

Tabel 2.. Hasil Post-test Peserta Pengukuran Ansietas



Berikut hasil post-test dan dokumentasi gambar kegiatan : Tabel 1.2. Hasil Post-test Peserta Pengukuran Ansietas dengan *Anxiety Spesific to Surgery Question* (ASSQ) setelah dilakukan Terapi Bermain Clay Terhadap Anxiety Anak Akibat Hospitalisasi di Rumah Sakit; hasil menyatakan bahwa 19 anak dengan kecemasan Ringan dan 1 anak dengan kecemasan sedang

4. DISKUSI

Dari hasil yang didapat, dapat disimpulkan bahwa terapi bermain clay efektif dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis anak-anak yang mengalami hospitalisasi. Aktivitas ini menyediakan cara non-verbal bagi anak-anak untuk mengekspresikan emosi mereka, yang sangat penting mengingat anak-anak sering kali kesulitan untuk mengungkapkan perasaan mereka secara langsung (Hafidah & Apriliana, 2024).

Interaksi sosial yang terjadi selama sesi terapi juga memberikan dukungan emosional yang diperlukan oleh anak-anak. Dengan adanya dukungan dari tenaga kesehatan, anak-anak merasa lebih nyaman untuk berbagi pengalaman dan emosinya. Peningkatan keterampilan motorik halus yang terlihat juga menunjukkan bahwa terapi ini tidak hanya berfungsi sebagai bentuk pengalihan perhatian, tetapi juga sebagai kegiatan yang edukatif dan bermanfaat bagi perkembangan anak.

Hasil yang diperoleh ;

- a) Pengurangan Kecemasan : Terapi bermain clay menunjukkan hasil positif dalam mengurangi tingkat kecemasan anak-anak yang menjalani hospitalisasi. Observasi selama sesi terapi menunjukkan bahwa anak-anak lebih tenang dan mampu mengekspresikan diri mereka dengan lebih baik.
- b) Ekspresi Emosi : Anak-anak mampu menyalurkan emosi negatif mereka melalui aktivitas bermain clay. Mereka menunjukkan antusiasme dalam menciptakan bentuk-bentuk yang menggambarkan perasaan mereka, seperti ketakutan atau kebingungan, yang sebelumnya tidak dapat diungkapkan secara verbal.
- c) Interaksi Sosial : Terapi ini meningkatkan interaksi sosial antara anak-anak dan tenaga kesehatan. Anak-anak menjadi lebih terbuka untuk berkomunikasi dan berbagi pengalaman mereka dengan teman sebaya serta dengan terapis.
- d) Keterampilan Motorik Halus : Aktivitas membentuk clay membantu anak-anak dalam mengembangkan keterampilan motorik halus. Mereka menunjukkan peningkatan dalam koordinasi tangan dan jari saat membentuk berbagai objek dari clay.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian Masyarakat tentang pemberian terapi bermain clay terhadap penurunan kecemasan anak akibat hospitalisasi di Ruang Abimayu 1 RSUD Dr. Sayidiman Magetan, dapat disimpulkan bahwa terapi bermain clay memiliki dampak yang signifikan dalam mengurangi tingkat kecemasan pada anak-anak yang sedang dirawat di rumah sakit. Aktivitas bermain clay memberikan kesempatan bagi anak untuk mengekspresikan perasaan mereka, meredakan stres, serta meningkatkan rasa kontrol dan kenyamanan selama menjalani perawatan medis. Diperlukan penyediaan lebih banyak bahan clay dan alat bantu bermain di ruang perawatan anak untuk mendukung kegiatan terapi dan program terapi bermain clay sebaiknya diperluas dengan variasi aktivitas lain yang dapat meningkatkan pengalaman anak selama di rumah sakit, seperti menggambar atau kolaborasi antara anak-anak.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah memberi dukungan financial terhadap pelaksanaan kegiatan ini, dukungan tim dan mitra terutama Ruang Abimanyu 1 RSUD Magetan dan Tim S1 Keperawatan Universitas Aisyiyah Surakarta terkait tempat pelaksanaan dan koordinasi kegiatan Pengabdian Masyarakat Terapi Bermain Clay.

DAFTAR REFERENSI

- Bertuccio, P., Amerio, A., Grande, E., La Vecchia, C., Costanza, A., Aguglia, A., Berardelli, I., Serafini, G., Amore, M., & Pompili, M. (2024). Global trends in youth suicide from 1990 to 2020: An analysis of data from the WHO mortality database. *EClinicalMedicine*, 70.
- Gunasyah, D. T. P., Aziz, A., & Ismail, I. T. (2024). Penerapan Terapi Bermain Plastisin (Playdough) Terhadap Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Dengan Demam Thypoid Di Ruang Melati Rumah Sakit Tk. Ii Dustira Cimahi. *Jurnal Kesehatan An-Nuur*, 1(2), 15–27.
- Hafidah, L., & Apriliana, N. A. F. (2024). Pengaruh Terapi Bermain Clay Terhadap Penurunan Kecemasan Anak Prasekolah Akibat Hospitalisasi di Ruang Edelweis RSUD Mohammad Noer Pamekasan. *Jurnal Sains Dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), 10–15.
- Islamiyah, I., Novianti, A. D., & Anhusadar, L. (2024). Pengaruh terapi bermain puzzle untuk penurunan kecemasan hospitalisasi pada anak usia prasekolah. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 87–98.
- Nowicka-Sauer, K., Zemła, A., Banaszkiewicz, D., Trzeciak, B., & Jarmoszewicz, K. (2024). Measures of preoperative anxiety: Part two. *Anaesthesiology Intensive Therapy*, 56(1), 9–16.
- Perdana, R. G., & Tambunan, D. M. (2024). Pengaruh Terapi Bermain Jenga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah (4-6 Tahun) Akibat Hospitalisasi di Rumah Sakit Murni Teguh Ciledug. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 2(1), 87–92.
- Sari, F. S., & Batubara, I. M. (2017). Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 144–149.
- Seftian, A. D., Alifia, P. H., Rizaludin, M., & Nurhadi, Z. F. (2024). Peran Komunikasi Interpersonal Orang Tua dan Anak dalam Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian Sekolah. *MUKASI: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 3(1), 79–88.
- Setiawan, A. I. B. (2024). Meningkatkan Sosio-emosional Calon Konselor Sebaya melalui Clay Therapy. *Khidmat: Journal of Community Service*, 1(2), 66–77.
- Sherlina, A. P. (2024). Tingkat Kecemasan Pada Remaja Dalam Menghadapi Masa Depan. *Karimah Tauhid*, 3(1), 989–997.

- Titiaji, V. V., Ain, H., & Pujiastuti, N. (2024). Pengaruh Terapi Bermain Plastisin Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi. *The Health Researcher's Journal*, 1(01), 35–44.
- Utami, D. S., & Lugina, D. S. (2024). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia 6-12 Tahun yang Mengalami Hospitalisasi di RSAU Dr. M. Salamun. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(2), 718–724.