



Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah Di Ruang Melati RSUD Tugurejo Semarang

The Implementation Of Coloring Play Therapy For Anxiety Due To Hospitalization In Preschool Children In The Jasmine Room At Tugurejo Hospital, Semarang

Indah Kurnia Sari¹, Aida Rusmariana², Asri Budiarti³

¹ Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Kabupaten Pekalongan

² Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Kabupaten Pekalongan

³ RSUD Tugurejo Semarang, Kota Semarang

Corresponding author : sary37775@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan : Hospitalisasi terjadi karena anak berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan baru yaitu rumah sakit, dapat menyebabkan masalah yang menimbulkan adanya ketakutan dan kecemasan pada anak. Untuk mengurangi dampak kecemasan akibat hospitalisasi yang dialami anak dapat dilakukan terapi bermain mewarnai. Terapi mewarnai gambar merupakan permainan yang sesuai dengan prinsip rumah sakit dimana secara psikologis yang dapat membantu anak dalam mengespresikan perasaan cemas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penerapan terapi bermain mewarnai gambar untuk mengurangi kecemasan pada anak prasekolah akibat hospitalisasi. **Metode :** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus *Evidence Based Practice* (EBP) seperti PubMed, Portal Garuda serta Google Scholar. Menggunakan 1 responden yang diteliti dengan masalah keperawatan ansietas. Implementasi yang dilakukan yaitu tindakan terapi bermain mewarnai gambar dan dilakukan *pre-post test* tingkat kecemasan menggunakan skala *Face Image Scale* (FIS). Intervensi terapi bermain mewarnai gambar dilakukan selama 3 hari berturut-turut dalam waktu 30 menit. Peneliti mengamati adanya penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi. **Hasil :** Hasil dari penerapan terapi bermain mewarnai pada An.D yaitu terdapat penurunan tingkat kecemasan pada anak dengan menunjukkan skala kecemasan sebelum dilakukan terapi bermain mewarnai gambar didapatkan skor 3 dan setelah dilakukan terapi bermain mewarnai didapatkan skor 1. **Simpulan :** Penerapan terapi bermain mewarnai gambar yang dilakukan peneliti mampu menurunkan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia pra sekolah di RSUD Tugurejo Semarang.

Kata Kunci : Anak prasekolah; Hospitalisasi; Kecemasan; Mewarnai Gambar; Terapi Bermain

Abstract

Introduction : Hospitalization occurs because children are trying to adapt to the hospital as a new environment which can cause fear and anxiety in children. Coloring play therapy can be implemented to reduce the impact of anxiety due to hospitalization experienced by children. It is a game that psychologically can help children express their feelings of anxiety. This study aimed to describe the implementation of coloring pictures on preschool children's anxiety due to hospitalization. **Method :** This study used the Evidence-Based Practice (EBP) case study method such as PubMed, Garuda Portal, and Google Scholar. In this study, one respondent with anxiety was studied. The implementation was carried out by giving the playing therapy with coloring pictures and a pre-post test of anxiety levels using the Face Image Scale (FIS). Coloring picture play therapy intervention was carried out for 3 days within 30 minutes. The researcher found a decrease in anxiety levels after the therapy. **Results :** The results of the implementation of coloring play therapy on An.D showed that there was a decrease in the anxiety level of the child. The score of anxiety before the coloring game therapy was 3. After the coloring-playing therapy, the score decreased to 1. **Conclusion :** The implementation of the coloring play therapy carried out by the researcher was able to reduce anxiety due to hospitalization in pre-school-aged children at Tugurejo Hospital, Semarang.

Keywords: Preschool children, Hospitalization, Anxiety, Coloring Pictures, Play Therapy



PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan dimana anak mengalami masalah pada kesehatannya yang mengharuskan anak tersebut tinggal dirumah sakit untuk menjalani perawatan dan terapi (Oktiawati et al., 2017). Hospitalisasi sering terjadi dikarenakan anak berusaha beradaptasi dengan rumah sakit, dapat menyebabkan masalah sehingga menimbulkan adanya rasa takut dan cemas karena perubahan fisiologis dan psikologis. Penyakit dan hospitalisasi menjadi krisis yang harus dihadapi oleh anak selama dirawat di rumah sakit. Anak – anak sangat rentan terjadi hospitalisasi karena adanya perubahan dari keadaan sehat dan rutinitas lingkungannya, sehingga menimbulkan stressor. Hal tersebut menyebabkan rasa tidak nyaman sehingga mengganggu proses perawatan (Saputro & Fazrin, 2017).

World Health Organization (WHO) tahun 2017 menyatakan bahwa Di Amerika Serikat, diperkirakan lebih dari 5 juta anak menjalani hospitalisasi dan 50% diantaranya mengalami kecemasan dan stress. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020 jumlah anak usia prasekolah yang menjalani rawat inap pada tahun 2020 dalam 1 tahun terakhir menurut karakteristik didapatkan data kelompok usia 0-4 tahun sebanyak 7,36%, usia 5-9 tahun sebanyak 3,14%, usia 10-14 tahun sebanyak 2,07%, Dari data tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa anak dengan usia lebih muda akan rentan mengalami sakit dan dirawat di rumah sakit, termasuk anak usia prasekolah (Profil Kesehatan Indonesia, 2021). Sedangkan di Jawa Tengah angka kesakitan anak umur 0-2 tahun sebesar 15,14%, umur 3-5 tahun sebesar 25,8%, umur 6-12 tahun sebanyak 13,91%. Apabila dihitung keseluruhan jumlah penduduk, angka kesakitan anak prasekolah yang paling tinggi yaitu 25,8%. Tingkat prevalensi anak yang dirawat di rumah sakit di wilayah Jawa Tengah mencapai 5,39% dalam satu tahun terakhir. (Profil kesehatan ibu dan anak 2020). Berdasarkan data dari RSUD Tugurejo di ruang Melati jumlah anak yang dirawat pada tahun 2022 yaitu berjumlah 1.666 anak, dan pada bulan Desember 2022 jumlah anak yang dirawat yaitu 150 anak.

Kecemasan pada anak prasekolah yang sakit, merupakan bentuk gangguan kebutuhan aman nyaman yaitu kebutuhan emosional anak yang tidak adekuat. Kecemasan pada anak harus segera mendapat penanganan untuk membantu proses penyembuhan anak yang dirawat dirumah sakit (Rahman et al., 2021). Untuk mengurangi dampak kecemasan akibat hospitalisasi yang dialami anak, salah satunya adalah terapi bermain mewarnai gambar. Terapi bermain mewarnai dapat dilakukan karena telah disesuaikan dengan kebutuhan dan perkembangan anak. Permainan ini tidak hanya memberikan rasa senang, tetapi juga membantu anak dalam mengekspresikan perasaan serta pikiran takut, tegang, cemas, sedih, nyeri yang akan membuat anak lebih kooperatif terhadap tindakan keparawatan yang diberikan, maka anak menjadi lebih nyaman sehingga dapat mengurangi lama rawat di rumah sakit dan dapat mempercepat proses penyembuhan. Berdasarkan penelitian dan teori diatas maka penulis tertarik untuk menyajikan studi kasus penerapan terapi bermain mewarnai terhadap kecemasan akibat hospitalisasi pada anak prasekolah di Ruang Melati RSUD Tugurejo Semarang.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus *Evidence Based Practice* (EBP) seperti PubMed, Portal Garuda serta Google Scholar. Menggunakan 1 responden yang diteliti dengan masalah keperawatan ansietas. Implementasi yang dilakukan yaitu tindakan terapi bermain mewarnai gambar dan dilakukan *pre-post test* tingkat kecemasan menggunakan skala *Face Image Scale* (FIS). Intervensi terapi bermain mewarnai gambar dilakukan selama 3 hari berturut-turut dalam waktu 30 menit. Peneliti mengamati adanya penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti mengelola satu pasien yaitu An. D dengan hasil pengkajian tingkat kecemasan yaitu skor tiga yang artinya terdapat kecemasan ringan. Berdasarkan hasil pengkajian pada An. D pada tanggal 20 Desember 2023 di ruang Melati RSUD Tugurejo Semarang yaitu Orang tua An.D mengatakan bahwa baru 2 hari dirawat di ruang melati RSUD Tugurejo Semarang, dengan data pengkajian bahwa orang tua pasien mengatakan An.D rewel, gelisah, takut, cemas dan kadang menangis jika didekati oleh perawat, skor skala FIS yaitu tiga yang menggambarkan adanya kecemasan sedang.

Dari pengkajian tersebut didapat data bahwa pasien mengalami kecemasan akibat hospitalisasi, perilaku yang timbul dari hospitalisasi seperti gelisah, rewel, cemas, menangis dan tegang, sehingga muncul masalah keperawatan yaitu ansietas. Untuk mengatasi masalah ansietas tersebut penulis melakukan rencana asuhan keperawatan atau intervensi keperawatan berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) yang akan diterapkan pada pasien tersebut yaitu dengan monitor tingkat kecemasan anak selama bermain, monitor respon anak terhadap terapi, identifikasi perasaan anak, ciptakan lingkungan yang nyaman dan aman, atur sesi bermain (terapi bermain mewarnai), sediakan peralatan bermain yang sesuai, lanjutkan sesi terapi bermain secara teratur untuk membangun kepercayaan, jelaskan tujuan bermain dengan orang tua, kolaborasi dengan orangtua pasien.

Hospitalisasi merupakan proses yang menyebabkan anak dirawat di rumah sakit, untuk menjalani perawatan hingga sembuh sampai pulang kembali ke rumah. (Amallia et al., 2018). Anak yang mengalami kecemasan akan menunjukkan gelisah, gugup, tegang, khawatir, waspada, merasa bersalah, serta menghindari. Hal ini sesuai dengan Saputro dan Fazrin (2017) yang menyatakan anak yang dirawat sering mengalami perubahan perilaku yaitu takut, rewel, gelisah, menangis, dan tegang. Anak usia prasekolah menganggap bahwa sakit adalah hal yang menakutkan dan tidak menyenangkan sehingga anak kehilangan lingkungan yang aman dan penuh kasih sayang. Dengan keadaan tersebut anak dapat berperilaku tidak kooperatif dengan meminta pulang dan tidak mau berinteraksi dengan orang lain yaitu perawat serta menolak pengobatan (Apriany, Oyoh & Maruf, 2018).

Kecemasan merupakan perasaan yang dialami pada saat anak berobat ke fasilitas pelayanan kesehatan (Rahman et al., 2021). Menurut Saputro & Fazrin (2017, h.6) Kecemasan dapat diakibatkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah usia, pengalaman terhadap sakit dan perawatan di rumah sakit, karakteristik saudara, jumlah anggota



keluarga dalam satu rumah, pola asuh keluarga dan persepsi anak terhadap sakit. Peran tenaga kesehatan dibutuhkan untuk meminimalkan kecemasan agar anak dapat berperilaku lebih kooperatif dan mudah beradaptasi selama masa pemulihan. Intervensi yang tepat untuk anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi adalah terapi bermain (Amallia, Oktaria, Oktafani, 2018). Terapi bermain merupakan suatu kegiatan menyenangkan dengan proses pelaksanaan yang telah disesuaikan prinsip terapi bermain anak di rumah sakit yaitu tidak bertentangan serta mengganggu pengobatan dan tidak membutuhkan energi juga sederhana (Aryani & Zaly, 2021). Mewarnai merupakan salah satu cara untuk berkomunikasi pada anak tanpa menggunakan kata-kata yang dapat memberikan rasa senang karena pada dasarnya anak usia pra sekolah sangat aktif dan imajinatif (Rahmanita et al., 2020).

Penelitian dilakukan 3 hari berturut-turut selama masa perawatan dengan memberikan intervensi berupa terapi bermain mewarnai, sebelum melakukan terapi bermain mewarnai penulis melakukan *pre test* berupa observasi tingkat kecemasan pasien menggunakan skala *Face Image Scale* (FIS). *Face Image Scale* dapat digunakan dalam pengukuran tingkat kecemasan anak. Setiap gambar wajah dapat menggambarkan intensitas kecemasan. Dengan keterangan skor 1 artinya tidak cemas, 2 artinya sedikit cemas, 3 artinya cemas sedang, 4 artinya cemas berat, 5 artinya sangat cemas (Fernanda et al., 2019). Peneliti menyediakan gambar diantaranya gambar hewan, angka, buah-buahan, serta kartun. Intervensi dilakukan ditempat tidur pasien, yang diberikan 1 kali diwaktu pagi hari selama 3 hari berturut-turut dalam waktu ± 30 menit. Kemudian peneliti menjelaskan cara mewarnai pada anak dengan memberikan pensil warna dan gambar, anak dipersilahkan untuk mewarnai. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriany et al., (2018) responden diberi kebebasan untuk memilih gambar sesuai keinginannya, yang sudah peneliti sediakan untuk dilakukan sebagai intervensi, gambar yang diberikan pun sesuai dengan usianya.

Berdasarkan hasil penerapan intervensi yang telah dilakukan pada pasien An.A di ruang 9 Melati RSUD Tugurejo Semarang yaitu dengan melakukan terapi bermain mewarnai gambar selama 3 hari perawatan, pada hari pertama tanggal 20 Desember 2022 didapatkan skor tingkat kecemasan dengan skala FIS yaitu nilai 3 artinya terdapat kecemasan sedang, lalu pada hari kedua tanggal 21 Desember 2022 skor tingkat kecemasan dengan skala FIS didapat nilai 2 yang berarti terdapat kecemasan ringan dan pada hari ketiga tanggal 22 Desember 2022 didapatkan skor kecemasan dengan skala FIS yaitu 1 yang artinya tidak ada kecemasan. Dengan dilakukannya terapi bermain mewarnai gambar pada anak dengan hospitalisasi menyebabkan adanya perubahan tingkat kecemasan. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi bermain mewarnai gambar dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Abdillah et al., (2022) dengan judul penelitian "Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun)" yang menyatakan adanya perubahan tingkat kecemasan setelah dilakukan terapi bermain mewarnai gambar, dengan hasil sebelum dilakukan terapi bermain mewarnai subyek 1 dengan skor 4, sedangkan subyek 2 dengan skor 2, Setelah dilakukan intervensi terdapat penurunan kecemasan dengan hasil subyek 1 dengan skor 2, dan subyek 2 dengan skor 4.



Permainan anak dirumah sakit tidak hanya memberi perasaan senang, tetapi membantu anak dalam berekspresi serta mengungkapkan rasa cemas, takut, sedih, sehingga membantu anak menjadi kooperatif terhadap tindakan keperawatan Melalui bermain anak akan mendapat kesenangan sehingga mampu menurunkan kecemasan pada anak dan akan mempengaruhi kesiapan anak untuk dilakukan tindakan keperawatan untuk kesembuhan anak (Novianty & Shahroh, 2020). Melalui terapi bermain mewarnai gambar mampu menurunkan rasa cemas pada anak selama perawatan dirumah sakit sehingga akan anak mempunyai coping positif yang akan membantu proses penyembuhan (Hurlock, 2011 dalam Rahman, et al, 2021).

KESIMPULAN

Bedasarkan hasil penelitian tersebut dapat dinyatakan bahwa anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi di ruang Melati RSUD Tugurejo Semarang adalah sebelum dilakukan terapi bermain mewarnai gambar memiliki skor kecemasan yaitu tiga menggambarkan kecemasan sedang. Namun setelah dilakukan intervensi mendapat skor satu yang artinya tidak ada kecemasan. Sehingga dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi bermain mewarnai gambar dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi di ruang Melati RSUD Tugurejo Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, M. E. I., Immawati, & Nurhayati, S. (2022). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun). *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2), 220–226.
- Amallia, A., Oktaria, D., & Oktafani. (2018). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah selama Masa Hospitalisasi. *Majority*, 7(2).
- Apriany, D., Oyoh, & Maruf, A. F. (2018). Perbedaan efektivitas terapi mewarnai dan bermain puzzle terhadap kecemasan anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi di rumah sakit umum daerah cibabat kota cimahi tahun 2018. *Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat (PINLITAMAS 1)*, 1(1), 110–121.
- Aryani, D., & Zaly, N. W. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar terhadap Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Prasekolah. *Jurnal Akademka Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 10(1), 101–108.
- Fernanda, R., A'yun, Q., & Purwati, D. E. (2019). Perbedaan Tingkat Kecemasan dan Facial Image scale (FIS) pada Anak yang Akan Menghadapi Tindakan Pencabutan dan Penumpatan Gigi di Puskesmas Depok Unit III. *Journal of Oral Health Care*, 7(2), 55–65.



- Herayeni, D. F., Immawati, & Nurhayati, S. (2022). PENERAPAN TERAPI MEWARNAI TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA ANAK PRASEKOLAH (3-6 TAHUN) YANG MENGALAMI HOSPITALISASI DI RSUD JEND. AHMAD YANI METR. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), 59–65.
- Mulyanti, S., & Kusmana, T. (2018). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas* 2, 2(1), 20–26.
- Novianty, T., & Shahroh, Y. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Ilmiah Wijaya*, 12(1), 130–140.
- Oktiawati, A., Khodijan, Setyaningrum, I., & Dei, R. C. (2017). *Teori dan Konsep Keperawatan Pediatrik*. Trans Info Media.
- Pratiwi, W., Immawati, & Nurhayati, S. (2022). Penerapan Terapi Bermain Puzzle Pada Anak Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 618–627.
- Rahman, Z., Fadhilah, U., & Afiqah. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah. *JURNAL KEPERAWATAN*, 11(1).
- Rahmanita, M. P., Triana, N., & Supardi. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Ruang Edelweis Rsud Dr. M. Yunus Bengkulu. *Jurnal Sains Kesehatan*, 27(2).
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). *Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit: Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit; Proses, Manfaat dan Pelaksanaannya*. Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES).
- SITEPU, K., GINTING, L. R. B., BULAN, R., SARMANA, & GINTING, S. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Kecemasan Pada Anak Prasekolah Dengan Hospitalisasi Di Rs Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)*, 3(2).