

Terapi Bermain Plastisin Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Anak Di Ruang Anak Rsud Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin

The Effect Of Playdough Therapy On Hospitalization Anxiety In Pediatric Patients

Ni Ketut Widiyanti^{1*}, Mita Aulia¹, Priadi¹, Rapi'I¹, Siti Raihani¹, Umi Hanik Fetriyah¹, Riswan¹

¹Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia Banjarmasin

*Korespondensi: niketutwidiyanti03@gmail.com

Info Artikel

Diterima:

25 Januari 2026

Dipublikasikan:

29 Januari 2026

ABSTRAK

Hospitalisasi merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan kecemasan pada anak, terutama anak usia prasekolah, akibat perpisahan dengan keluarga, lingkungan yang asing, serta prosedur medis yang dijalani. Anak usia 3–6 tahun berada pada tahap perkembangan kognitif dan emosional yang pesat sehingga membutuhkan pendekatan keperawatan yang sesuai dengan tahap tumbuh kembangnya. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan untuk menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi adalah terapi bermain plastisin. Terapi ini memungkinkan anak mengekspresikan emosi, meningkatkan rasa nyaman, serta melatih kemampuan motorik halus melalui aktivitas yang menyenangkan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk menurunkan tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak serta meningkatkan kemampuan motorik halus, interaksi sosial, dan perilaku kooperatif selama menjalani perawatan di rumah sakit. Metode yang digunakan adalah kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) melalui pemberian terapi bermain plastisin kepada anak yang dirawat di Ruang Anak (Emerald Lt.2) RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin. Pelaksanaan kegiatan meliputi tahap survei ruangan, pemantapan tim, perencanaan kegiatan, dan implementasi terapi bermain plastisin. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa seluruh anak yang mengikuti terapi mampu mengekspresikan emosi dengan lebih baik, tampak lebih rileks dan tenang, serta mengalami penurunan kecemasan selama hospitalisasi. Selain itu, terdapat peningkatan kemampuan motorik halus, interaksi sosial, serta perilaku kooperatif terhadap tindakan keperawatan. Dengan demikian, terapi bermain plastisin efektif sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam mengurangi kecemasan hospitalisasi pada anak.

Kata kunci: terapi bermain plastisin, kecemasan hospitalisasi, anak prasekolah

ABSTRACT

Hospitalization is an experience that can cause anxiety in children, particularly preschool-aged children, due to separation from family, unfamiliar environments, and medical procedures. Children aged 3–6 years are at a crucial stage of cognitive and emotional development, requiring nursing interventions appropriate to their developmental needs. One non-pharmacological intervention that can be applied to reduce hospitalization anxiety is playdough play therapy. This therapy allows children to express their emotions, increase comfort, and develop fine motor skills through enjoyable activities. The objective of this activity was to reduce anxiety related to hospitalization in children and to improve fine motor skills, social interaction, and cooperative behavior during hospital care. The method employed was a community service activity involving playdough play therapy for children hospitalized in the Pediatric Ward (Emerald, 2nd Floor) of RSUD Dr. H. Moch Ansari, Saleh, Banjarmasin. The activity was conducted in several stages: ward observation, team preparation, activity planning, and the implementation of playdough play therapy. The results showed that all participating children were able to express their emotions more effectively, appeared calmer and more relaxed, and experienced reduced anxiety during hospitalization. In addition, improvements were observed in fine motor skills, social interaction, and cooperative behavior toward nursing procedures. In conclusion, playdough play therapy is an effective non-pharmacological nursing intervention for reducing hospitalization anxiety in children and supporting their emotional, social, and motor development.

Keywords: playdough play therapy, hospitalization anxiety, preschool children



This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) 4.0 license.

1. Pendahuluan

Anak usia prasekolah (3–6 tahun) berada pada masa perkembangan kognitif dan emosional yang pesat, sering disebut sebagai *The Wonder Years*, yaitu fase ketika rasa ingin tahu dan kemampuan berkomunikasi anak semakin berkembang (Nurcahyanti, 2024). Pada tahap ini, bermain menjadi kebutuhan utama anak karena berperan penting sebagai sarana belajar, mengekspresikan emosi, serta membangun hubungan sosial. Namun, meningkatnya aktivitas fisik dan daya tahan tubuh yang belum optimal membuat anak usia prasekolah rentan mengalami gangguan kesehatan yang memerlukan perawatan di rumah sakit (Sudaryanti, Prayitno, Arifiyanti, & Maharani, 2024). Kondisi hospitalisasi sering kali menimbulkan kecemasan pada anak akibat perpisahan dengan keluarga, lingkungan yang asing, serta paparan terhadap berbagai tindakan medis (Amin, Alwi, Taqiyah, & Sunarti, 2024). Data menunjukkan bahwa angka hospitalisasi anak masih cukup tinggi, baik di negara maju maupun di Indonesia. Hospitalisasi pada anak dapat menimbulkan dampak psikologis berupa kecemasan, ketakutan, dan stres apabila anak tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan perawatan (Putri, Novayelinda, & Tampubolon, 2026). Kecemasan ini dapat memengaruhi perilaku anak, seperti penolakan terhadap tindakan keperawatan, menangis berlebihan, dan kesulitan berkomunikasi (Nopiana & Nawangsasi, 2025). Oleh karena itu, perawat perlu menerapkan intervensi yang sesuai dengan tahap tumbuh kembang anak untuk membantu mengurangi kecemasan selama perawatan di rumah sakit. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi bermain plastisin. Bermain plastisin dinilai efektif karena bersifat menyenangkan, mudah dilakukan, dan disukai anak. Aktivitas ini memungkinkan anak mengekspresikan emosi, meningkatkan relaksasi, serta melatih kemampuan motorik halus melalui kegiatan menekan, menggulung, dan membentuk. Berdasarkan hal tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi pada anak serta meningkatkan kemampuan motorik halus, interaksi sosial, dan

perilaku kooperatif anak selama menjalani perawatan di rumah sakit. Target luaran dari kegiatan ini adalah meningkatnya kemampuan anak dalam mengekspresikan emosi, menurunnya tingkat kecemasan hospitalisasi, meningkatnya relaksasi dan kerja sama anak terhadap tindakan keperawatan, serta tersusunnya laporan kegiatan PKM sebagai bentuk kontribusi dalam pengembangan intervensi keperawatan anak berbasis terapi bermain.

2. Metode Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan desain intervensi keperawatan nonfarmakologis melalui terapi bermain plastisin yang ditujukan untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi pada anak. Kegiatan dilaksanakan di Ruang Anak (Emerald Lt.2) RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin dengan sasaran anak usia prasekolah yang menjalani perawatan di rumah sakit. Prosedur kegiatan diawali dengan survei ruangan untuk mengidentifikasi kondisi dan kebutuhan anak selama hospitalisasi, kemudian dilakukan pemantapan tim dan perencanaan kegiatan. Selanjutnya dilaksanakan terapi bermain plastisin sebagai intervensi utama. Kegiatan dimulai dengan pembukaan dan pengenalan aktivitas kepada anak, dilanjutkan dengan pelaksanaan terapi bermain plastisin selama kurang lebih 20 menit, dan diakhiri dengan penutup serta dokumentasi. Selama terapi berlangsung, anak diarahkan untuk menekan, menggulung, dan membentuk plastisin sesuai dengan kreativitasnya, dengan pendampingan perawat dan orang tua untuk memberikan rasa aman dan dukungan emosional. Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi plastisin atau playdough berbagai warna, alas bermain, tisu atau lap pembersih tangan, serta alat dokumentasi berupa kamera atau telepon genggam. Selain itu, digunakan lembar observasi untuk mencatat respons, tingkat kecemasan, serta perubahan perilaku anak selama dan setelah pelaksanaan terapi bermain plastisin.

3. Hasil Dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa terapi bermain plastisin terhadap kecemasan hospitalisasi pada anak telah dilaksanakan pada Rabu, 01 Oktober 2025 pukul 14.30 WITA di Ruang Anak (Emerald Lt.2) RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin dengan melibatkan empat orang anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan selama perawatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi bermain plastisin, seluruh anak mampu mengekspresikan emosi dan perasaannya dengan lebih baik. Anak tampak lebih rileks, tenang, dan menunjukkan penurunan kecemasan yang ditandai dengan berkurangnya perilaku menangis, penolakan, serta ketakutan terhadap tindakan keperawatan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi bermain plastisin efektif dalam membantu anak beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit. Selain penurunan kecemasan, kegiatan ini juga memberikan capaian berupa peningkatan kemampuan motorik halus anak. Aktivitas menekan, menggulung, dan membentuk plastisin melatih koordinasi mata dan tangan serta keterampilan motorik halus anak. Anak terlihat lebih terampil dan percaya diri dalam membentuk berbagai bentuk sederhana dari plastisin.

Hasil ini sejalan dengan pendapat yang (Gunasyah, Aziz, & Ismail, 2024) menyatakan bahwa bermain dengan media yang dapat dibentuk mampu menstimulasi perkembangan motorik, kreativitas, dan koordinasi fisik anak. Pelaksanaan terapi bermain plastisin juga berdampak positif terhadap aspek sosial dan emosional anak. Selama kegiatan berlangsung, anak menunjukkan peningkatan interaksi sosial dengan perawat, orang tua, dan teman sebaya. Anak saling berkomunikasi, menunjukkan hasil karya, serta memberikan respons positif satu sama lain. Setelah terapi dilakukan, anak tampak lebih kooperatif terhadap tindakan keperawatan seperti pemeriksaan tanda vital dan pemberian obat. Hal ini sejalan dengan teori (Habibi, 2022) yang menyatakan bahwa bermain berfungsi sebagai media ekspresi diri dan sarana komunikasi anak untuk menyalurkan perasaan takut dan cemas secara adaptif. Secara keseluruhan, hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa target pengabdian telah tercapai, yaitu menurunnya kecemasan

hospitalisasi, meningkatnya kemampuan motorik halus, meningkatnya interaksi sosial, serta meningkatnya perilaku kooperatif anak selama perawatan. Dengan demikian, terapi bermain plastisin dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif dalam mendukung proses adaptasi anak selama menjalani perawatan di rumah sakit.



Gambar 1. Kegiatan Terapi Bermain Plastisin



Gambar 2. Plastisin

4. Simpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, terapi bermain plastisin terbukti efektif menurunkan kecemasan hospitalisasi pada anak usia prasekolah di Ruang Anak RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin. Terapi ini membantu anak mengekspresikan emosi, meningkatkan rasa nyaman dan relaksasi, serta mengurangi perilaku cemas. Selain itu, terapi plastisin meningkatkan motorik halus, interaksi sosial, dan sikap kooperatif anak selama perawatan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin, khususnya perawat dan staf di Ruang Anak (Emerald Lt.2), atas dukungan dan kerja sama yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia Banjarmasin serta seluruh pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan baik.

Referensi

- Amin, S. M., Alwi, M. K., Taqiyah, Y., & Sunarti. (2024). Terapi Bermain Origami Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak di Ruang Rawat Inap. *Window of Nursing Journal*, 5(1), 9-16. doi:<https://doi.org/10.33096/won.v5i1.614>
- Gunasyah, D. T., 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. doi:<https://doi.org/10.71023/jukes.v1i2.9>
- Habibi, M. M. (2022). Penanganan Kecemasan pada Anak Usia Dini Melalui Terapi Bermain. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(1), 156 – 162. doi:<https://doi.org/10.29303/jipp.v7i1.297>
- Nopiana, & Nawangsasi, D. (2025). Kecemasan Berlebih Pada Anak Usia 4 Tahun di Daerah Kabupaten Tanggamus. *Jurnal Pendidikan Anak*, 11(1), 35-50.
- Nurchayanti, F. D. (2024). Hubungan Perkembangan Sosial Dengan Perkembangan Emosional Anak Prasekolah Pada Usia 3 – 6 Tahun. *Primary Education Journal*, 4(2). doi:<https://doi.org/10.36636/primed.v4i2.4514>
- Putri, T. A., Novayelinda, R., & Tampubolon, N. R. (2026). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Menjalani Hospitalisasi. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 8(1), 2598-2606. doi:<https://doi.org/10.61878/bnj.v8i1.480>
- Sudaryanti, Prayitno, Arifiyanti, N., & Maharani, O. (2024). Pengembangan Kemampuan Motorik dan Sosial Emosional Anak Usia Dini Menggunakan Permainan Tradisional. *Jurnal Pendidikan Anak*, 13(1), 114-125.