

ABSTRAK

LITERATUR REVIEW: EFEKTIFITAS TERAPI BERMAIN TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA ANAK YANG MENGALAMI HOSPITALISASI

Rismawan, Daniel Akbar Wibowo, Dini Nurbaeti Zen

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh

Email : rismawan398@gmail.com

Hospitalisasi pada anak sering menimbulkan kecemasan akibat lingkungan yang asing, prosedur medis, serta perpisahan dengan keluarga dan aktivitas sehari-hari. Kondisi ini dapat memengaruhi kenyamanan, proses adaptasi, dan pemulihan anak selama menjalani perawatan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan pada anak adalah terapi bermain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi bermain terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi. Metode yang digunakan adalah literature review dengan pendekatan sistematis melalui pencarian artikel, seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, penilaian kualitas artikel, serta sintesis hasil penelitian. Sebanyak 9 artikel memenuhi kriteria untuk dianalisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berbagai bentuk terapi bermain seperti mewarnai, *puzzle*, plastisin, *clay*, *playdough*, *storytelling*, dan permainan edukatif lainnya secara konsisten efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak selama hospitalisasi. Efektivitas terapi bermain dipengaruhi oleh mekanisme distraksi, relaksasi, ekspresi emosi, serta peningkatan kemampuan coping anak terhadap stres hospitalisasi. Kesimpulannya, terapi bermain memiliki potensi sebagai intervensi komplementer yang efektif dalam membantu menurunkan kecemasan dan meningkatkan kenyamanan psikologis anak selama menjalani perawatan di rumah sakit.

Kata Kunci: terapi bermain, kecemasan anak, hospitalisasi

ABSTRACT

LITERATURE REVIEW: THE EFFECTIVENESS OF PLAY THERAPY IN REDUCING ANXIETY AMONG HOSPITALIZED CHILDREN

Rismawan, Daniel Akbar Wibowo, Dini Nurbaeti Zen

Faculty of Health Sciences, Galuh University

Email : rismawan398@gmail.com

Hospitalization in children often causes anxiety due to unfamiliar environments, medical procedures, and separation from family and daily activities. This condition can affect children's comfort, adaptation process, and recovery during treatment. One non-pharmacological intervention that can be used to reduce anxiety in hospitalized children is play therapy. This study aimed to determine the effectiveness of play therapy in reducing anxiety levels among hospitalized children. The method used was a literature review with a systematic approach through article searching, selection based on inclusion and exclusion criteria, quality appraisal of articles, and synthesis of research findings. A total of 9 articles met the criteria for analysis. The results showed that various forms of play therapy, such as coloring, puzzles, plasticine, clay, playdough, storytelling, and other educational games, were consistently effective in reducing anxiety levels in hospitalized children. The effectiveness of play therapy is influenced by distraction mechanisms, relaxation, emotional expression, and improvement of children's coping abilities toward hospitalization stress. In conclusion, play therapy has the potential to be an effective complementary intervention in reducing anxiety and improving the psychological comfort of children during hospitalization.

Keywords: *play therapy, anxiety of children, hospitalization*