

## **Kenali Kecemasan Anak Usia Sekolah Yang Mengalami Hospitalisasi dan Perawatan**

Judul buku	: Kenali Kecemasan Anak Usia Sekolah Yang Mengalami Hospitalisasi dan Perawatan
Nama Penulis	: Deswita dan Yusi Nursiam
Penerbit dan Tahun Terbit	: Adab – Indramayu / 2023
Jumlah halaman	: 90
ISBN	: 978-623-497-422-5
Harga	: Rp.80.000,-
Cover buku	: (Terlampir)

Buku "Kenali Kecemasan Anak Usia Sekolah yang Mengalami Hospitalisasi dan Perawatan" karya Deswita dan Yusi Nursiam, diterbitkan oleh Adab pada tahun 2023, hadir sebagai panduan praktis yang membahas tentang permasalahan kecemasan yang dialami oleh anak-anak usia sekolah yang menjalani hospitalisasi. Mengingat masa anak-anak adalah periode krusial dalam perkembangan emosional dan psikologis, pengalaman berada di rumah sakit dapat menjadi situasi yang sangat menegangkan bagi mereka. Buku ini hadir untuk membantu para tenaga kesehatan, orang tua, serta pendidik dalam memahami, mengidentifikasi, dan menangani kecemasan yang muncul selama perawatan di rumah sakit.

Anak-anak usia sekolah, yakni rentang usia 6 hingga 12 tahun, berada dalam fase perkembangan psikologis yang sangat penting, di mana mereka mulai mengembangkan konsep diri, kemandirian, dan interaksi sosial yang lebih luas. Hospitalisasi pada usia ini dapat membawa dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental mereka. Anak-anak sering kali merasa cemas, takut, bahkan terisolasi karena perubahan drastis yang mereka hadapi selama dirawat di rumah sakit.

Buku ini bertujuan untuk memberikan wawasan tentang bagaimana hospitalisasi bisa memengaruhi kondisi emosional dan psikologis anak. Selain itu, buku ini juga berfungsi sebagai panduan praktis bagi para perawat, dokter, dan orang tua untuk memahami tanda-tanda kecemasan pada anak, serta memberikan strategi dan intervensi yang tepat untuk mengelola kecemasan tersebut.

Buku ini terdiri dari enam bab yang disusun secara sistematis, membahas aspek teori dan praktik dalam menangani kecemasan anak selama hospitalisasi. Deswita dan Yusi Nursiam tidak hanya memberikan pemahaman teoritis, tetapi juga menawarkan solusi praktis yang dapat diaplikasikan oleh tenaga kesehatan dan orang tua dalam menghadapi kecemasan anak.

Penulis memaparkan bahwa hospitalisasi merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan perasaan cemas, takut, dan ketidakpastian, terutama bagi anak-anak yang belum memiliki pemahaman penuh tentang situasi medis yang mereka hadapi. Anak usia sekolah yang dirawat di rumah sakit sering kali mengalami gangguan emosional karena mereka dipisahkan dari lingkungan yang akrab, seperti keluarga, sekolah, dan teman-temannya. Di sini, penulis menggambarkan bagaimana proses perawatan di rumah sakit, seperti prosedur medis yang invasif dan lingkungan yang tidak familiar, dapat memicu kecemasan pada anak-anak.

Kecemasan, menurut penulis, adalah respons emosional yang umum terjadi pada anak-anak dalam situasi yang tidak familiar dan menimbulkan rasa tidak nyaman. Buku ini memaparkan bahwa kecemasan pada anak dapat muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari ketakutan yang nyata, seperti takut akan rasa sakit selama prosedur medis, hingga kekhawatiran yang lebih abstrak, seperti ketakutan akan terpisah dari orang tua atau kehilangan kontrol atas tubuh mereka. Penulis juga menjelaskan gejala fisik yang sering menyertai kecemasan, seperti sulit tidur, nafsu makan menurun, serta keluhan psikosomatis seperti sakit kepala atau sakit perut.

Ada berbagai faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan anak selama dirawat di rumah sakit. Penulis membagi faktor-faktor tersebut ke dalam dua kategori utama: faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi karakteristik individu anak, seperti usia, tingkat perkembangan kognitif, serta pengalaman sebelumnya dengan hospitalisasi. Anak yang pernah mengalami pengalaman traumatis di rumah sakit cenderung lebih cemas ketika harus kembali dirawat.

Faktor eksternal, di sisi lain, meliputi lingkungan rumah sakit, interaksi dengan staf medis, dan keterlibatan orang tua selama proses perawatan. Penulis menekankan bahwa peran orang tua dalam mendampingi anak sangat penting untuk mengurangi kecemasan. Kehadiran fisik orang tua dapat memberikan rasa aman dan kenyamanan emosional yang membantu anak merasa lebih tenang dalam menghadapi situasi yang menakutkan.

Buku ini mengulas dampak jangka panjang yang dapat ditimbulkan oleh kecemasan hospitalisasi terhadap perkembangan anak. Penulis menjelaskan bahwa anak yang tidak mendapatkan penanganan kecemasan yang memadai selama perawatan di rumah sakit berpotensi mengalami gangguan emosional jangka panjang, seperti gangguan kecemasan umum, fobia terhadap rumah sakit, atau bahkan trauma psikologis.

Penulis juga membahas bagaimana kecemasan yang dialami selama masa hospitalisasi dapat memengaruhi hubungan sosial anak, performa akademis, dan

perkembangan emosional mereka di kemudian hari. Oleh karena itu, penanganan kecemasan secara cepat dan efektif sangat penting untuk mencegah dampak negatif jangka panjang ini. Disajikan berbagai pendekatan dan intervensi yang dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan dan orang tua untuk membantu mengurangi kecemasan anak selama perawatan di rumah sakit. Penulis membagi intervensi menjadi beberapa kategori, termasuk intervensi psikologis, edukasi medis, dan dukungan emosional.

Penulis menekankan pentingnya memberikan informasi yang jelas dan sesuai dengan usia anak mengenai prosedur medis yang akan mereka jalani. Edukasi yang tepat dapat membantu mengurangi ketakutan anak karena mereka merasa lebih memahami apa yang sedang terjadi dan apa yang akan mereka alami. Selain itu, teknik relaksasi seperti latihan pernapasan dalam, bermain, dan kegiatan yang menyenangkan dapat digunakan untuk membantu anak mengalihkan perhatian dari rasa cemas.

Penulis juga menyoroti pentingnya pendekatan psikologis yang melibatkan dukungan dari psikolog anak atau konselor, terutama untuk anak-anak yang mengalami kecemasan berat. Terapi permainan (play therapy) sering kali efektif dalam membantu anak-anak mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang tidak menakutkan. Terakhir dibahas peran orang tua dan tenaga medis dalam mengelola kecemasan anak. Kerja sama yang baik antara keluarga dan tenaga medis sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung proses penyembuhan anak, baik dari segi fisik maupun emosional.

Orang tua, sebagai orang yang paling dekat dengan anak, memainkan peran kunci dalam memberikan rasa aman dan kenyamanan. Penulis memberikan tips praktis bagi orang tua, seperti selalu memberikan dukungan emosional, menjaga komunikasi terbuka, serta tidak menunjukkan rasa cemas di depan anak, karena hal tersebut dapat memperburuk kecemasan mereka.

Di sisi lain, tenaga medis, terutama perawat, juga memiliki peran penting dalam memberikan perawatan yang penuh empati dan memahami kondisi psikologis anak. Penulis menganjurkan agar tenaga medis berinteraksi dengan anak dengan cara yang ramah dan tidak menakutkan, serta memberikan ruang bagi anak untuk bertanya dan mengungkapkan perasaan mereka.

Buku ini memiliki banyak kelebihan, salah satunya adalah pendekatannya yang komprehensif dan mudah dipahami. Penulis berhasil menjelaskan konsep kecemasan pada anak usia sekolah dalam konteks hospitalisasi dengan bahasa yang jelas dan sistematis. Selain itu, buku ini juga dilengkapi dengan contoh-contoh nyata dari pengalaman anak-anak yang

dirawat di rumah sakit, sehingga pembaca dapat lebih memahami bagaimana kecemasan tersebut terjadi di dunia nyata.

Kelebihan lain dari buku ini adalah panduan praktis yang diberikan untuk tenaga kesehatan dan orang tua dalam menangani kecemasan anak. Dengan berbagai teknik dan intervensi yang disajikan, pembaca tidak hanya diberikan pemahaman teoritis, tetapi juga alat praktis yang dapat langsung diterapkan di lapangan.

Meskipun buku ini sangat bermanfaat, ada beberapa kelemahan yang perlu dicatat. Salah satunya adalah minimnya pembahasan mengenai perbedaan budaya dalam penanganan kecemasan anak. Mengingat bahwa Indonesia memiliki keragaman budaya yang kaya, penanganan kecemasan anak bisa berbeda di setiap daerah. Akan lebih baik jika penulis juga membahas bagaimana faktor budaya dan sosial dapat mempengaruhi cara anak dan keluarganya menghadapi hospitalisasi. Selain itu, buku ini lebih banyak berfokus pada peran orang tua dan tenaga kesehatan, namun belum banyak membahas peran sekolah atau pendidik dalam membantu anak-anak yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi.

Buku "Kenali Kecemasan Anak Usia Sekolah yang Mengalami Hospitalisasi dan Perawatan" merupakan referensi yang sangat bermanfaat bagi tenaga kesehatan, orang tua, dan pendidik yang ingin memahami dan menangani kecemasan pada anak selama perawatan di rumah sakit. Dengan penjelasan yang jelas, praktis, dan mendalam, buku ini membantu pembaca memahami berbagai aspek kecemasan anak serta memberikan solusi yang dapat diterapkan untuk mengurangi dampak emosional dari hospitalisasi.