

Pengaruh Terapi Bermain Pop It Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah Dengan Kanker Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta

Ika Ambarwati¹, Totok Wahyudi², Marni³

^{1,2,3} Universitas Duta Bangsa Surakarta

Email : ikaambarwati914@gmail.com¹, toktok_wahyudi@udb.ac.id², marni@udb.ac.id³

Abstrak

Latar Belakang: Kanker merupakan penyakit yang ditandai dengan pertumbuhan sel yang tidak normal. Kecemasan merupakan suatu reaksi saat seseorang menghadapi bahaya atau menegangkan. intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan anak salah satunya melalui terapi bermain seperti bermain *Pop It*. Karena pop it memiliki variasi warna yang dapat menarik perhatian anak sehingga perhatian anak pada tindakan medis teralihkan. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh terapi bermain Pop It terhadap tingkat kecemasan pada anak kanker di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *Pre-Experimental* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel berjumlah 32 anak kanker yang dipilih menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A). Terapi bermain Pop It diberikan selama tiga hari berturut-turut. **Hasil:** Pada penelitian ini didapatkan 32 responden. Hasil penelitian ini didapatkan Rata-rata skor kecemasan menurun dari 25,88 menjadi 24,84 pada hari pertama, 23,31 menjadi 21,88 pada hari kedua, dan 20,00 menjadi 18,13 pada hari ketiga. Hasil *uji Wilcoxon Signed Rank Test*. menunjukkan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Nilai effect size berturut-turut sebesar 0,88, 0,89, dan 0,95, yang menunjukkan pengaruh besar. **Kesimpulan:** Terapi bermain Pop It berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak kanker di RSUD Dr. Moewardi Surakarta dengan kategori pengaruh besar berdasarkan nilai effect size.

Kata kunci: anak kanker, kecemasan, *Pop It*, terapi bermain,

Abstract

Background: Cancer is a disease characterized by abnormal cell growth. Anxiety is a reaction experienced when facing danger or stressful situations. One non-pharmacological intervention to reduce anxiety in children is play therapy, such as playing with Pop It toys. Pop It toys feature varied colors that capture a child's attention, thereby diverting their focus away from medical procedures. **Objective:** To determine the effect of Pop It play therapy on anxiety levels in children with cancer at Dr. Moewardi Regional General Hospital (RSUD), Surakarta. **Methods:** This study employed a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 32 children with cancer, selected via purposive sampling. Data were collected using the Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A) questionnaire. Pop It play therapy was administered for three consecutive days. **Results:** The study involved 32 respondents. The results showed that the mean anxiety score decreased from 25.88 to 24.84 on the first day, from 23.31 to 21.88 on the second day, and from 20.00 to 18.13 on the third day. The Wilcoxon Signed-Rank Test yielded a $p\text{-value}$ of 0.000 ($p < 0.05$). Effect size values were 0.88, 0.89, and 0.95, respectively, indicating a large effect. **Conclusion:** Pop It play therapy is effective in reducing anxiety levels among children with cancer at Dr. Moewardi Regional General Hospital, Surakarta, with the effect size indicating a large impact.

Keywords: children with cancer, anxiety, *Pop It*. play therapy

1. PENDAHULUAN

Kanker merupakan penyakit yang ditandai dengan pertumbuhan sel yang tidak normal berlangsung secara tidak terkendali. Penyakit ini tidak hanya menyerang orang dewasa tetapi juga dapat menyerang pada anak-anak [1].

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2025, sekitar 400.000 anak-anak dan remaja berusia 0-19 tahun mengidap kanker setiap tahunnya. Di Indonesia jumlah kasus kanker pada anak usia 0-14 tahun mencapai sekitar 16.291 kasus [2]. Adapun berdasarkan

data rekam medis di RSUD Dr. Moewardi didapatkan Sebanyak 171 pasien kanker pada anak usia 3-6 pada bulan November 2025 sampai dengan Januari 2026.

Anak yang mengalami kanker harus menjalani serangkaian pengobatan atau tindakan medis. Pengobatan pada anak kanker merupakan masalah kesehatan yang penting karena melibatkan berbagai pengalaman yang dapat menyebabkan beberapa kondisi stres serta perasaan cemas pada anak [3].

Kecemasan merupakan suatu reaksi saat seseorang menghadapi bahaya atau menegangkan. Pada anak kecemasan sering terlihat seperti rasa takut, tegang, gelisah, dan cenderung menghindari lingkungan tertentu [4]. Tingkat kecemasan pada anak kanker selama menjalani perawatan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti, usia dan tingkat perkembangan, jenis kelamin, tindakan invasif, dan sistem pendukung selama proses perawatan. Anak yang harus menjalani tindakan medis berulang biasanya cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan anak dengan perawatan minimal [5].

Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik, dapat berdampak pada anak seperti, anak menolak perawatan dan pengobatan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan anak, salah satunya melalui terapi bermain seperti bermain *Pop It*. Karena *pop it* memiliki variasi warna yang dapat menarik perhatian anak sehingga perhatian anak pada tindakan medis teralihkan.[6]

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh [6]. menunjukkan bahwa terapi bermain *Pop It* berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak yang menjalani perawatan di rumah sakit. Namun, pada penelitian tersebut masih terbatas seperti hanya meneliti pada anak hospitalisasi secara umum belum spesifik meneliti anak kanker.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk Melakukan Penelitian Pengaruh Terapi Bermain *Pop It* Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Kanker.

2. METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, dengan desain Pra-Eksperimental dengan menggunakan pendekatan *One Group Pre-Post Test Design*. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain terhadap tingkat kecemasan pada anak kanker di RSUD Dr. Moewardi Surakarta dengan cara membandingkan kelompok sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta dan dilaksanakan pada bulan Mei-Juni 2026.

Sampel penelitian

Pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan *Purposive sampling* yaitu dengan pengambilan sampel dari populasi yang mempunyai kriteria inklusi. Total sampel pada penelitian ini berjumlah 32 sampel.

Teknik analisa data

Pada penelitian ini data berdistribusi tidak normal. Sehingga menggunakan uji statistik non parametrik, yaitu *uji Wilcoxon Signed Rank Test*. Untuk melihat pengaruh intervensi nonfarmakologis sebelum dan sesudah dilakukan tindakan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Usia (tahun)		
3	7	21,9
4	7	21,9
5	3	9,4
6	15	46,1
Jenis Kelamin		
Laki-laki	19	59,4
Perempuan	13	40,6
Jenis Kanker		
Hematologi	29	90,6
Non hematologi	3	9,4
Masa Pengobatan		
Kurang dari duabelas bulan	25	78,1
Lebih dari duabelas bulan	7	21,9
Jumlah	32	100,0

Sumber: data primer (2026)

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia terdapat usia 3 tahun terdapat 7 (21,9), 4 tahun terdapat 7 (21,9), 5 tahun terdapat 3 (9,4), 6 tahun terdapat 15 (46,1), Berdasarkan jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin laki-laki terdapat 19 (59,4) dan sebagian kecil berjenis kelamin perempuan terdapat 13 (40,6). Berdasarkan jenis kanker sebagian besar jenis kanker yaitu leukimia terdapat 29 (90,6) dan sebagian kecil neuroblastoma terdapat 3 (9,4). Berdasarkan masa pengobatan sebagian besar pengobatannya kurang dari dua belas bulan terdapat 25 (78,1) dan sebagian kecil lebih dari dua belas bulan terdapat 7 (21,9).

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Tingkat Kecemasan	Kecemasan Ringan	32
	Kecemasan Sedang	0
	Kecemasan Berat	0
	Kecemasan Berat Sekali	0

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki kecemasan ringan 32 responden (100,0).

Variabel	N	Sebelum				Sesudah			
		Min.	Maks.	Mean	SD	Min.	Maks.	Mean	SD
Hari ke 1	32	23	27	25,88	1,264	22	27	24,84	1,370
Hari ke 2	32	20	26	23,31	1,533	20	25	21,88	1,680
Hari ke 3	32	18	24	20,00	1,862	16	23	18,13	2,091

Sumber: data primer (2026)

Pada tabel menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain *Pop It* mengalami penurunan pada setiap hari pengukuran. Pada hari ke-1 rata-rata tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi bermain *Pop It* diperoleh nilai rata-

rata sebesar 25,88, setelah dilakukan terapi bermain *Pop It* rata-rata tingkat kecemasan menurun menjadi 24,84. Pada hari ke-2 rata-rata tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi bermain *Pop It* sebesar 23,31, setelah dilakukan terapi bermain *Pop It* rata-rata tingkat kecemasan menurun menjadi 21,88. Pada hari ke-3 rata-rata tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain *Pop It* sebesar 20,00, setelah dilakukan terapi bermain *Pop It* menurun menjadi 18,13.

Hasil Analisa Bivariate

Variabel	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Pre Test- Post Test H1	-4,963	0,000
Pre Test – Post Test H2	-5,011	0,000
Pre Test – Post Test H3	-5,387	0,000

Sumber: data primer (2026)

Berdasarkan tabel 10 hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai p-value pada hari pertama sebesar 0,000 dengan nilai Z -4,963. Pada hari ke dua diperoleh nilai p-value 0,000 dengan nilai Z -5,011. Pada hari ketiga diperoleh nilai p-value 0,000 dengan nilai Z -5,387. Karena seluruh nilai p-value <0,05, maka H0 ditolak dan H1 diterima. Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan anak sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain *Pop It* pada hari pertama, hari kedua dan hari ketiga. Berdasarkan perhitungan *effect size* menggunakan nilai Z pada Uji Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai r (*effect size*) pada hari pertama yaitu 0.88, hari kedua yaitu 0.89 dan pada hari ketiga yaitu 0.95. nilai tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain *Pop It* memberikan pengaruh yang kuat terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak.

Pembahasan

Karakteristik responden berdasarkan berdasarkan usia

Pada penelitian [7] Menyatakan usia prasekolah yaitu masa dimana anak sedang dalam proses tumbuh kembangnya secara pikiran, perasaan dan hubungan dengan orang lain. Pada tahap ini, anak mulai memiliki kemampuan. pada tahap prasekolah akhir yang artinya kemampuan anak dalam berpikir dan memahami lingkungan sudah berkembang dibandingkan usia yang lebih muda. Namun, anak prasekolah masih memiliki keterbatasan dalam memahami penyakit, prosedur medis, serta tujuan pengobatan yang dijalani. Kondisi tersebut dapat menyebabkan timbulnya kecemasan selama pengobatan.

Karakteristik responden berdasarkan berdasarkan jenis kelamin

Pada penelitian [8]. Menyatakan bahwa sebagian besar anak yang mengalami kecemasan adalah laki-laki. Perbedaan kecemasan antara anak laki-laki dan perempuan dipengaruhi oleh karakteristik perkembangan masing-masing. Pada penelitian ini anak perempuan menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Kondisi tersebut kemungkinan disebabkan oleh cara anak perempuan dalam merespon dan mengekspresikan perasaan cemas yang lebih terlihat dibandingkan laki-laki.

Karakteristik responden berdasarkan berdasarkan jenis kanker

Pada Penelitian [9]. Menyatakan bahwa leukimia merupakan jenis kanker yang paling sering terjadi pada anak dengan jenis leukimia Acute Lymphoblastic Leukimia (ALL) yang paling umum ditemui. Leukimia merupakan keganasan pada jaringan pembentuk darah yang banyak

terjadi pada kelompok usia anak. Diantara berbagai jenis leukimia, Acute Lymphoblastic Leukimia (ALL) memiliki angka kejadian lebih tinggi dibanding jenis lainnya.

Karakteristik responden berdasarkan berdasarkan masa pengobatan

Pada penelitian [10]. Menyatakan bahwa pengalaman menjalani pengobatan berulang mempengaruhi tingkat kecemasan anak. Anak yang beberap kali menjalani pengobatan umumnya lebih mampu beradaptasi dengan rumah sakit

Tingkat kecemasan anak sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain *Pop It*

Pada penelitian [11]. Bermain merupakan aktivitas yang menyenangkan bagi anak-anak, bermain juga dapat bekerja sebagai distraksi yaitu pengalihan perhatian ke aktivitas bermain yang menyenangkan karena dengan bermain anak dapat mengalihkan perhatian dari rasa takut dan cemas yang dialami selama menjalani pengobatan. Selain itu terapi bermain dapat membuat anak menjadi lebih rileks dan nyaman. Hal ini menunjukkan bahwa terapi bermain dapat membantu anak dalam mengurangi kecemasan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian [12]. Yang menyatakan bahwa terapi bermain *Pop It* merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan selama perawatan. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa anak yang diberikan terapi bermain *pop it* memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan sebelum diberikan terapi bermain.

Pengaruh terapi bermain *Pop It* terhadap tingkat kecemasan

Pada penelitian ini dilakukan intervensi nonfarmakologis terapi bermain *Pop It*. Terapi bermain tersebut dilakukan selama tiga hari berturut-turut. Kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRS-A) diberikan kepada orang tua anak hal tersebut dikarenakan anak usia prasekolah belum mampu untuk mengisi kuesioner. Pelaksanaan terapi bermain dilakukan dari bulan Mei sampai dengan bulan Juni 2026.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan anak mengalami penurunan setelah diberikan terapi bermain *Pop It* pada setiap hari pengukuran. Berdasarkan pengolahan data dengan menggunakan uji analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*. Didapatkan hasil p-value pada hari pertama hingga hari ke tiga = 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian berarti terdapat pengaruh terapi bermain *pop it* terhadap tingkat kecemasan Dengan hasil perhitungan *effect size(r)* diperoleh nilai 0.88 pada hari pertama, 0.89 pada hari kedua dan 0.95 pada hari ketiga. Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain *Pop It* memberikan pengaruh yang kuat terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian diperoleh terdapat pengaruh terapi bermain *Pop It* terhadap tingkat kecemasan pada anak prasekolah dengan kanker di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Hal ini dibuktikan dengan hasil *Uji Wilcoxon Signed Rank Test* pada hari pertama, kedua, dan ketiga yang masing-masing menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($< 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Berdasarkan hasil perhitungan *effect size (r)*, diperoleh nilai nilai 0.88 pada hari pertama, 0.89 pada hari kedua dan 0.95 pada hari ketiga. Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain *Pop It* memberikan pengaruh yang kuat terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] E. A. Rukmasari And G. G. Ramdhanie, “Pengabdian Masyarakat: Berdasi (Bermain, Cerdas, Imajinasi) Terapi Bermain Bersama Anak-Anak Penderita Kanker,” *J. Community Serv.*, Vol. 6, No. 1, Pp. 56–62, 2024, Doi: 10.56670/Jcs.V6i1.199.
- [2] M. Akbar, D. S. Anggoro, A. R. Sabir, And S. F. Saleh, “Belajar Matematika Dengan Menyenangkan Melalui Wordwall Bersama Yayasan Kasih Anak Kanker Di Indonesia,” Vol. 4, No. 3, Pp. 1148–1155, 2025.
- [3] T. Wahyudi, Aris Prio Agus Santoso, Endrat Kartiko Utomo, And Annisa Yuli Kartikasari, “Hubungan Jenis Kanker Dengan Kecemasan Pada Anak Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Moewardi Surakarta,” Pp. 91–93, 2021.
- [4] D. N. Putri And R. Risdiana, “Pengaruh Pemberian Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah Selama Hospitalisasi Di Rsud Kabupaten Bekasi,” Vol. 3, Pp. 2188–2200, 2023.
- [5] U. Wijaya And I. Wulaningsih, *Manajemen Keperawatan Anak Usia Pra Sekolah Menggunakan Alat Bermain Puzzel*. Yogyakarta, 2025.
- [6] V. Colin, D. Listiana, E. Rahmadani, And E. N. Faridah, “Pengaruh Terapi Bermain Pop It Terhadap Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Pada Pasien Anak Usia Prasekolah Di Rsud M.Yunus Kota Bengkulu,” *J. Kesehat. Saintika Meditory*, Vol. 6, No. 2, Pp. 279–288, 2023.
- [7] N. Shadrina And A. Wahyu, “Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia,” Vol. 1, No. 2, Pp. 52–57, 2023.
- [8] E. Fatmawati, F. Totto, And Nur Yeti Syarifah, “Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah Di Ruang Rawat Inap Punokawan Rumah Sakit Umum Rajawali Citra,” Vol. 14, No. April, Pp. 31–42, 2025.
- [9] Eva Bella Viagunna, Dian Nur Wulanningrum, And Maria Wisnu Kanita, “Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Pada Anak Yang Menjalani Kemoterapi Di Rsud Dr. Moewardi,” Vol. 8, No. 2, Pp. 44–51, 2023.
- [10] W. Marina, D. Nur, A. Sari, And E. Oktavianto, “Pengaruh Terapi Audio Dzikir Asy-Syifa Terhadap Kecemasan Pada Anak Penderita Kanker Sebelum Menjalani Kemoterapi,” Vol. 2, No. 2, Pp. 33–38, 2025.
- [11] S. Oktarini And R. Prima, “Efektivitas Terapi Bermain Bercerita Terhadap Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Pra Sekolah,” Vol. 07, No. 02, Pp. 55–60, 2024.
- [12] O. Bawaeda, D. Wanda, And Z. Aprillia, “Effectiveness Of Pop-It Therapeutic Play On Children’s Anxiety During Inhalation Therapy In Children’s Wards,” Vol. 45, Pp. 17–22, 2023, Doi: 10.4081/Pmc.2023.315.