

INFORMASI ARTIKEL

Received: October, 23, 2023

Revised: November, 23, 2023

Available online: November, 25, 2023

at : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik>

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

Atik Aryani^{1*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

Abstract

Background: Hospitalization is a condition where a child must undergo treatment in hospital to restore health. The impact of hospitalization causes children to feel anxious, afraid of various invasive actions, children feel uncomfortable, decreased appetite, and decreased sleep quality. The hospital environment and health service delivery activities cause sleep problems in children who are undergoing treatment so that they can affect sleep quality. Decreased sleep quality can hinder the healing process and affect a child's growth and development. Treatment of sleep disorders can be done in two ways, namely pharmacological and non-pharmacological. Pharmacologically, sedative drugs can be given, but giving drugs can risk disrupting growth and development if given to children. Therefore, non-pharmacological management is a safe alternative. One of the non-pharmacological therapies that can be provided is through Animal Assisted Therapy (ATT) for Betta Fish.

Purpose: To analyze the effectiveness of Animal Assisted Therapy (ATT) betta fish as a nursing intervention in improving sleep quality in children undergoing hospitalization.

Method: This research design uses one group pre-test post-test group. The sampling technique used purposive sampling with a total sample of 30 respondents. Data collection used the Standard Operational Procedures for betta fish Animal Assisted Therapy (AAT) interventions and the Children's Sleep Habit Questionnaire (CSHQ) instrument to measure sleep quality. Data analysis used the Paired t-test statistical test.

Results: The average quality of sleep before the intervention was given was 43,53 and the average quality of sleep after the intervention was 36,23. The results of the paired t-test obtained a p value of 0.001 (<0.05), which means that betta fish's animal assisted therapy (AAT) is effective in improving sleep quality in children undergoing hospitalization.

Conclusion: Giving betta fish with Animal Assisted Therapy (AAT) as a complementary therapy can help improve sleep quality in children undergoing hospitalization.

Suggestion: It is hoped that this intervention can be used as a non-pharmacological therapeutic method in treating sleep problems in children.

Keywords: Animal Assisted Therapy (AAT); Betta Fish; Children; Hospitalization; Sleep Quality

Pendahuluan: Hospitalisasi merupakan kondisi dimana anak harus menjalani perawatan di rumah sakit untuk pemulihan kesehatan. Dampak hospitalisasi menyebabkan anak merasa cemas, takut dengan berbagai tindakan invasif, anak merasa tidak nyaman, nafsu makan menurun, dan kualitas tidur menurun. Lingkungan rumah sakit dan aktivitas pemberian pelayanan kesehatan menyebabkan masalah tidur pada anak yang sedang menjalani perawatan sehingga dapat memengaruhi kualitas tidur. Kualitas tidur yang menurun dapat menghambat proses

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

penyembuhan dan memengaruhi tumbuh kembang anak. Penanganan gangguan tidur dapat dilakukan melalui dua cara yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Secara farmakologi dapat diberikan obat-obatan sedative, namun pemberian obat dapat beresiko mengganggu tumbuh kembang jika diberikan pada anak. Oleh karena itu penatalaksanaan nonfarmakologi menjadi alternatif yang aman dilakukan. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat diberikan melalui *Animal Assisted Therapy* (ATT) Ikan Cupang.

Tujuan: Untuk menganalisis efektivitas *Animal Assisted Therapy* (ATT) ikan cupang sebagai intervensi keperawatan dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi.

Metode: Desain penelitian ini menggunakan *one group pre-test post-test group*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Pengumpulan data menggunakan Standar Operasional Prosedur intervensi *Animal Assisted Therapy* (AAT) ikan cupang dan instrumen *Children's Sleep Habit Questionnaire* (CSHQ) untuk mengukur kualitas tidur. Analisis data menggunakan uji statistik *Paired t-test*.

Hasil: Menunjukkan rerata kualitas tidur sebelum diberikan intervensi sebesar 43,53 dan rerata kualitas tidur setelah diberikan intervensi sebesar 36,23. Hasil uji paired t-test didapatkan nilai p value sebesar 0,001 (<0,05) yang berarti *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi.

Simpulan: Pemberian *Animal Assisted Therapy* (AAT) ikan cupang sebagai terapi komplementer dapat membantu dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi.

Saran: Intervensi ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai metode terapi non farmakologi dalam mengatasi masalah tidur pada anak.

Kata Kunci: Anak; *Animal Assisted Therapy* (AAT); Hospitalisasi; Ikan Cupang; Kualitas Tidur

PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan situasi krisis yang dihadapi anak ketika dirawat di rumah sakit untuk memulihkan kesehatan dengan menjalani berbagai jenis perawatan karena suatu alasan baik yang direncanakan maupun kondisi darurat sampai anak dikatakan sembuh dan diperbolehkan pulang (Simamora, Gulo, Pardede, & Putri, 2022; Kartono, Damayanti, & Sholihah, 2021). Dampak hospitalisasi menyebabkan anak merasa cemas, takut yang berlebihan, tidak kooperatif, nafsu makan menurun dan kualitas tidur menurun. Beberapa dampak yang muncul menyebabkan proses penyembuhan menjadi terhambat dan mempengaruhi tumbuh kembang anak (Musviro, Wahyuningsih, & Desinta, 2023). Lingkungan rumah sakit dan aktivitas pemberian pelayanan kesehatan menyebabkan masalah tidur sehingga dapat memengaruhi kualitas tidur yang sedang menjalani hospitalisasi (Wulandari, 2020; Kartono et al., 2021; Cowherd, Sutton, Vincent, Humphries, Ritter, Fine, & Steiner, 2019).

Tidur sangat penting untuk pemulihan dari penyakit, proses penyembuhan, penghematan energi dan kesehatan bagi bayi, anak-anak, dan

remaja. Tidur mendukung sistem kekebalan tubuh dan pertumbuhan secara keseluruhan (Cowherd et al., 2019; Burger, Van den Ende, Lukman, Burchell, Steur, Merten, Nanayakkara, & Gemke, 2022). Kualitas tidur merupakan keadaan tidur yang dialami seseorang untuk menghasilkan kesegaran saat terbangun. Tidur memiliki peran penting bagi anak saat menjalani proses pengobatan di rumah sakit sehingga ketika anak kualitas tidurnya tercukupi maka secara tidak langsung membantu proses penyembuhan, tetapi anak yang kualitas tidurnya tidak tercukupi akan mengganggu proses penyembuhan (Jazuli, Setiawan, & Wiludjeng, 2019).

Kualitas tidur yang baik penting bagi anak dimana saat tidur sel-sel pertumbuhan bekerja untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak (Wulandari, 2020). Meskipun banyak manfaat tidur yang cukup untuk pertumbuhan, perkembangan, dan pemulihan dari penyakit, tetapi masa rawat inap sering dikaitkan dengan keluhan kualitas tidur yang buruk pada pasien anak (Erondu, Orlov, Peirce, Anderson, Chamberlain, Hopkins, Lyttle, Gozal, & Arora, 2019).

Atik Aryani^{1*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

Data hasil sistematik review dan meta-analisis yang dilakukan oleh (Burger et al., 2022) menyimpulkan bahwa 76% pasien anak yang menjalani rawat inap memiliki kualitas tidur yang buruk dan durasi tidur yang tidak cukup. Anak tidur rata-rata 0,7 sampai 3,8 jam di rumah sakit lebih sedikit daripada yang direkomendasikan. Hasil studi observasi yang dilakukan oleh Cowherd et al (2019) menunjukkan anak-anak di rumah sakit memiliki waktu tidur yang larut, mengalami beberapa kali terbangun di malam hari, dimana anak rata-rata terbangun lebih dari 2 kali setiap malam.

Penanganan gangguan tidur dapat dilakukan melalui dua cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi dapat diberikan obat-obatan sedatif. Namun pemberian obat-obatan dapat beresiko mengganggu tumbuh kembang jika diberikan pada anak-anak. Oleh karena itu penatalaksanaan non farmakologi menjadi alternatif yang aman dilakukan (Wulandari, 2020). Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat diberikan melalui Animal Assisted Therapy (ATT) Ikan Cupang.

Animal Assisted Therapy merupakan terapi intervensi komplementer yang telah menunjukkan hasil positif dalam pengobatan (Montolio & Sancho-Pelluz, 2020). AAT adalah intervensi yang diarahkan pada tujuan dimana hewan yang memenuhi kriteria spesifik menjadi bagian integral dari proses pengobatan (Sirait & Desiana, 2019). Penggunaan Animal-Assisted Therapy (AAT) atau terapi dengan berinteraksi kepada hewan dapat meningkatkan status mental, sosial, emosi serta fisik. AAT dapat menggunakan hewan seperti kucing, anjing, lumba-lumba dan lain-lain, namun bisa menyesuaikan sesuai keinginan masing-masing seperti kelinci, kuda, burung, ikan dan lain-lain sebagai fasilitas untuk penyembuhan dan rehabilitasi pasien baik dalam kondisi akut atau kronis (Koukourikos, Georgopoulou, Kourkouta, & Tsaloglidou, 2019). Animal-assisted therapy (AAT) dapat mengurangi kecemasan dan meredakan nyeri dengan menciptakan lingkungan yang rileks dan nyaman (Zhang, Yan, Li, Wang, & Ma, 2021; Tahan, Saleem, Sadeghifar, & Ahangri, 2022). Disaat kecemasan anak menurun maka kondisi kesulitan tidur dapat teratasi (Wulandari, 2020).

Penelitian tentang *Animal-assisted therapy* (AAT) sudah pernah dilakukan tetapi *Animal assisted therapy* dengan menggunakan ikan cupang untuk meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi belum pernah dilakukan penelitian. Berdasarkan permasalahan tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Efektivitas *Animal Assisted Therapy* (ATT) Ikan Cupang untuk Meningkatkan Kualitas Tidur pada Anak yang Menjalani Hospitalisasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas penggunaan *Animal Assisted Therapy* (ATT) Ikan Cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi.

METODE

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai maka jenis penelitian ini merupakan penelitian *pre eksperiment* dengan *one group pretest-posttest design*. Partisipan dalam penelitian adalah anak yang menjalani rawat inap di RS UNS Surakarta sejumlah 30 anak. Adapun kriteria inklusi responden dalam penelitian adalah anak usia 3-6 tahun, anak menjalani perawatan ≥ 1 hari, anak yang didiagnosis penyakit akut (seperti bronchitis, demam berdarah dengue, infeksi saluran kemih, demam typhoid), orang tua/ orang terdekat dan anak bersedia mengikuti penelitian dengan menandatangani *informed consent*, tidak takut atau alergi dengan ikan cupang. Sedangkan kriteria eksklusi adalah anak dalam observasi, anak menderita penyakit kronis, anak dengan diagnosis medis gangguan pencernaan. Pengukuran variabel kualitas tidur dengan menggunakan instrument *Children's Sleep Habit Questionnaire* (CSHQ). Pelaksanaan pengumpulan data dilakukan pengukuran kualitas tidur dengan *Children's Sleep Habit Questionnaire* (CSHQ) sebelum pemberian *animal assisted therapy* dengan ikan cupang pada partisipan.

Langkah pengambilan data sebelum diberikan intervensi terlebih dahulu melakukan pengukuran kualitas tidur anak menggunakan instrument CSHQ. Selanjutnya memberikan intervensi *animal assisted therapy* ikan cupang dengan cara memberi kesempatan pada partisipan untuk melihat dan memberi makan pada ikan cupang yang ditaruh dalam akuarium ikan. Partisipan diberikan

Atik Aryani^{1*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i7.12747>

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

kesempatan untuk melakukan interaksi dengan ikan selama 15 menit. Pemberian intervensi dilakukan setiap pagi, siang dan sore, dan dilakukan selama 3 hari. Kemudian dilakukan pengukuran kembali kualitas tidur setelah diberikan intervensi *animal assisted therapy* ikan cupang.

Analisis data menggunakan uji parametric dengan Paired Sample T-Test karena data berdistribusi normal. Ethical Clearance didapatkan dari Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret dengan nomor 188/UN27.06.11/KEP/EC/2023.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (N=30)

Variabel	Hasil
Usia (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(4.20±1.037)(3-6)
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-laki	19/63.3
Perempuan	11/36.7
Lingkungan Rumah Sakit (n/%)	
Bersih	30/100
Tidak bersih	0/0
Suhu (n/%)	
Dingin	8/26.7
Panas	3/10
Hangat	19/63.3
Suara (n/%)	
Biasa	21/70
Hening	9/30
Bising	0/0
Cahaya (n/%)	
Gelap	0/0
Terang	28/93.3
Redup	2/6.7
Lama Tidur (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	
Pre Intervensi	(10.23±0.807)(9-12)
Post Intervensi	(10.83±0.91)(10-13)
Kualitas Tidur Pre Intervensi (n/%)	
Baik	11/36.7
Buruk	19/63.3
Kualitas Tidur Post Intervensi (n/%)	
Baik	23/76.7
Buruk	7/23.3

Atik Aryani^{1*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 19 partisipan (63.3%). Berdasarkan usia dengan rentang 3-6 tahun dengan mean dan standar deviasi (4.20±1.037). Semua responden menyatakan bahwa lingkungan rumah sakit bersih, sebanyak 19 responden (63.3%) menyatakan suhu lingkungan hangat, kondisi suara di lingkungan rumah sakit sebagian besar menyatakan biasa sebanyak 21 responden (70%), dan pencahayaan sebanyak 28 responden (93.3%) menyatakan terang.

Berdasarkan evaluasi lama tidur responden sebelum diberikan intervensi rata-rata 10.23 jam dan setelah diberikan intervensi rata-rata lama tidur 10.83 jam. Adapaun evaluasi kualitas tidur menunjukkan bahwa sebelum diberikan *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang sebanyak 19 responden (63.3%) memiliki kualitas tidur buruk. Dan setelah diberikan AAT ikan cupang menunjukkan sebanyak 23 responden (76.7%) memiliki kualitas tidur baik. Hasil evaluasi nilai rata-rata kualitas tidur pada anak dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Evaluasi Pemberian *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang (N=30)

Kualitas Tidur	Mean	Median	SD	Min	Max
Sebelum	43.53	43	4.74	34	50
Sesudah	36.23	36	5.36	24	46

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan nilai kualitas tidur responden sebelum diberikan Intervensi *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang maksimum 50 dan minimum 34 dengan nilai rerata 43.53. Sedangkan skor kualitas tidur setelah diberikan Intervensi *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang nilai maksimum 46 dan nilai minimum 24 dengan nilai rerata 36.23.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Kualitas Tidur	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig
Sebelum	0.941	30	0.09
Sesudah	0.953	30	0.20

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil uji normalitas Shapiro-Wilk didapatkan data berdistribusi normal dengan nilai signifikansi pre test sebesar 0.09 dan nilai post test sebesar 0.20 lebih besar dari 0.05. Sehingga uji perbandingan kualitas tidur pre test dan post test yang digunakan untuk menganalisis hasil pengamatan yang berpasangan dan datanya normal menggunakan Uji Paired T-Test.

Tabel 4. Hasil Uji Paired T-Test Efektifitas Pemberian Intervensi *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang

Kualitas Tidur	Rerata	Selisih	IK95%	t	Nilai p
Sebelum	43.53	7.3	5.29-9.30	7.45	0.001
Sesudah	36.23				

p-value < 0.005

Berdasarkan hasil tabel 4 di atas menunjukkan hasil uji paired t-test sebesar 7,45 dan p value 0,001. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan rerata kualitas tidur yang bermakna sebelum dan sesudah diberikan *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang yang berarti ada pengaruh pemberian *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang terhadap kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi.

Atik Aryani^{1*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 63,33%. Hasil penelitian di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tabanan menunjukkan sebanyak 56,7% anak berjenis kelamin laki-laki yang menjalani perawatan di rumah sakit (Apriani & Putri, 2021). Anak berjenis kelamin laki-laki lebih banyak terpapar di luar rumah dibandingkan anak berjenis kelamin perempuan sehingga anak laki-laki memiliki risiko lebih besar terkena penyakit infeksi yang mengakibatkan menjalani hospitalisasi di rumah sakit (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2009; Yulianto, Idayati, & Sari, 2021). Namun penelitian sebelumnya menyatakan bahwa anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi berdasarkan karakteristik responden jenis kelamin tidak akan sama di setiap bulannya, sehingga tidak bisa dijadikan sebagai tolak ukur bahwa anak laki-laki akan lebih banyak mengalami hospitalisasi (Martasih, Sari, & Prawesti, 2023).

Responden dalam penelitian ini adalah anak prasekolah yaitu anak usia 3-6 tahun. Penelitian yang dilakukan di RSUD Kota Madiun menunjukkan karakteristik responden yang menjalani hospitalisasi adalah anak prasekolah dengan rentang usia 3-6 tahun (Sholehah, 2018). Anak usia prasekolah adalah anak yang berada di rentang usia 3-5 tahun dan merupakan usia bermain bagi anak dalam mengenal lingkungannya untuk dapat belajar mengenal dan melakukan hal baru (Yati, Wahyuni, & Islah, 2017). Sebagian besar anak yang mengalami gangguan pola tidur akibat hospitalisasi berusia antara 5-6 tahun atau berada pada rentang usia prasekolah (3-6 tahun) (Kartono, Damayanti, & Sholihah, 2021). Penelitian di RSUP Sanglah Denpasar dari 15 orang tua didapatkan 11 orang tua yang mengeluh anaknya yang berusia prasekolah mengalami gangguan pemenuhan kebutuhan tidur selama masa perawatan di rumah sakit. Anak usia prasekolah (3-6 tahun) membutuhkan tidur kurang lebih 11 jam sehari sebagai kebutuhan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Namun tidak semua anak usia prasekolah mampu memenuhi kebutuhan istirahat dan tidur tersebut, terutama

ketika anak mengalami hospitalisasi (Yuniartini, Widastra, & Utami, 2013).

Kualitas tidur responden sebelum diberikan intervensi sebanyak 63.3% memiliki kualitas tidur yang tidak baik, dan sebanyak 36.7% memiliki kualitas tidur yang baik. Hal ini disebabkan salah satunya karena lingkungan rumah sakit yang mendukung dimana hampir semua responden menyatakan lingkungan rumah sakit yang bersih, penerangan yang cukup suhu ruangan yang hangat dan kebisingan yang minimal. Adapun anak yang memiliki kualitas tidur tidak baik dapat disebabkan kecemasan, takut maupun stres karena berbagai tindakan invasive maupun pengobatan yang akan diberikan pada anak. Factor lingkungan dapat membantu sekaligus menghambat proses tidur. Lingkungan dapat meningkatkan atau menghalangi seseorang untuk tidur. Pada lingkungan yang tenang memungkinkan seseorang dapat tidur dengan nyenyak. Sebaliknya lingkungan yang ribut, bising, dan gaduh akan menghambat seseorang untuk tidur. Keadaan lingkungan yang tenang dan nyaman bagi seseorang dapat mempercepat terjadinya proses tidur (Mubarak & Cayatin, 2008; Mariani, 2019).

Kualitas Tidur Sebelum Intervensi

Kualitas tidur pada partisipan berdasarkan nilai mean sebelum pemberian intervensi *animal assisted therapy* ikan cupang adalah 46.17 dengan nilai kualitas tidur maksimum 52 dan minimum 42, dimana semua responden sebanyak 30 anak prasekolah memiliki kualitas tidur yang buruk saat menjalani perawatan di rumah sakit. Hasil penelitian di *RSAM Bukittinggi* menunjukkan kualitas tidur anak sebelum melakukan terapi bercerita nilai mean 37.36, median 37.5, standar deviasi 1.55, jumlah kualitas tidur yang paling kecil yaitu 35 dan paling besar yaitu 39 (Rahayu, 2014). Sedangkan penelitian di RSUD Kota Madiun menunjukkan bahwa 32 pasien anak pra sekolah sebelum diberikan intervensi biblioterapi sebanyak 16 anak (50%) mengalami kualitas tidur kurang, 15 anak (47%) mengalami kualitas tidur cukup dan 1 anak (3%) yang mengalami kualitas tidur baik (Sholehah, 2018). Sedangkan penelitian lain menunjukkan

Atik Aryani^{*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i7.12747>

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

sebelum diberikan intervensi responden yang mengalami kualitas tidur buruk yaitu sebanyak 12 orang (75%) dan yang mengalami kualitas tidur baik yaitu sebanyak 4 orang (25%) (Rizal, 2016).

Penelitian di RSU Kardinah Tegal menunjukkan bahwa anak usia prasekolah yang dirawat di rumah sakit mengalami perubahan atau terganggu pola tidurnya yang <11 jam perhari sebanyak 24 anak (80%). Beberapa penyebab yang menyebabkan anak pola tidurnya terganggu diantaranya anak masih asing dengan suasana rumah sakit, anak sudah terbiasa tidur dengan sodaranya, ada anak yang mengatakan tidak bisa tidur karena tidak ada boneka atau mainan yang menemani saat tidurnya, ada juga beberapa anak yang mengatakan kalau tempat tidur di rumah sakit sangat sempit jadi menyebabkan anak kurang leluasa untuk tidurnya, dan ada juga yang mengatakan kalau suasana di rumah sakit berisik dengan suara-suara hewan (Yuniawati & Khodijah, 2013).

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan krisis yang terjadi pada anak pada saat dirawat di rumah sakit, salah satu kondisi yang dialami anak pada saat sakit adalah berkurangnya kebutuhan tidur. Kualitas tidur pada anak sangat diperlukan pada saat sakit untuk meningkatkan sistem imun pada tubuh anak sehingga akan membantu dalam proses penyembuhan suatu penyakit yang dialami (Handayani, Kamila, Puspitasari, Nastiti, & Kusuma, 2023). Kualitas tidur yang tidak baik akan mempengaruhi kesehatan seseorang terutama pada anak yang mengalami hospitalisasi. Hal tersebut dapat mempengaruhi lamanya tingkat penyembuhan pada anak (Kristanti & Lestari, 2018). Selain itu gangguan istirahat tidur dapat menyebabkan masalah perilaku, emosi, menyebabkan mengantuk pada siang hari, dan dapat mempengaruhi konsentrasi belajar serta daya ingat anak. Anak yang tidurnya tidak berkualitas inilah dapat menyebabkan penurunan konsentrasi (Retnaningsih & Kustriyani, 2018).

Masalah tidur menimpa sekitar 14-45% anak usia 2-4 tahun, karena anak pada kelompok usia tersebut mengalami kesulitan dalam beradaptasi dan mengendalikan emosinya. Gangguan tidur pada anak yang dirawat di rumah sakit dapat dikaitkan dengan nyeri, ketidaknyamanan, kebisingan,

cahaya, waktu tidur yang tertunda, lingkungan asing, dan kerinduan (Anggerainy, Wanda, & Nurhaeni, 2019). Istirahat dan tidur yang adekuat merupakan hal yang penting dalam pertumbuhan anak dan kesembuhan dari sakit. Anak yang tidak terbiasa dengan kondisi rumah sakit akan banyak mengalami kesulitan dalam penyembuhan. Lingkungan rumah sakit dapat menyebabkan stress dan kecemasan sehingga mempengaruhi kebutuhan tidur dan memperlambat penyembuhan penyakit, sedangkan anak yang sedang sakit membutuhkan istirahat dan tidur yang cukup (Nisa & Imelda, 2019).

Kualitas Tidur Setelah Intervensi

Kualitas tidur pada responden penelitian berdasarkan nilai mean setelah pemberian intervensi *animal assisted therapy* ikan cupang adalah 40,80 dengan nilai kualitas tidur maksimum 36 dan minimum 46, dimana sebanyak 21 responden (70%) memiliki kualitas tidur yang baik, dan sebanyak 9 responden (30%) memiliki kualitas tidur buruk. Penelitian di RSAM Bukittinggi didapatkan distribusi kualitas tidur anak setelah melakukan terapi bercerita nilai mean 36,5 dengan nilai kualitas tidur yang paling kecil yaitu 34 dan paling besar yaitu 39 (Rahayu, 2014).

Kualitas tidur adalah keadaan tidur yang dialami seseorang untuk menghasilkan kesegaran saat terbangun. Pada masa pertumbuhan anak tidur adalah peran penting, tapi tidak semua anak dapat tidur dengan nyenyak. Beberapa faktor yang mempengaruhi anak tidak bisa memenuhi kebutuhan tidurnya, yaitu penyakit dan lingkungan yang baru bagi anak, seperti anak yang menjalani hospitalisasi. Hospitalisasi menjadi stresor pada individu yang berlangsung selama dirawat, dimana dapat menyebabkan gangguan istirahat tidur (Ma'Rifatun, 2019).

Penelitian ini menggunakan intervensi *animal assisted therapy* ikan cupang untuk membantu dalam peningkatan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi. Hospitalisasi merupakan keadaan yang mengharuskan anak tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan karena suatu alasan yang berencana maupun kondisi darurat. Hospitalisasi terbukti dapat menyebabkan gangguan istirahat tidur, ketidakmampuan klien mendapatkan

Atik Aryani^{1*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

posisi nyaman dan rasa nyeri merupakan penyebab tersering gangguan istirahat tidur (Kartono et al., 2021).

Salah satu terapi nonfarmakologis untuk membantu gangguan tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi melalui *Animal Assisted Therapy* (ATT) ikan cupang. *Animal-assisted therapy* (AAT) merupakan intervensi yang diarahkan pada tujuan dimana hewan yang memenuhi kriteria spesifik menjadi bagian integral dari proses pengobatan. AAT telah menjadi pilihan terapi untuk berbagai populasi, mulai dari sekolah, rumah sakit, fasilitas untuk pengobatan jangka panjang, serta rumah pribadi (Sirait & Desiana, 2019). Keunggulannya terapi hewan menggunakan ikan cupang tidak menimbulkan alergi serta bahaya pada individu, dapat menimbulkan rasa kasih sayang, perhatian, hiburan, serta relaksasi dengan warnanya yang cerah. Hal yang lain ikan cupang dapat bertahan hidup dengan baik. Hasil penelitian sebelumnya menemukan bahwa AAT memberikan kestabilan terhadap emosi anak-anak, mengurangi kecemasan, agitasi, serta rasa takut (Wahyu, 2017; Braun, Stangler, Narveson, & Pettingell, 2009).

Efektifitas *Animal Assisted Therapy*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan rerata kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang dengan nilai p value 0,001 (<0,05) yang berarti ada pemberian *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian di *Rumah Sakit Dr. Soepraoen Malang* yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi hewan dengan ikan hias terhadap gangguan tidur akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah (Putri, 2017).

Gangguan tidur merupakan masalah yang sering muncul pada populasi anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Kebutuhan istirahat dan tidur sangat penting untuk mempercepat proses pemulihan kesehatan. Terapi hewan dengan ikan hias merupakan salah satu terapi non-farmakologis gangguan tidur yang berguna untuk mempromosikan pembentukan pola, kuantitas, dan kualitas tidur yang memadai (Putri, 2017).

Atik Aryani^{1*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

Kualitas tidur yang baik terdiri dari jumlah tidur yang cukup, tidur yang tidak terputus, tidur siang yang sesuai dengan usia dan jadwal tidur yang sesuai dengan ritme biologis alami seseorang (Burger et al., 2022). Kualitas tidur yang baik penting bagi anak-anak. Saat tidur sel-sel pertumbuhan bekerja untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Lingkungan rumah sakit dan aktivitas pemberian pelayanan kesehatan dapat menyebabkan masalah tidur pada anak yang di rawat di rumah sakit atau sedang menjalani hospitalisasi (Wulandari, 2020).

Penelitian ini menggunakan *Animal Assisted Therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Terapi hewan dengan ikan hias merupakan salah satu terapi non-farmakologis gangguan tidur yang berguna untuk mempromosikan pembentukan pola, kuantitas, dan kualitas tidur yang memadai. Selain sebagai salah satu terapi non-farmakologis gangguan tidur (Putri, 2017).

Terapi hewan dengan ikan hias juga dapat menurunkan tingkat regresi dengan menciptakan lingkungan yang nyaman, tenang, dan rileks di tengah stressor pada anak prasekolah yang rawat inap di rumah sakit (Kapti, Setyaningrum, & Azizah, 2018). Hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa *Animal-assisted therapy* (AAT) meredakan nyeri dengan menciptakan lingkungan yang rileks dan nyaman untuk mengurangi kecemasan pada anak (Zhang et al., 2021). Disaat kecemasan anak menurun maka kondisi kesulitan tidur dapat teratasi (Wulandari, 2020).

SIMPULAN DAN SARAN

Pemberian *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak. *Animal Assisted Therapy* Ikan Cupang dapat digunakan sebagai terapi komplementer bagi anak dalam meningkatkan kualitas tidur yang menjalani hospitalisasi. *Animal Assisted Therapy* ikan cupang dapat menjadi intervensi keperawatan dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang mengalami masalah gangguan pola tidur selama menjalani perawatan di rumah sakit.

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

DAFTAR PUSTAKA

- Anggerainy, S. W., Wanda, D., & Nurhaeni, N. (2019). Music Therapy and Story Telling: Nursing Interventions to Improve Sleep in Hospitalized Children. *Comprehensive Child and Adolescent Nursing*, 42(sup1), 82–89. <https://doi.org/10.1080/24694193.2019.1578299>
- Apriani, D. G. Y., & Putri, D. M. F. S. (2021). Dampak Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah di Ruang Anggrek Badan Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tabanan. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 7(2), 74–83. <https://doi.org/10.47859/jmu.v7i02.32>
- Braun, C., Stangler, T., Narveson, J., & Pettingell, S. (2009). Animal-assisted therapy as a pain relief intervention for children. *Complementary therapies in clinical practice*, 15(2), 105–109.
- Burger, P., Van den Ende, E. S., Lukman, W., Burchell, G. L., Steur, L. M. H., Merten, H., Nanayakkara, P. W. B., & Gemke, R. J. B. J. (2022). Sleep in hospitalized pediatric and adult patients – A systematic review and meta-analysis. *Sleep Medicine: X*, 4, 100059. <https://doi.org/10.1016/j.sleepx.2022.100059>
- Cowherd, E. L., Sutton, A. G., Vincent, J. O., Humphries, M. S., Ritter, V., Fine, J., & Steiner, M. J. (2019). Timing and duration of sleep in hospitalized children: An observational study. *Hospital Pediatrics*, 9(5), 333–339. <https://doi.org/10.1542/hpeds.2018-0236>
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2009). Pedoman pelaksanaan program rumah sakit sayang ibu dan bayi (RSSIB). Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Erondu, A. I., Orlov, N. M., Peirce, L. B., Anderson, S. L., Chamberlain, M., Hopkins, K., Lyttle, C., Gozal, D., & Arora, V. M. (2019). Characterizing pediatric inpatient sleep duration and disruptions. *Sleep Medicine*, 57, 87–91. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2019.01.030>
- Handayani, D., Kamila, S. K., Puspitasari, R. A. H., Nastiti, A. D., & Kusuma, E. (2023). The Effect of Music Therapy on Improving Sleep Quality in Children During Hospitalization: Literature Review. *Proceedings of the International Conference on Nursing and Health Sciences*, 4(1), 155–162. <https://doi.org/10.37287/picnhs.v4i1.1719>
- Jazuli, M. A., Setiawan, C. T., & Wiludjeng, R. (2019). Pengaruh pijat refleksi kaki terhadap kualitas tidur anak 6-10 tahun (Di Rumah Sakit Umum Daerah Sultan Imanuddin Pangkalan Bun). *Jurnal Borneo Cendekia*, 3(1), 36–42.
- Kapti, R. E., Setyaningrum, N., & Azizah, N. (2018). The Effects of Pet Therapy Using Ornamental Fish on Regression Behavior of Hospitalized Pre-Schoolers. *Icon-Nursing.Ub.Ac.Id*. <https://icon-nursing.ub.ac.id/4th/wp-content/uploads/2020/09/Rinik-Eko-Kapti-ICON-4.pdf>
- Kartono, J., Damayanti, D., & Sholihah, M. N. (2021). Peningkatan Kualitas Tidur Anak Hospitalisasi yang Mengalami Gangguan Pola Tidur Menggunakan Teknik Sleep Hygiene. *Madago Nursing Journal*, 2(2), 40–47.
- Koukourikos, K., Georgopoulou, A., Kourkouta, L., & Tsaloglidou, A. (2019). Benefits of animal assisted therapy in mental health. *International journal of caring sciences*, 12(3), 1898–1905.
- Kristanti, A., & Lestari, N. E. (2018). Dongeng Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Anak Usia Sekolah Yang Mengalami Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 8(03), 468–471. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v8i03.130>
- Ma'Rifatun, S. (2019). *Gambaran Gangguan Tidur Pada Anak Usia Prasekolah Dengan Hospitalisasi di Ruang Aster RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto* (Doctoral dissertation, Akademi Keperawatan

Atik Aryani^{1*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i7.12747>

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

YakpermasBanyumas).

- 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 Abdurrahman*, 2(2), 42–49. <https://doi.org/10.36341/jka.v2i2.624>
- Martasih, E., Sari, I. Y., & Prawesti, I. (2023). Terapi Bermain Menyusun Balok Menurunkan Kecemasan Prasekolah Selama Hospitalisasi. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 92–100.
- Montolio, M. M., & Sancho-Pelluz, J. (2020). Animal-assisted therapy in the residential treatment of dual pathology. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph17010120>
- Mubarak, W. I., & Chayatin, N. (2008). Buku ajar kebutuhan dasar manusia: Teori dan aplikasi dalam praktik. *Jakarta: Media Aesculapius*.
- Musviro, M., Wahyuningsih, S., & Desinta, K. A. R. (2023). The Application of Storytelling Therapy in Reducing Anxiety in Preschool-Aged Children Experienced Hospitalization: Literature Review. *Health and Technology Journal (HTechJ)*, 1(1), 48–56. <https://doi.org/10.53713/htechj.v1i1.7>
- Nisa, S. K., & Imelda, I. (2019). Kebiasaan Tidur Anak Yang Di Rawat Inap Di Rumah Sakit. *Jim Fkep*, IV(1), 1–5.
- Putri, C. (2017). *Pengaruh Terapi Hewan Terhadap Gangguan Tidur Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Di Rumah Sakit Dr. Soepraoen Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya).
- Rahayu, R. S. (2014). *Pengaruh terapi bercerita terhadap kualitas tidur anak usia pra sekolah yang menjalani hospitalisasi di ruang rawat INP RSAM Bukittinggi tahun 2014* (Doctoral dissertation, STIKes Perintis Padang).
- Retnaningsih, D., & Kustriyani, M. (2018). Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar pada Anak Usia Sekolah di SD Negeri 3 Candisari Kecamatan Purwodadi Kabupaten Grobogan. *Jurnal Ners Widya Husada*, 1(1).
- Rizal, S. (2016). Pengaruh smartpunktur terhadap kualitas tidur anak hospitalisasi usia prasekolah. <https://core.ac.uk/download/pdf/198217358.pdf>
- Sholehah, A. . (2018). *Pengaruh Biblioterapi Terhadap Kualitas Tidur Anak Hospitalisasi di Ruang Melati RSUD Kota Madiun*. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Simamora, M., Gulo, A. R. B., Pardede, J. A., & Putri, R. A. (2022). Terapi Bermain Lilin dan Musik terhadap Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 211. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.211-218>
- Sirait, J. S., & Desiana, S. M. (2019). Animal-Assisted Therapy sebagai Pengobatan Pasien Autism Spectrum Disorder pada Anak. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(3), 169–174.
- Tahan, M., Saleem, T., Sadeghifar, A., & Ahangri, E. (2022). Assessing the effectiveness of animal-assisted therapy on alleviation of anxiety in pre-school children: A randomized controlled trial. *Contemporary Clinical Trials Communications*, 28, 100947.
- Wahyu, D. (2017). Mengenal Cupang (Betta Spp.) Ikan Hias Yang Gemar Bertarung. *Warta Iktiologi*, 1(1), 28–32.
- Wulandari, S. (2020). Pengaruh Aroma Mawar Terapi Terhadap Kualitas Tidur Anak Yang Menjalani Hospitalisasi (Literatur Review). *Keperawatan Anak*, 2(1), 258–266. <http://ejournal.stikesjayc.id/index.php/PLT/article/view/45%0Ahttp://ejournal.stikesjayc.id/index.php/PLT/article/download/45/52>
- Yati, M., Wahyuni, S., & Islaeli, I. (2017). the Effect

Atik Aryani^{1*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i7.12747>

Efektivitas *animal assisted therapy* (AAT) ikan cupang dalam meningkatkan kualitas tidur pada anak yang menjalani hospitalisasi

- of Storytelling in a Play Therapy on Anxiety Level in Pre-School Children During Hospitalization in the General Hospital of Buton. *Public Health of Indonesia*, 3(3), 96–101. <https://doi.org/10.36685/phi.v3i3.134>
- Yulianto, A., Idayati, I., & Sari, S. A. (2021). Bermain (puzzle) terhadap kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 6(1), 39-46.
- Yuniartini, P.E. , Widastra, M., & Utami, K. (2013). Pengaruh Terapi Bercerita Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia Prasekolah Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruang Perawatan Anak Rsup Sanglah Denpasar. *Jurnal Keperawatan*, 1–6.
- Yuniawati, T. & Khodijah, K. (2013). Hubungan stress hospitalisasi dengan pola tidur anak usia prasekolah di ruang Melati RSU Kardinah Tegal. *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 3(2005), 6–6.
- Zhang, Y., Yan, F., Li, S., Wang, Y., & Ma, Y. (2021). Effectiveness of animal-assisted therapy on pain in children: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Sciences*, 8(1), 30–37. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2020.12.009>

Atik Aryani^{*}, Widiyono¹, DhianRiskiana Putri²

¹Prodi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

²Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: Atik Aryani. *Email: atikaryani@usahidsolo.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i7.12747>