

## THE EFFECTIVENESS OF IMAGINATION GUIDANCE ON REDUCING HOSPITALIZATION STRESS IN SCHOOL-AGE CHILDREN 7-12 YEARS

Niar<sup>1</sup>, Fransiska Firna<sup>2</sup>

Correspondensi e-mail: [niaragus19@gmail.com](mailto:niaragus19@gmail.com)

<sup>1</sup> Program Studi DIII Kebidanan, STIKES Bina Generasi Polewali, Indonesia

### ABSTRACT

Hospitality stress is an unpleasant experience due to the incompatibility of individual conditions with the environment accompanied by changes in behavior. The purpose of this study was to determine the effect of imagination effectivitas on reducing stress hospitalization for school children aged 7-12 years in the Asoka Treatment Room in Polewali Mandar Hospital. Imagery guidance is a technique that can be used at home and can help to relax and get rid of the burden of thoughts or stress that is being experienced. This research is an experimental research with research design is a quasy experiment with pre and post test design. The sampling technique used in this study was Accidental Sampling with 22 respondents as the research subjects. In this study data collection using observation sheets. Data analysis used the McNemar test to see the effect on a measurement measurement with a significance level of  $\alpha = 0.05$ . Data processing results were carried out using data analysis with McNemar test which showed that there was an effect of Imagination Guidance on Decreasing Stress Hospitalization with a significant level of  $p = 0,000$

### ARTICLE INFO

#### Keywords:

Effectivitas; Imagination; Stress; Hospitalization

## EFEKTIVITAS BIMBINGAN IMAJINASI TERHADAP PENURUNAN STRESS HOSPITALISASI PADA ANAK USIA SEKOLAH 7-12 TAHUN

### ABSTRAK

Stres Hospitalisasi adalah pengalaman yang tidak menyenangkan disebabkan ketidaksesuaian kondisi individu dengan lingkungan yang disertai adanya perubahan tingkah laku. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas bimbingan imajinasi terhadap penurunan stress hospitalisasi pada anak usia sekolah 7-12 Tahun di Ruang Perawatan Asoka di RSUD Polewali Mandar. Efektivitas imajinasi adalah teknik yang dapat digunakan dirumah dan dapat membantu untuk bersantai serta menyingkirkan beban pikiran atau stress yang sedang dialami. Penelitian ini merupakan penelitian Eksperimen dengan desain penelitian adalah quasy experiment dengan rancangan pre dan post test. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah Accidental Sampling dengan subjek penelitian sebanyak 22 responden. Dalam penelitian ini pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisis data menggunakan uji Mc-Nemar untuk melihat pengaruh pada satu varaibel pengukuran dengan tingkat kemaknaan  $\alpha=0,05$ . Hasil pengolahan data yang dilakukan dengan menggunakan analisa data dengan uji Mc Nemar yang menunjukkan ada efektivitas Bimbingan Imajinasi terhadap Penurunan Stress Hospitalisasi dengan tingkat signifikan  $p=0,000$ .

#### DOI:

[10.24252/kesehatan.v16i1.32093](https://doi.org/10.24252/kesehatan.v16i1.32093)

#### Kata kunci:

Efektivitas; Imajinasi; Stress; Hospitalisasi

### Pendahuluan

Stres Hospitalisasi adalah pengalaman yang tidak menyenangkan disebabkan ketidaksesuaian kondisi individu dengan lingkungan yang disertai adanya perubahan tingkah laku. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas bimbingan imajinasi terhadap penurunan stress hospitalisasi pada anak usia sekolah 7-12 Tahun di Ruang Perawatan Asoka di RSUD Polewali Mandar. Bimbingan imajinasi adalah teknik yang dapat digunakan dirumah dan dapat membantu untuk bersantai serta menyingkirkan beban pikiran atau stress yang sedang dialami.

Anak sebagai klien tidak dipandang sebagai miniatur orang dewasa melainkan sebagai makhluk unik yang memiliki kebutuhan spesifik dan berbeda dengan orang dewasa. Anak mempunyai ciri yang khas yaitu tumbuh dan berkembang sejak saat konsepsi sampai berakhirnya masa remaja. Pertumbuhan anak adalah proses bertambahnya ukuran tubuh dan perkembangan adalah proses berkembangnya kemampuan mental intelegensi dan perilaku anak dimana terjadi peningkatan kapasitas untuk berfungsi pada tingkat yang lebih tinggi (Musdari 2015). Berdasarkan survei dari WHO pada tahun 2008, hampir 80% anak mengalami perawatan di rumah sakit. Sedangkan di Indonesia sendiri berdasarkan survei kesehatan ibu dan anak tahun 2010 didapatkan hasil bahwa dari 1.425 anak mengalami dampak hospitalisasi, dan 33,2% diantaranya mengalami dampak hospitalisasi berat, 41,6% mengalami dampak hospitalisasi sedang, dan 25,2% mengalami dampak hospitalisasi ringan. Anak usia sekolah yang dirawat inap akan mengalami beberapa masalah seperti mengalami suatu perpisahan, penyesuaian dengan lingkungan yang baru, penyesuaian dengan perawat yang mengurusnya dan bergaul dengan anak yang sakit.

Perpisahan merupakan stress terbesar yang di timbulkan oleh anak yang rawat inap. Salah satu faktor yang mempengaruhi stress akibat rawat inap adalah kehilangan kendali. Banyak situasi rumah sakit yang menurunkan jumlah kendali yang dirasakan oleh anak. Kehilangan kendali pada anak disebabkan oleh perubahan rutinitas, dan ketergantungan yang harus dipatuhi. Salah satu masalah dari anak ini berpusat pada kebosanan (Wong 2009) Penelitian sebelumnya telah dilakukan dengan hasil Skor stress hospitalisasi sebelum intervensi pada kelompok intervensi berada pada rentang 43 sampai 74, sedangkan skor stress sesudah intervensi berada pada rentang 38 sampai 76. Skor stress hospitalisasi sebelum intervensi pada kelompok kontrol berada pada rentang 41 sampai 67, sedangkan skor stress sesudah intervensi berada pada rentang 47 sampai 70. Rerata skor stress anak pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah bimbingan imajinasi rekaman audio mengalami penurunan (Masulili 2013).

Kecemasan merupakan perasaan yang paling umum dialami oleh pasien anak yang mengalami hospitalisasi. Kecemasan yang sering dialami seperti menangis, dan takut pada orang baru. Banyaknya stressor yang dialami anak ketika menjalani hospitalisasi menimbulkan dampak negative yang mengganggu perkembangan anak. Lingkungan rumah sakit dapat merupakan penyebab stress dan kecemasan pada anak (Utami 2014) Pertumbuhan dan perkembangan anak memungkinkan anak mengalami suatu rentang sehat dan sakit yang disebabkan oleh penurunan daya tahan tubuh karena kurang asupan nutrisi, pengaruh lingkungan yang ekstrim (dingin/hujan atau panas), penyakit mewabah, penyakit kongenital, atau cedera yang membutuhkan layanan kesehatan dan keperawatan.

Mempertahankan kesehatan anak dan mengembalikan fungsi kesehatan yang optimal adalah merupakan lingkup dalam keperawatan anak. (Wariantini Hadi, Munir, and Siam 2019) Anak akan mengalami stres karena lingkungan yang asing bagi anak Sakit dan dirawat di rumah sakit merupakan krisis utama yang tampak pada anak. Jika seorang anak dirawat di rumah sakit, maka anak tersebut akan mudah mengalami krisis karena anak mengalami stress akibat perubahan yang dialaminya. Perubahan tersebut dapat berupa perubahan status kesehatan anak, lingkungan, maupun perubahan kebiasaan sehari-hari (Mulyatiningsih 2014) study pendahuluan yang dilakukan tentang metode bimbingan imajinasi untuk melihat efektivitasnya terhadap stres hospitalisasi pada anak usia sekolah 7-12 tahun.

## **Metode**

Desain penelitian dalam penelitian ini adalah quasi-eksperimen dengan rancangan prapasca test dalam satu kelompok (one group pre and post test) untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat (Notoatmodjo, 2010). Desain penelitian ini dilakukan dengan mengukur stress Hospitalisasi sebelum dilakukan bimbingan imajinasi dan setelah di lakukan bimbingan

imajinasi akan di lakukan kembali pengukuran Stress Hospitalisasi setelah dilakukan bimbingan imajinasi

Analisa pada penelitian ini adalah analisa univariat dan analisa bivariat. Analisis univariat yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian, tujuan dari analisis ini hanya untuk menghasilkan distribusi dan persentase dari setiap variabel. Analisa bivariat yang dilakukan terhadap dua variable yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010). Uji statistik yang digunakan untuk melihat dan membuktikan Pengaruh bimbingan imajinasi terhadap penurunan stress hospitalisasi pada anak usia prasekolah 7-12 tahun. Dengan melakukan pengujian melalui uji Mc Nemar yang menunjukkan ada Pengaruh Bimbingan Imajinasi terhadap Penurunan Stress Hospitalisasi dengan tingkat signifikan  $p=0,000$

**Tabel 1**  
**Gambaran Distribusi Stress Hospitalisasi Berdasarkan Umur**

No	Umur	Jumlah	Presentase
1	7 tahun	10	45,5
2	8 tahun	6	27,3
3	9 tahun	5	22,7
4	10 tahun	1	4,5
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>	<b>100</b>

Dari Tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa berdasarkan klasifikasi umur, terdapat 10 anak berumur 7 tahun (45,5 %), 6 anak berumur 8 Tahun (27,3 %), 5 anak berumur 9 Tahun (22,7 %), dan 1 anak berumur 10 tahun (4,5 %)

**Tabel 2**  
**Gambaran Distribusi Stress Hospitalisasi berdasarkan jenis kelamin**

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
1	Laki-laki	10	45,5
2	Perempuan	12	54,5
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>	<b>100</b>

Dari Tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa berdasarkan jenis kelamin, terdapat 10 anak laki-laki (45,5 %), dan 12 anak perempuan (54,5 %).

Variabel Univariat

**Tabel 3**  
**Gambaran Distribusi Stress Hospitalisasi Sebelum Bimbingan Imajinasi**

No	Pretest Bimbingan Imajinasi	F	%
1	Tidak Stress	2	9.1
2	Stress	20	90.9
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>	<b>100%</b>

Dari Tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa pre test bimbingan imajinasi terhadap penurunan stress hospitalisasi pada anak usia sekolah 7-12 tahun di ruang perawatan asoka RSUD Polewali Mandar yaitu responden yang mengalami tidak stress sebanyak 2 orang (9,1%) dan yang mengalami stress sebanyak 20 orang (90,9%).

Tabel 4  
Gambaran Distribusi Stress Hospitalisasi  
Sesudah Bimbingan Imajinasi

No	Post test Bimbingan Imajinasi	F	%
1	Tidak Stress	9	40.9
2	Stress	13	59.1
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>	<b>100%</b>

Dari Tabel 4 diatas dapat diketahui bahwa post test bimbingan imajinasi terhadap penurunan stress hospitalisasi pada anak usia sekolah 7-12 tahun di ruang perawatan asoka RSUD Polewali Mandar yaitu responden yang mengalami tidak stress sebanyak 9 orang (40,9%) dan yang mengalami stress sebanyak 13 orang (59,1%).

Variabel Bivariat

Tabel 5  
Pengaruh Bimbingan Imajinasi Terhadap Penurunan  
stress Hospitalisasi Pada Anak Usia Sekolah  
Di Ruang Perawatan Asoka  
RSUD Polewali Mandar

		Post test bimbingan imajinasi		Total	P
Pretest Bimbingan Imajinasi	Tidak Stress	Tidak Stress	Stress		
	Tidak Stress	2 9.1%	0 0%	2 9.1%	<b>=0.016</b>
	Stress	7 31.8%	13 59.1%	20 90.9%	
<b>Total</b>		<b>9</b>	<b>13</b>	<b>22</b>	
<b>%</b>		<b>40.9%</b>	<b>59.1%</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan Hasil tabulasi silang tabel 5 maka di dapatkan yang megalami stress hospitalisasi sebelum dilakukan bimbingan imajinasebanyak 20 orang (90,9%), dan yang tidak mengalami stress hospitalisasi sebanyak 2 orang (9,1%) sedangkan yang mengalami stress hospitalisasi setelah bimbingan imajinasi sebanyak 13 orang (59,1%), dan yang tidak mengalami stress hospitalisasi sebanyak 9 orang (40,9%).

Dari hasil tabulasi silang di atas dapat dilihat bahwa bimbingan imajinasi berpengaruh untuk mengurangi stress hospitalisasi pada anak usia sekolah di ruang perawatan asoka RSUD Polewali Mandar.

### Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil tabulasi silang pada tabel 4.5 di atas maka didapatkan hasil bahwa yang megalami stress hospitalisasi sebelum dilakukan bimbingan imajinasi sebanyak 20 orang (90,9%), dan yang tidak mengalami stress hospitalisasi sebanyak 2 orang (9,1%) sedangkan yang mengalami stress hospitalisasi setelah bimbingan imajinasi sebanyak 13 orang (59,1%), dan yang tidak mengalami stress hospitalisasi sebanyak 9 orang (40,9%). Berdasarkan data di atas didapatkan hasil analisis data dengan menggunakan uji Mc Nemar Testdiperoleh nilai probabilitas (sig.) 0,016 dimana nilai p lebih kecil (<) dari alpha 0,005, maka H0 ditolak, sehingga dapat dikatakan Bimbingan imajinasi berpengaruh terhadap penurunan stress hospitalisasi pada anak usia sekolah 7-12 tahun. Kondisi anak dengan pengalaman sebelumnya dirawat di rumah sakit membuat anak telah mempunyai pengalaman hospitalisasi, dan mengalami tindakan-tindakan keperawatan dan medis.

Pengalaman ini membuat anak menjadi tahu apa yang akan dilakukan pada anak, sehingga membuat anak takut atau cemas, Namun pada penelitian ini belum memiliki pengalaman sebelumnya di rawat di rumah sakit. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Subardiah (2009) menyatakan bahwa pengalaman anak di rawat sebelumnya akan mempengaruhi respon anak terhadap hospitalisasi. penurunan skor stress hospitalisasi hanya sebesar 11,5%. Persentasi pengaruh bimbingan imajinasi ini menurut peneliti tidak terlalu besar, mungkin dikarenakan adanya keterbatasan penelitian yaitu: pelaksanaan bimbingan imajinasi yang seharusnya dilakukan pada tempat khusus, tidak bising dan tidak banyak orang lalu lalang, tetapi tidak dilakukan dengan seharusnya, sehingga banyak stimulus yang diterima responden (anak) yang membuat anak kurang berkonsentrasi atau menikmati imajinasi yang dianjurkan. Alasan ini sejalan dengan pendapat yang dinyatakan oleh Snyder & Lindquist, (2013) bahwa pelaksanaan bimbingan yang efektif adalah bagaimana kepribadian individu, bagaimana mereka relaksasi, dan pengaturan khusus (ruang/lingkungan yang nyaman), usia perkembangan, dan hasil yang akan di capai.

Stress yang dialami anak karena kondisi sakit dan hospitalisasi juga sejalan dengan pendapat Hidayat (2012) bahwa stress yang dialami oleh anak dan keluarga dapat disebabkan oleh perubahan lingkungan yang berbeda dengan lingkungan rumah, kehilangan Kendali atas tubuhnya, ancaman dari penyakit serta adanya persepsi yang tidak menyenangkan tentang rumah sakit disebabkan oleh pengalaman dirawat sebelumnya maupun pengalaman orang lain. Pendapat ini dibuktikan oleh penelitian yang membuktikan bahwa hospitalisasi anak dapat menjadi suatu pengalaman yang dapat menimbulkan trauma baik pada anak maupun orang tua sehingga menimbulkan reaksi tertentu yang sangat berdampak pada kerjasama anak dan orang tua dalam perawatan anak selama di rumah sakit (Hallstrom & Elander, 1997; Brewis, 1995; Brennan, 2015).

Hasil observasi, sebagian besar anak dapat melaksanakan intervensi dengan baik dan kooperatif, anak menyukai gambar yang dibagikan, dan senang menghayal hal-hal yang menyenangkan sesuai gambar yang dipilih. Jank (2013) menyatakan bahwa pengalaman menunjukkan bahwa seorang individu memvisualisasikan hal-hal yang dibayangkan seolah itu benar-benar terjadi.

Pendapat Jrank (2011) menyatakan bahwa bimbingan imajinasi telah terbukti efektif dalam membantu individu belajar dan memodifikasi perilaku.

Fakta yang menyatakan bahwa sebagian besar anak menyukai bimbingan imajinasi ini, menyukai gambar yang diberikan dan menyatakan membayangkan hal-hal yang menyenangkan, hal ini di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Huth, Daraiseh dkk (2012) pada 17 anak usia 7-12 tahun, bahwa 8 anak (50%) menyatakan menyukai segalanya dalam panduan bimbingan imajinasi dengan CD dan membayangkan hal-hal yang membuat nyaman, 3 anak tidak menyukai CD dan tidak membayangkan hal-hal yang menyenangkan, 6 anak memberikan komentar dari bagian CD yang tidak disukai.

Bimbingan imajinasi akan membuat kedekatan anak dengan tenaga keperawatan, meningkatkan rasa percaya diri anak dalam membina hubungan terapeutik, sehingga anak tidak merasa sendiri, anak menjadi kreatif dalam berimajinasi hal-hal yang positif untuk mengurangi ketidaknyamanan anak selama dirawat. Hal ini sesuai pendapat Jrank (2011) yaitu bimbingan imajinasi juga memberikan kontribusi terhadap pencapaian keterampilan dan mengatasi kecemasan dalam situasi kehidupan normal yang mencakup belajar atau meningkatkan ketrampilan motorik, saat akan mengikuti ujian, atau berbicara di depan orang banyak/masyarakat.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan terhadap 22 responden tentang Pengaruh Bimbingan Imajinasi Terhadap Penurunan Stress Hospitalisasi Pada Anak Usia Sekolah 7-12 Tahun Di Ruang Perawatan Asoka RSUD Polewali Mandar, maka dapat disimpulkan bahwa :

Penurunan stress hospitalisasi pada anak usia 7-12 tahun sebelum di lakukan bimbingan imajinasi di Ruang Perawatan Asoka RSUD Polewali Mandar yaitu yang mengalami tidak stress sebanyak 2 orang (9,1%) dan yang mengalami stress sebanyak 20 orang (90,9%).

Penurunan stress hospitalisasi pada anak usia 7-12 tahun sesudah di lakukan bimbingan imajinasi di Ruang Perawatan Asoka RSUD Polewali Mandar yaitu yang mengalami tidak stress sebanyak 9 rang (40,9%) dan yang mengalami stress sebanyak 13 orang (59,1%).

Pengaruh Bimbingan Imajinasi Terhadap Penurunan Stress Hospitalisasi Pada Anak Usia Sekolah 7-12 Tahun Di Ruang Perawatan Asoka RSUD Polewali Mandar yaitu didapatkan hasil analisis data dengan menggunakan uji Mc. Nemar diperoleh nilai probabilitas (sig.) 0,016 lebih kecil (<) dari alpha 0,05, maka H<sub>0</sub> ditolak, sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan imajinasi berpengaruh terhadap penurunan stress pada anak usia 7-12 tahun di ruang perawatan asoka RSUD Polewali Mandar.

## **Ucapan Terima Kasih**

Terimakasih Kepada Direktur sumber daya direktorat jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi sebagai pemberi dana dalam penelitian ini dan Terimakasih kepada Direktur RSUD polewali beserta jajarannya khususnya yang berada di ruang perawatan anak yang telah mendukung dan membantu dalam memberikan data maupun informasi dalam penelitian ini.

## **Daftar Pustaka**

- Gunadi, Andi Ahmad. 2017. "Pengaruh Lingkungan Sosial Terhadap Imajinasi Anak." *Refleksi Edukatika: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 7(2).
- Hallstrom. I & Elander.G 2012. Parents experience of hospitalization different strategies for feeling secure. *Pediatric nursing*, 23 (4),24-30.
- Hidayat 2015. *Pengantar ilmu keperawatan anak* 1. Jakarta. Salemba Medika
- Hut.M.M., Broome, M.E & Good, M.E.2011. Imagery reduces children's post operative Pain.*Pain*, 110 (1-2), 409-448
- Huth,M.M., Kulken, V.D.M., & Broome, M.E (2011). Playing in the park: what school-age children tell us about imagery *journal of pediatric Nursing*, 35 (5), 290-295.
- Jrank (2011). Guide imagery therapy. Diakses pada 10 januari 2018 dari <http://www.minddisorders.com/full-Iny/Guide-imagery-therapy.html>.
- Lestiawati,Endang,Ida Ayu,andPutriPrimi.2019."Senopati Bantul the Influence of Bibliotherapy on Hospitalization Stress in School- Aged Children At ' Panembahan Senopati' General Hospital , Bantul.":1-8.
- Maliki. 2015. "BIMBINGAN DAN KONSELING DI SEKOLAH DASAR (Suatu Pendekatan Imajinatif)."7(2):1-14.
- Masulili,Fitria.2013."Metode Bimbingan Imajinasi Rekaman Audio Untuk."Keperawatan Anak 1(2):73-84.
- Mulyatiningsih, Eni. 2014. "Pengaruh Orientasi Terhadap Tingkat Kecemasan Anak PraSekolah Di Bangsal Anak Rumah Sakit Bhakti Wira Tamtama Semarang." *FIKkes Jurnal Keperawatan* 71(1):66-76.
- Muscari.2015.*Panduan Belajar Keperawatan Pediatric*. Jakarta: EGC.

- Sitohang, NurAsnah. 2016. "The Influence of Music Therapy on The Stress of Hospitalization for Children in Hospital RSUDDr. Pirngadi Medan." *Jurnal ilmu Kesehatan IX* (1).
- Utami, Yuli. 2014. "Dampak Hospitalisasi Terhadap Perkembangan Anak." *Jurnal Ilmiah WIDYA9*(2):9-20. [http://digilib.mercubuana.ac.id/t%21@file\\_artikel\\_abstrak/Isi\\_Artikel\\_89125512\\_4583.pdf](http://digilib.mercubuana.ac.id/t%21@file_artikel_abstrak/Isi_Artikel_89125512_4583.pdf).
- WariantiniHadi, Yeni Mila, Zainal Munir, and WiwinNur Siam. 2019. "Efektifitas Penerapan Metode Family-Centered Care Terhadap Pasien Anak Dengan Stress Hospitalisasi." *Citra Delima: Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung* 3(2):112-16.