



PENERAPAN TERAPI BERMAIN MEWARNAI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA ANAK PRASEKOLAH YANG MENGALAMI HOSPITALISASI

Muhammad Irfan¹, Rusli Abdullah², Ricky Zainuddin³, Sanghati⁴

¹²³⁴Program Studi DIII Keperawatan STIK Makassar, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history

Submitted: 2023-12-14

Revised: 2023-12-17

Accepted: 2024-01-03

Keywords:

Preschool children; Anxiety;
Coloring play therapy

Kata Kunci:

Anak prasekolah; Kecemasan;
Terapi bermain mewarnai

*This is an open access article
under the CC BY-SA license:*



ABSTRACT

Background: Feelings of anxiety are the impact of hospitalization experienced by preschoolers. Preschoolers tend to fear inpatient care. It is possible that this impact risks disrupting the development of children and the healing process. To reduce anxiety, children can be given coloring play therapy. Coloring play as a form of therapy can cause children who experience anxiety to feel the effects of relaxation.

Objective: This study aims to be able to apply coloring play therapy to the anxiety level of preschool children who experience hospitalization at Labuang Baji Hospital Makassar. **Method:** This study uses a descriptive design case study method to describe research findings obtained systematically through assessment. **Results:** The results of this study show that after coloring play therapy is given, the results of the client are not tense, no longer lethargic, the client is not anxious and is categorized as not anxious. **Conclusion:** Based on the results of the application of coloring play therapy, it was found that it can reduce the anxiety level of preschool children who experience hospitalization.

ABSTRAK

Latar Belakang: Perasaan cemas merupakan dampak dari hospitalisasi yang dialami oleh anak prasekolah. Anak-anak prasekolah cenderung merasa takut terhadap perawatan rawat inap. Dimungkinkan dampak ini berisiko mengganggu perkembangan anak dan proses penyembuhannya. Untuk mengurangi kecemasan anak dapat diberikan terapi bermain mewarnai. Bermain mewarnai sebagai bentuk terapi dapat menyebabkan anak yang mengalami kecemasan merasakan efek relaksasi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mampu menerapkan terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi di Rumah Sakit Labuang Baji Makassar. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus rancangan deskriptif untuk menggambarkan temuan penelitian yang diperoleh secara sistematis melalui pengkajian. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan setelah diberikan terapi bermain mewarnai didapatkan hasil klien sudah tidak tegang, sudah tidak lesu, klien sudah tidak gelisah dan dikategorikan mengalami tidak cemas. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penerapan terapi bermain mewarnai didapatkan hasil bahwa dapat menurunkan tingkat kecemasan anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

✉ Corresponding Author:

Muhammad Irfan

Program Studi, D-III Keperawatan Makassar, Indonesia

Telp. 082252790032

Email: irfansari102@gmail.com

PENDAHULUAN

Anak-anak dianggap unik dan memiliki kebutuhan sesuai perkembangan usianya. Anak-anak prasekolah dianggap sebagai masa emas dan sangat penting untuk mendorong setiap aspek perkembangan mereka, dimana 80% perkembangan kognitif dicapai pada umur prasekolah (Rukmana et al., 2022). Usia dua hingga enam tahun merupakan fase krusial dalam perkembangan anak yang memerlukan perhatian khusus. Pada masa prasekolah, kreativitas dan daya imajinasi anak mulai berkembang. Meskipun demikian, anak-anak pada usia ini juga rentan terhadap penyakit, sebagaimana yang dapat dialami oleh orang dewasa (Triani et al., 2023). Jika seorang anak jatuh sakit, orang tua mungkin tidak mampu merawatnya di rumah, sehingga mengharuskan anak untuk dirawat di fasilitas kesehatan. Selama berada di fasilitas kesehatan, anak tersebut kemungkinan akan menjalani proses hospitalisasi (Kaban et al., 2021).

Penyakit dan hospitalisasi adalah keadaan darurat utama yang ditemukan pada anak-anak. Hospitalisasi terjadi ketika ada keadaan darurat atau krisis yang mengharuskan anak tinggal di rumah sakit untuk menerima pengobatan dan terapi hingga pulih sepenuhnya (Hartini & Winarsih, 2019). Rawat inap sering kali menjadi kejadian yang menghebohkan dan tidak menyenangkan bagi anak-anak dan keluarga. Stressor yang dapat dialami oleh anak prasekolah yang berhubungan dengan rawat inap dapat memberikan respon yang berbeda-beda antara lain ketakutan dan ketegangan (Pujiati et al., 2021).

Perasaan cemas merupakan akibat dari rawat inap yang dialami anak usia prasekolah saat menghadapi stresor pada lingkungan rumah sakit. Kecemasan ini dapat muncul karena anak menghadapi hal-hal yang baru dan belum pernah dialaminya sebelumnya (Wowiling et al., 2014). Kecemasan pada anak selama ini disebut menjadi masalah yang sudah terjadi sejak lama dan membuat anak sering menunda dan menolak pengobatan (Abdillah et al., 2022). Lebih dari 5 juta anak menjalani rawat inap di rumah sakit karena berbagai tindakan operasi dan lebih dari 50% anak-anak ini mengalami rasa gugup dan stres (Musdalipa et al., 2019).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, di Amerika Serikat, lebih dari 3% hingga 10% anak mengalami stres ketika berada di rumah sakit. Sekitar 3% hingga 7% anak usia 3 hingga 7 tahun di sekolah-sekolah di Jerman juga mengalami tingkat stres yang tinggi. Di Kanada dan Selandia Baru, sekitar 10% anak-anak yang dirawat di rumah sakit menunjukkan indikasi stres selama perawatan (Dihuma et al., 2023). Menurut *Survei Kesehatan Nasional* di Indonesia, sekitar 72% dari total populasi anak berusia prasekolah dan diperkirakan 35 dari setiap 100 anak yang dirawat di rumah sakit atau 45% mengalami kecemasan (Saribu et al., 2021). Sementara di Wilayah Sulawesi, diketahui tingkat hospitalisasi anak pada tahun 2016-2018 sebesar 4,40%. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah rawat inap anak cukup tinggi baik secara global maupun di Indonesia (Silalahi et al., 2021).

Tingginya frekuensi anak yang menjalani hospitalisasi dan mengalami rasa cemas menunjukkan bahwa diharapkan adanya suatu media yang dapat mengurangi dampak hospitalisasi pada anak usia prasekolah, dan salah satu di antaranya adalah dengan memberikan terapi bermain mewarnai. Dalam aspek mental, kegiatan ini bermanfaat bagi anak-anak dalam mengungkapkan berbagai emosi seperti sensasi cemas, ketegangan, ketakutan, kepahitan, kesedihan dan perasaan (Aryani et al., 2021). Bermain sangat penting untuk kesejahteraan psikologis, kepribadian dan interaksi sosial anak-anak. Seperti halnya kebutuhan formatif, kebutuhan untuk bermain tidak berkurang ketika anak-anak sakit dan menjalani perawatan di rumah sakit. Disisi lain, bermain di rumah sakit dapat mendapat manfaat mendasar dengan meminimalisir kemungkinan timbulnya masalah kesehatan pada anak. Selain itu, inti dari terapi bermain yaitu bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang aman bagi anak-anak untuk mengekspresikan diri, memahami berbagai situasi, belajar norma-norma sosial, mengatasi kekhawatiran mereka, serta memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk berkomunikasi dan melakukan permainan mewarnai (Rianti et al., 2022).

Terapi bermain adalah pemanfaatan mainan atau media untuk bekerja dengan anak dalam menyampaikan pandangan mereka terhadap informasi dan dominasi lingkungan (PPNI, 2018). Perawatan bermain memiliki efek positif terhadap anak-anak dengan memungkinkan mereka untuk melepaskan emosi-emosi seperti kemarahan, kesulitan, atau ketegangan yang selama ini sulit untuk mereka ungkapkan. Anak-anak dapat mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaan mereka, baik karena cedera yang dialami yang kuat dampaknya, maupun karena kurangnya dukungan

emosional yang memungkinkan mereka untuk berkomunikasi mengenai perasaan mereka. Hasil dari penggunaan perawatan bermain mewarnai memberikan rasa lega bagi anak (Aryani & Zaly, 2021).

Menggambarkan atau mewarnai gambar untuk mengungkapkan perasaan adalah cara bagi anak untuk berkomunikasi tanpa menggunakan kata-kata (Hartini & Winarsih, 2019). Ketika anak mempelajari cara menggambar dan mewarnai, hal ini melibatkan aktivitas atau pengalaman yang melibatkan aspek visual, kognitif, mental, dan fisik anak. Setiap interaksi dikaitkan dengan kemajuan kemampuan dan pola pikir anak muda. Jangka waktu hospitalisasi pada anak merupakan tahapan yang paling tegas dalam sistem penyembuhan selama perawatan dan pengobatan di rumah sakit (Hartini & Winarsih, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa terapi bermain mewarnai dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Dihuma et al., 2023) dengan judul penelitian “Penerapan Terapi Bermain Mewarnai dengan Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah” yang dilakukan di wilayah RS TK. II Pelamonia Makassar dengan jumlah 2 responden menggunakan metode penelitian kuantitatif dan pengambilan sampel berdasarkan purposive sampling dengan hasil akhir menggunakan Skala Kecemasan SCAS (Spence Children’s Anxiety Scale) terjadi penurunan tingkat kecemasan dari kategori kecemasan sedang nilai (46) menjadi kategori tidak cemas dengan nilai(9) dan dari kategori kecemasan sedang nilai (39) menjadi kategori tidak cemas dengan nilai(10).

Pada penelitian lain yang dilakukan oleh (Gerungan & Walelang, 2020) dengan judul “Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi” yang dilakukan di RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado dengan jumlah sampel terdiri dari 30 peserta yang dibagi menjadi 2 kelompok. Pada kelompok pertama terdiri 4 responden dengan kecemasan sedang dan kelompok kedua terdiri 26 responden dengan kecemasan berat. Kelompok intervensi mendapat terapi kecemasan dalam bermain mewarnai dilakukan intervensi selama 2 hari berturut-turut dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dan pengambilan sampel berdasarkan purposive sampling didapatkan hasil akhir terjadi penurunan tingkat kecemasan dari kecemasan berat menjadi kecemasan sedang dengan uji statistik diperoleh nilai $p=0.000 < 0.05$.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan study kasus pendekatan deskriptif untuk menggambarkan atau menjelaskan suatu fenomena atau karakteristik tertentu dengan cara mengumpulkan data yang relevan dan menganalisis secara sistematis.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di RS Labuang Baji Makassar ruangan Baji Minasa Lantai 3 selama 2 hari mulai tanggal 01-02 Juli 2023.

Sampel

Subyek penelitian yang digunakan adalah 2 orang anak yang sudah mengalami kecemasan pada saat dirumah sakit dengan: Kriteria Inklusi Anak usia 3-6 tahun; mengalami cemas akibat hospitalisasi dan bersedia menjadi responden serta kooperatif.

Instrumen dan Pengumpulan Data

Instrumen yang akan di gunakan dalam studi kasus ini adalah alat ukur skala HARS atau *Hamilton Anxiety Rating* terdiri dari 62 pertanyaan.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel.

HASIL

Karakteristik Responden I

Nama : “An.A”
 Usia : 4 tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Pendidikan Terakhir : Belum sekolah
 Pekerjaan : Tidak ada

Tabel 1. Hasil Observasi Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi pada An. A

Hari/Tanggal	Waktu			Tingkat Kecemasan		
	Pretest	Posttest	Duration	Pretest	Posttest	Selisih
1 Juli 2023	16.30	17.00	30 menit	17 kategori ringan	11 kategori tidak cemas	6
2 Juli 2023	10.00	10.30	30 menit	20 kategori ringan	8 kategori tidak cemas	12
2 Juli 2023	15.00	15.30	30 menit	16 kategori ringan	8 kategori tidak cemas	8

Sumber: Data Sekunder, 2023

Karakteristik Responden II

Nama : “An.I”
 Usia : 4 tahun
 Jenis kelamin : Laki-laki
 Pendidikan terakhir : Belum sekolah
 Pekerjaan : Tidak ada

Tabel 2. Hasil Observasi Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi pada An. I

Hari/Tanggal	Waktu			Tingkat Kecemasan		
	Pretest	Posttest	Duration	Pretest	Posttest	Selisih
1 Juli 2023	16.30	17.00	30 menit	19 kategori ringan	7 kategori tidak cemas	12
2 Juli 2023	10.00	10.30	30 menit	18 kategori ringan	7 kategori tidak cemas	11
2 Juli 2023	15.00	15.30	30 menit	20 kategori ringan	5 kategori tidak cemas	15

Sumber: Data Sekunder, 2023

DISKUSI

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan An “A” dan An “I” mengenai tentang perubahan tingkat kecemasan dalam perawatan metode terapi bermain mewarnai yang dilakukan selama 3 kali selama 2 hari mulai tanggal 1 juli 2023 sampai 2 juli 2023 ditemukan ada perbedaan pada kedua klien setelah melakukan terapi bermain mewarnai.

Pada responden An.A dan An.I yang di lakukan terapi terapi bermain mewarnai di ketahui bahwa pada hari ke-1 setelah di lakukannya terapi bermain mewarnai selama 30 menit tingkat kecemasan An.A menurun dari 17 mejadi 11 dengan selisih nilai kecemasan 6 ditemukan data klien sudah tidak merasa cemas, merasa tidak takut, tidak tegang, merasa sedikit lemah, dan tidur mulai teratur, maka dari itu An. A dikategorikan tidak cemas dan pada tingkat kecemasan An.I menurun dari 19 mejadi 11 dengan selisih nilai kecemasan 8 ditemukan data klien sudah tidak merasa cemas, merasa tidak takut, tidak tegang, merasa sedikit lemah, dan tidur mulai teratur, maka dari itu An. I dikategorikan tidak cemas. Pada hari ke-2 jam 10.00 tingkat kecemasan An.A menurun dari 20 menjadi 8 dengan selisih nilai kecemasan 12 ditemukan data klien sudah tidak merasa cemas, merasa tidak takut, tidak tegang, merasa sedikit lemah, dan tidur mulai teratur, maka dari itu An. A dikategorikan tidak cemas dan pada tingkat kecemasan pada An.I menurun dari 18 menjadi 7 dengan selisih nilai kecemasan 11 ditemukan data klien sudah tidak merasa cemas, merasa tidak takut, tidak tegang, merasa sedikit lemah, dan tidur mulai teratur, maka dari itu An. I dikategorikan tidak cemas.

Sedangkan pada jam 15.00 tingkat kecemasan An.A menurun dari 16 menjadi 8 dengan selisih 8 nilai kecemasan ditemukan data klien sudah tidak cemas, merasa tidak takut, tidak tegang, merasa tidak gelisah, kuat, senang, dan tidur sudah teratur, maka dari itu An. A dikategorikan tidak cemas dan tingkat kecemasan pada An.I menurun dari 16 menjadi 8 dengan selisih 8 nilai kecemasan ditemukan data klien sudah tidak cemas, merasa tidak takut, tidak tegang, merasa tidak gelisah, kuat, nyaman, bahagia, dan tidur sudah teratur, maka dari itu An. A dikategorikan tidak cemas.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebelum diberikan terapi bermain mewarnai kondisi responden masih mengalami kecemasan ringan dan setelah diberikan terapi bermain mewarnai, kondisi sebagian besar responden kecemasan turun hingga tidak cemas (Idris & Reza, 2018). Hasil studi kasus ini sejalan dengan penelitian sebelumnya mengemukakan bahwa penerapan terapi bermain mewarnai dengan kecemasan pada anak usia prasekolah yang sudah dilakukan dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi (Dihuma et al., 2023). Hasil serupa dengan hasil studi kasus lainnya mengemukakan bahwa bahwa ada pengaruh terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah yaitu terjadi penurunan tingkat kecemasan pada anak (Aryani & Zaly, 2021).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan terapi bermain mewarna dapat mengurangi atau menghilangkan kecemasan yang dialami pasien selama menjalani rawat inap. Saat pasien bermain, warna memenuhi pasien, menenangkan dan memicu keadaan santai, sehingga mengurangi sensasi cemas yang dialami dan dapat membantu pasien mengendalikan emosi yang dirasakannya.

Keterbatasan dalam studi kasus ini yaitu berhubungan dengan kondisi sakit dan tidak diperbolehkan secara langsung untuk melakukan penelitian di lokasi penelitian.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan studi kasus ini, penerapan terapi bermain mewarnai di Ruang Baji Minasa (perawatan anak) Di Rumah Sakit Labuang Baji Makassar yang telah dilakukan kepada pasien An. "A" dan An. "I" dalam 3 kali tindakan berturut-turut selama 2 hari dari tanggal 1 – 2 Juli 2023 masuk dalam kategori baik. Kecemasan hospitalisasi anak usia prasekolah pada pasien An. "A" dan An. "I" adalah tidak cemas setelah diberikan terapi bermain mewarnai. Maka penulis menyimpulkan adanya keterikatan penerapan terapi bermain mewarnai dengan kecemasan hospitalisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, M. E. I., Immawati, & Nurhayati, S. (2022). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(score 4), 220–226.
- Aryani, D., & Zaly, N. W. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 101. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.289>
- Aryani, D., Zaly, N. W., Tinggi, S., & Kesehatan, I. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah. 10(1), 101–108. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.289>
- Dihuma, M., Arniyanti, A., Sanghati, S., Tinggi, S., & Kesehatan, I. (2023). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Dengan Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Pendahuluan. 40–46.
- Gerungan, N., & Walelang, E. (2020). Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Dirawat Di RSUP.Prof DR.R.D.Kandou Manado. *Artikel Penelitian*, 6(2), 105–113.
- Hartini, S., & Winarsih, B. D. (2019). Perbedaan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Saat Hospitalisasi Sebelum Dan Setelah Dilakukan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Di Ruang Bogenvile RSU Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.31596/jcu.v8i1.304>

- Idris, M., & Reza, M. (2018). Efektifitas Terapi Bermain (Mewarnai) Terhadap Penurunan Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Di Ruang Melati RSUD Kota Bekasi. *Jurnal Afiat*, 4, 583–592.
- Kaban, A. R., Damanik, V. A., & Siahaan, C. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua Terhadap Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(3), 565–574.
- Musdalipa, Kanita, A., Kasmawati, & HM, S. H. (2019). Terapi Bermain Maggalenceng Sebagai Metode Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi. *Bimiki*, 7(5), 1–13.
- PPNI, T. P. S. D. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Dewan Pengurus PPNI.
- Pujiati, W., Saribu, H. J. D., Rahman, Z., & Khariroh, S. (2021). Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Melalui Terapi Bermain di RumKital Dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(6), 371–376. <https://doi.org/10.52436/1.jpni.73>
- Rianti, Sari, R. S., Gantini, N., & Fuadi, A. (2022). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Dirawat Inap RSUD Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 130–135. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i2.456>
- Rukmana, I., Rukmasari, E. A., & Maulana, I. (2022). Peran Orang Tua Dalam Meminimalkan Dampak Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah: Studi Literatur. *Malahayati Nursing Journal*, 4(5), 1250–1264. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i5.6199>
- Saribu, H. J. D., Pujiati, W., & Abdullah, E. (2021). Penerapan Atraumatic Care dengan Kecemasan Anak Pra-Sekolah Saat Proses Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 656–663. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.653>
- Silalahi, D. A., Deli, H., & Jumaini. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Perawat tentang Family Centered Care. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2), 48–61.
- Triani, S., Sartika, D., S, M. I., & Rizki, K. (2023). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Pada Anak Prasekolah Akibat Hospitalisasi di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kota Banda Aceh*. 9(2), 1636–1644.
- Wowiling, F. E., Ismanto, A. Y., & Babakal, A. (2014). Pengaruh Terapi Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan*, 2(2), 2. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jkp/article/view/5164/4680>