

MENGATASI KECEMASAN HOSPITALISASI PADA ANAK DENGAN BIBLIOTERAPI CERGAM (CERITA BERGAMBAR) DI RUANG LILY RSU ANWAR MEDIKA

Tri Peni^{1*}, Siti Indatul Laili², Tri Ratnaningsih³

¹Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia

²Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia

³Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia

Corresponding author*: peni.ners@gmail.com

KATA KUNCI	ABSTRAK
<i>Kecemasan, hospitalisasi, biblioterapi cerita bergambar.</i>	Hospitalisasi dapat menimbulkan kecemasan pada anak. Untuk itu, anak memerlukan media yang dapat mengekspresikan perasaan tersebut. Tujuan dari pengabmas ini adalah untuk mengatasi kecemasan pada anak hospitalisasi dengan biblioterapi cerita bergambar. Metode yang dilakukan meliputi Identifikasi dengan tokoh untuk mengeksplorasi perasaan anak melalui pengalaman tokoh tersebut, diskusi bermakna untuk membantu dalam mengartikulasikan dan memproses perasaan takut, cemas, stress dan sedih. Hasil observasi tingkat kecemasan sebelum pengabmas biblioterapi paling banyak anak mengalami cemas sangat berat/panic (38,4%). Setelah dilakukan pengabmas biblioterapi terjadi penurunan tingkat kecemasan yaitu sebagian besar mengalami cemas sedang (46,2%). Biblioterapi dengan cerita bergambar merupakan media visual yang sangat efektif karena gambar membantu anak-anak memahami cerita dengan lebih mudah dan menarik perhatian mereka, sehingga mampu mengalihkan perasaan cemas.

PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan suatu kondisi krisis yang mengharuskan anak yang sedang sakit untuk menjalani perawatan di rumah sakit. Selama proses hospitalisasi, anak harus melewati rangkaian perawatan yang menyakitkan dan berulang. Beberapa perawatan yang harus dilalui anak selama hospitalisasi adalah pemasangan jarum infus, injeksi, pengambilan sampel darah, pemasangan *nasogastric tube*, *CT Scan* hingga radiografi. Proses perawatan yang dilalui membuat anak terpaksa harus berpisah dari orang tuanya dan dapat menyebabkan reaksi takut berlebih, khawatir dan perasaan cemas. Rangkaian reaksi tersebut merupakan respon hospitalisasi pada anak (Lufianti *et al.*, 2022). Hospitalisasi menimbulkan dampak pada anak seperti dampak perpisahan, kehilangan control, sakit/nyeri dan beberapa dampak hospitalisasi tersebut adalah anak merasa putus asa, menimbulkan reaksi protes, tidak kooperatif dan depresi. (Nurlaila, Utami and Cahyani, 2018)

Perawatan anak di rumah sakit merupakan pengalaman yang penuh dengan stres, baik bagi anak maupun orang tua. Lingkungan rumah sakit itu sendiri merupakan penyebab stres bagi anak dan orang tuanya, baik lingkungan fisik rumah sakit seperti ruang perawatan, alat-alat, bau obat-obatan, pakaian putih petugas kesehatan maupun lingkungan sosial, seperti sesama pasien anak, ataupun

interaksi dan sikap petugas kesehatan itu sendiri. Perasaan seperti takut, cemas, tegang, nyeri dan perasaan yang tidak menyenangkan lainnya, sering kali dialami anak. Untuk itu, anak memerlukan media yang dapat mengekspresikan perasaan tersebut (Brenan dalam (Supartini, 2012)

Rumah Sakit Umum Anwar medika merupakan Rumah Sakit milik Yayasan atau Swasta. Di ruang perawatan anak sudah disediakan tempat khusus untuk bermain. Sementara pasien belum memanfaatkan secara optimal. Anak yang opname membutuhkan terapi bermain untuk mengurangi stress, cemas dan rasa takut. Biblioterapi cerita bergambar adalah teknik terapi yang menggunakan buku cerita dengan ilustrasi untuk membantu mengatasi masalah emosional, seperti kecemasan pada anak-anak. Melalui cerita dan gambar, anak dapat mengamati, mendengarkan, dan berimajinasi, sehingga dapat membantu mengalihkan perhatian dari rasa cemas, memperkaya pemahaman serta mendorong identifikasi dengan karakter untuk menemukan solusi. Menurut (Apriza, 2017) biblioterapi dengan cerita bergambar dapat menurunkan tingkat kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi, karena dapat membantu anak mengidentifikasi dan mengekspresikan perasaannya. Bercerita merupakan salah satu cara yang efektif untuk menurunkan kecemasan pada anak dan juga penting untuk kesejahteraan mental dan emosional anak.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabmas adalah Biblioterapi cerita bergambar. Terapi ini memanfaatkan kombinasi teks dan ilustrasi dalam buku untuk menyampaikan pesan, membantu anak-anak (terutama anak yang lebih muda) memahami dan mengeksplorasi kecemasan atau kesedihan. Langkah kegiatan pengabmas dengan biblioterapi cerita bergambar adalah:

Identifikasi dengan tokoh: anak-anak, dapat mengidentifikasi diri dengan karakter dalam cerita yang menghadapi konflik atau masalah serupa. Hal ini memungkinkan mereka untuk mengeksplorasi perasaan mereka sendiri melalui pengalaman tokoh tersebut.

Diskusi bermakna: Terapis atau orang tua dapat memfasilitasi diskusi tentang tema, karakter, dan emosi yang dihadirkan dalam cerita. Diskusi ini membantu dalam mengartikulasikan dan memproses perasaan yang kompleks.

Media visual yang efektif: Buku cerita bergambar sangat efektif karena gambar membantu anak-anak memahami cerita dengan lebih mudah, menarik perhatian mereka, dan memotivasi mereka untuk belajar tentang dunia dan perasaan mereka.

Rancangan evaluasi

Pelaksanaan program pengabdian dalam bentuk biblioterapi ini terdapat 2 kriteria yang akan menjadi tolak ukur dasar pencapaian dari kegiatan. Tolak ukur keberhasilan dari pelaksanaan kegiatan adalah dengan melaksanakan kegiatan sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan dan adanya kerja sama yang baik antara terapis dengan keluarga pasien dan anak. Tolak ukur keberhasilan dari pihak peserta (anak hospitalisasi) adalah anak mampu melakukan distraksi melalui biblioterapi cerita bergambar untuk menurunkan kecemasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan pengabdian pada masyarakat di Ruang Lily dilaksanakan pada tanggal 16 Oktober 2025. Tim pengabdian masyarakat dilakukan oleh Dosen Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto bersama mahasiswa. Proses kegiatan berjalan lancar. Perawat yang sedang bertugas di ruangan dan keluarga pasien sangat mendukung kegiatan tersebut. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan penjelasan prosedur pengabmas biblioterapi dengan cerita bergambar kepada perawat dan kontrak waktu untuk ke pasien. Hal ini dilakukan supaya tidak mengganggu prosedur rutin tim medis dalam melakukan pengobatan maupun tindakan ke pasien. Sebelum biblioterapi cerita bergambar pada anak, tim pengabmas mengobservasi tingkat kecemasan pada anak dan setelah biblioterapi tingkat kecemasan diobservasi lagi untuk melihat penurunan tingkat kecemasan pada anak setelah mendapatkan biblioterapi.

Tabel 1. Hasil observasi cemas hospitalisasi pada anak sebelum dilakukan kegiatan pengabmas Biblioterapi cerita bergambar di Ruang Lily

No	Cemas hospitalisasi	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Normal	0	0
2	Ringan	3	23,1
3	Sedang	3	23,1
4	Berat	2	15,4
5	Sangat berat/panic	5	38,4
Total		13	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan paling banyak anak sebelum dilakukan kegiatan pengabmas biblioterapi cerita bergambar, anak mengalami cemas sangat berat/panic yaitu 38,4%.

Tabel 2. Hasil observasi cemas hospitalisasi pada anak setelah dilakukan kegiatan pengabmas Biblioterapi cerita bergambar di Ruang Lily

No	Cemas hospitalisasi	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Normal	4	30,7
2	Ringan	2	15,4
3	Sedang	6	46,2
4	Berat	1	7,7
5	Sangat berat/panic	0	0
Total		13	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan paling banyak anak setelah dilakukan kegiatan pengabmas biblioterapi cerita bergambar, anak mengalami cemas sedang yaitu 46,2%.

PEMBAHASAN

Hasil evaluasi sebelum dilakukan pengabmas biblioterpi dengan cerita bergambar didapatkan anak - anak yang hospitalisasi di ruang lily sebagian besar mengalami tingkat kecemasan sangat berat/panic. Hospitalisasi merupakan suatu keadaan krisis pada anak yang terencana atau darurat, mengharuskan anak tetap masuk rumah sakit untuk beberapa hari

sampai anak sehat kembali kerumah (Mariani, 2019). Hospitalisasi dapat menimbulkan kecemasan pada anak. Pada usia prasekolah anak peka terhadap efek stress serta faktor lingkungan yang kurang mendukung, nyeri terhadap suatu tindakan medis dan ketakutan selama rawat inap (Nurfatimah, 2019). Pada usia tersebut anak sedang dalam proses perkembangan, mempunyai kebutuhan yang spesifik (fisik, psikologis, sosial dan spiritual) yang berbeda dengan orang dewasa (Kartono, 2021). Anak membutuhkan dukungan dan perawatan untuk berkembang menjadi generasi yang berkualitas. Pada saat hospitalisasi, anak akan mengalami ketakutan maupun ansietas yang dapat menghambat proses tumbuh kembang anak. Kecemasan pada anak akan membuat proses penyembuhan anak menjadi terganggu, anak kesulitan untuk kooperatif dengan segala tindakan yang dilakukan selama perawatan di ruang rawat. Perawat diuntut untuk melakukan asuhan keperawatan yang dapat menyelesaikan masalah pada anak yang hospitalisasi (Peni, Ratnaningsih and Laili, 2024). Hasil observasi anak sebagian besar mengalami cemas sangat berat/panic karena mereka merasa takut dengan lingkungan baru dan takut dengan tindakan medis yang belum pernah dialaminya.

Setelah dilakukan biblioterapi dengan cerita bergambar terjadi penurunan kecemasan pada anak yang sebelumnya sebagian besar kecemasan sangat berat/panic menjadi kecemasan sedang. Hasil observasi juga ditemukan yang sebelumnya tidak ada yang normal setelah dilakukan biblioterapi terdapat 4 anak yang normal. Hasil penelitian (Apriza, 2017) di RSUD Bangkinang diketahui bahwa data tentang perbedaan tingkat kecemasan responden sebelum dan setelah pemberian biblioterapi adalah sebesar 4,7 dengan menggunakan uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai $p = 0,001 < \alpha = 0,05$ yang berarti ada perbedaan yang bermakna terhadap tingkat kecemasan antara sebelum dan setelah pemberian biblioterapi. Hasil penelitian menunjukkan kecemasan setelah pemberian biblioterapi didapat rerata 18,6. Terjadinya penurunan atau selisih sebanyak 4,7. Hasil ini juga didukung oleh penelitiannya (Ginanjari, Iswari and Nofzalina, 2020) di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang yang menyatakan terdapat penurunan kecemasan sesudah dilakukan intervensi biblioterapi pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

Biblioterapi dengan cerita bergambar membantu seseorang memproses emosi dan mengatasi masalah melalui diskusi tentang cerita dan karakter di dalamnya. Terapi ini memanfaatkan kombinasi teks dan ilustrasi dalam buku untuk menyampaikan pesan, membantu anak-anak (terutama anak yang lebih muda) memahami dan mengeksplorasi topik seperti kecemasan atau kesedihan. Pada saat membaca anak, dapat mengidentifikasi diri dengan karakter dalam cerita yang menghadapi konflik atau masalah serupa. Hal ini memungkinkan mereka untuk mengeksplorasi perasaan mereka sendiri melalui pengalaman tokoh tersebut. Pada saat terapis atau orang tua mendiskusikan karakter yang dihadirkan dalam cerita, hal ini akan membantu dalam mengartikulasikan dan memproses perasaan yang kompleks. Biblioterapi dengan cerita bergambar merupakan media visual yang sangat efektif karena gambar membantu anak-anak memahami cerita dengan lebih mudah, menarik perhatian mereka, dan memotivasi mereka untuk belajar tentang dunia dan perasaan mereka. Metode ini sangat efektif untuk menurunkan kecemasan pada anak-anak karena buku cerita bergambar yang menarik dapat membantu mereka merasa lebih nyaman dan terbuka untuk mendengarkan pesan terapi. Biblioterapi merupakan permainan aman dan tidak bertentangan

dengan pengobatan anak. Biblioterapi mudah dilaksanakan karena menyesuaikan kondisi anak dan bisa dilakukan sewaktu- waktu menyesuaikan kebutuhan anak. Biblioterapi bisa dilakukan di tempat tidur atau dimanapun sesuai keinginan anak. Biblioterapi bisa dilakukan secara mandiri oleh keluarga pasien untuk mengalihkan perasaan takut, cemas dan nyeri.

SIMPULAN

Hospitalisasi dapat menimbulkan kecemasan pada anak. Pada saat anak cemas, proses perawatan atau pengobatan tidak akan maksimal. Biblioterapi dengan cerita bergambar mampu mengatasi cemas hospitalisasi pada anak, karena dengan adanya kombinasi teks dan ilustrasi dalam buku untuk menyampaikan pesan, membantu anak-anak memahami dan mengeksplorasi kecemasan, ketakutan, stress atau kesedihan. Biblioterapi membantu anak memproses emosi dan mengatasi masalah melalui diskusi tentang cerita dan karakter di dalamnya.

SARAN

Bagi Rumah Sakit

Pihak Rumah sakit perlu menambah sarana bermain berupa buku cerita bergambar, karena Biblioterapi cerita bergambar efektif untuk menurunkan kecemasan pada anak yang mengalami cemas hospitalisasi.

Bagi tim pengabmas selanjutnya

Perlu dilakukan pengembangan kreatifitas bermain di Rumah Sakit sebagai distraksi dalam mengatasi kecemasan pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriza (2017) 'Pengaruh Biblioterapi Dengan Buku Cerita Bergambar Terhadap Tingkat Kecemasan Efek Hospitalisasi pada Anak Prasekolah', *Jurnal Obsesi*, 1(2), pp. 105–110. Available at: <https://obsesi.or.id>.
- Ginanjari, M. R., Iswari, M. F. and Noftalina (2020) 'Pengaruh biblioterapi terhadap kecemasan hospitalisasi anak usia prasekolah di rumah sakit muhammadiyah Palembang', *Jurnal Masker Medika*, 8, pp. 135–145. Available at: <https://ejournal.stikesmp.ac.id>.
- Kartono, J. (2021) 'Peningkatan kualitas tidur anak hospitalisasi yang mengalami gangguan pola tidur menggunakan teknik sleep hygiene', *Madago Nursing Journal*, 2(2), pp. 48–57.
- Lufianti, A. et al. (2022) *Ilmu Dasar Keperawatan Anak*. Pradina Pustaka.
- Mariani, R. (2019) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Tidur Pada Anak Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruang Rawat Inap Anak Rsd. Mayjend. Hm. Ryacudu Kotabumi Tahun 2016', *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 2(2), pp. 42–49. doi: 10.36341/jka.v2i2.624.
- Nurfatimah, N. (2019) 'Peran Serta Orang Tua dan Dampak Hospitalisasi pada Anak Usia 3-

- 6 Tahun di Ruang Anak RSUD Poso', *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(2), p. 77. doi: 10.33860/jbc.v2i2.187.
- Nurlaila, Utami, W. and Cahyani, T. (2018) *Buku Ajar keperawatan anak*. 1st edn. Yogyakarta: Leutikaprio.
- Peni, T., Ratnaningsih, T. and Laili, S. I. (2024) 'The Effect of Touch and Talk Therapy on Reducing Anxiety in Hospitality Children', *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 10(3), pp. 316–320. doi: 10.26699/jnk.v10i3.art.p316-320.
- Supartini, Y. (2012) *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. EGC.