

Penerapan Terapi Bermain Mewarnai untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia 3-6 Tahun: Studi Kasus

¹Putri Irwanti Sari*, ²Reny Pordaningsih, ³Erwinsyah, ³Rifki Dwi Prasetya
¹Prodi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi
²Prodi Adminitrasi Rumah Sakit, STIKES Garuda Putih,
³Prodi D-III Keperawatan, STIKES Garuda Putih
**E-mail : putriirwantisari@unja.ac.id*

Abstrak

Kecemasan merupakan reaksi pertama yang muncul atau dirasakan oleh pasien dan keluarganya di saat pasien harus dirawat mendadak atau tanpa terencana begitu mulai masuk rumah sakit, kecemasan akan terus menyertai pasien dan keluarganya dalam setiap tindakan perawatan terhadap penyakit yang diderita pasien. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran penerapan terapi bermain mewarnai untuk menurunkan tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun di Ruang Kenari RS Tk III Dr Bratanata Jambi. Penelitian ini merupakan studi kasus dengan pendekatan deskriptif. Kecemasan pada anak usia 3-6 tahun yang berjumlah dua orang anak diobservasi selama 3 hari. Kecemasan diobservasi sebelum dan sesudah terapi bermain mewarnai diberikan. Setelah dilakukan penerapan terapi bermain mewarnai pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa terapi bermain mewarnai dapat menurunkan tingkat kecemasan anak yang di hospitalisasi. Terapi bermain mewarnai merupakan terapi bermain yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada anak yang dihospitalisasi.

Kata Kunci: *Terapi bermain mewarnai, Kecemasan, Hospitalisasi*

Abstract

Anxiety is the first reaction that appears or is felt by the patient and his family when the patient must be treated suddenly or unplanned as soon as he starts hospitalization, anxiety will continue to accompany the patient and his family in every treatment action against the patient's illness. The purpose of this study was to find out the description of the Application of Coloring Play Therapy to Reduce Hospitalization Anxiety Levels in Children Aged 3-6 Years in Kenari Room Rs Tk III Dr Bratata Jambi. This research was a case study with a descriptive approach. Anxiety in children aged 3-6 years, a total of two children, was observed for 3 days. Anxiety was observed before and after the coloring play therapy was given After the application of coloring play therapy in this study, it was found that coloring play therapy could reduce the anxiety level of children who were hospitalized. Conclusion: Coloring therapy is a therapy that can help reduce anxiety levels in hospitalized children.

Keywords: *Coloring play therapy, Anxiety, Hospitalization*

Pendahuluan

Hospitalisasi adalah suatu keadaan yang mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit untuk menjalani terapi dan perawatan di rumah sakit, serta merupakan suatu kondisi krisis pada anak sakit yang dirawat. Keadaan ini terjadi karena anak berusaha beradaptasi di lingkungan asing rumah sakit. Lingkungan perawatan rumah sakit yang dapat menimbulkan rasa takut dan kecemasan pada anak yang mengalami luka akibat tindakan keperawatan dan merupakan penyebab utama kecemasan pada anak usia prasekolah. Untuk mengurangi dampak hospitalisasi yang dialami anak selama perawatan anak, maka diperlukan suatu media yang dapat mengungkapkan rasa cemas salah satunya adalah terapi bermain yaitu mewarnai (Jannah & Kesuma Dewi, 2023). Terapi mewarnai gambar merupakan salah satu permainan yang sesuai dengan prinsip rumah sakit dimana secara psikologis permainan ini dapat membantu anak dalam mengekspresikan perasaan cemas, takut, sedih, tertekan dan emosi (Aryani & Zaly, 2021).

Cemas adalah suatu keadaan patologik yang ditandai oleh perasaan ketakutan disertai tanda somatik pertanda sistem saraf otonom yang hiperaktif. Dari rasa takut tersebut merupakan respon terhadap suatu penyebab anak yang hospitalisasi. Cemas berhubungan dengan ketakutan dan teror. Dampak jangka pendek dari kecemasan dan ketakutan anak yang tidak segera ditangani akan membuat anak melakukan penolakan terhadap tindakan perawatan dan

pengobatan sehingga, berpengaruh terhadap lamanya hari rawat (Aryani & Zaly, 2021).

Anak usia prasekolah merupakan anak yang berada dalam rentang usia 3-6 tahun yang memiliki karakteristik perkembangan fisik, motorik, bahasa, dan sosial yang berbeda dengan usia lainnya. Saat anak dihospitalisasi anak sering tidak kooperatif dalam perawatan dan pengobatan, anak menjadi sulit atau menolak untuk didekati oleh petugas apalagi berinteraksi dan mereka akan menunjukkan sikap marah, menolak makan, menangis, berteriak, bahkan berontak saat melihat perawat atau dokter datang menghampirinya (Novia & Arini, 2021)

Angka kejadian hospitalisasi pada anak dengan usia pra sekolah sebanyak 45% (WHO, 2015). Sedangkan di Indonesia, angka hospitalisasi ini mengalami peningkatan dari 2017 ke 2018 sebanyak 13% (Badan Pusat Statistik, 2018). WHO (2018) menyebutkan, angka kejadian stress pada anak yang mengalami hospitalisasi sekitar 3%-10% di Amerika Serikat, 3%7% di Jerman, dan 5%-10% di Kanada dan Selandia Baru (Hidayati et al., 2021)

Data rekam medik Rumah Sakit dr Bratanata Jambi diketahui jumlah pasien anak yang dirawat pada tahun 2019 berjumlah 3986 jiwa, pada tahun 2020 jumlah pasien anak yang dirawat berjumlah 1092 jiwa, sedangkan tahun 2021 jumlah pasien anak yang dirawat berjumlah 1180 jiwa (Rekam Medik RS dr Bratanata Jambi, 2022). Dari hasil survey awal di Ruang Kenari RS Tk III DR.Bratanata Jambi digunakan data sebanyak 5 orang anak yang

mengalami kecemasan hospitalisasi. Hasil observasi menemukan 3 dari 5 anak yang menangis terutama saat dilakukan tindakan perawatan. Selain menangis, pasien anak juga tidak mau berpisah dengan orangtua/walinya dan menghindar ketika akan dilakukan tindakan perawatan. Menurut (Wong, 2003) terdapat beberapa faktor yang dapat menimbulkan stress ketika anak hospitalisasi seperti lingkungan rumah sakit, berpisah dengan orang terdekat, kehilangan kendali dan cedera tubuh dan nyeri (Aryani & Zaly, 2021). Dampak dari hospitalisasi dan kecemasan yang dialami anak usia prasekolah beresiko dapat mengganggu tumbuh kembang anak dan proses penyembuhan pada anak (Novia & Arini, 2021)

Anak prasekolah yang mengalami kecemasan biasanya menarik diri, menangis, tidak mau berpisah dengan orang tua, tingkah laku protes serta lebih peka lagi dan pasif seperti menolak makan. Dampak jangka pendek dari kecemasan dan ketakutan yang tidak segera ditangani akan membuat anak melakukan penolakan terhadap tindakan perawatan dan pengobatan. Dalam keadaan krisis ini dapat membuat stressor baik anak maupun orang tua dan keluarga. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan adalah melalui kegiatan terapi bermain yaitu mewarnai (Aryani & Zaly, 2021).

Mewarnai merupakan salah satu permainan yang memberikan kesempatan anak untuk bebas berekspresi untuk menghindari rasa bosan atau jenuh. Salah satu permainan yang cocok dilakukan

untuk anak usia prasekolah yaitu mewarnai gambar, dimana anak mulai menyukai dan mengenal warna serta mengenal bentuk-bentuk benda di sekelilingnya. Mewarnai gambar merupakan salah satu terapi bermain yang dapat dilakukan pada anak usia pra sekolah. Mewarnai merupakan salah satu permainan yang memberikan kesempatan pada anak untuk bebas berekspresi dan sangat terapeutik (Novia & Arini, 2021)

Menurut haryeni dkk (2022) dengan melibatkan 2 subjek dengan usia 3-6 tahun yang di rawat dengan skor 5 pada anak pertama dan skor 8 pada anak kedua. Sesudah penerapan kecemasan pada kedua subjek mengalami penurunan yaitu pada anak pertama (skor 2) dan pada anak pertama sudah tidak mengalami kecemasan. Setelah di lakukan penerapan terapi bermain mewarnai menunjukkan pengurangan tingkat kecemasan dan tidak menunjukkan gejala apapun (Haryeni, dkk, 2022). Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan terapi bermain mewarnai pada anak usia 3-6 tahun terhadap penurunan kecemasan yang di hospitalisasi di Ruang Kenari RS TK III Dr.Bratanata Jambi.

Metode

Studi menggunakan pendekatan deskriptif dengan rancangan studi kasus untuk mengetahui bagaimana penerapan terapi bermain mewarnai untuk menurunkan tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun di Rumah Sakit Tk III Dr. Bratanata Jambi. Lama penelitian telah dilakukan selama 3 hari. Populasi

dalam penelitian ini adalah semua pasien anak yang dirawat di ruang Kenari Rumah Sakit TK III Dr. Bratanata Jambi. Adapun subyek studi kasusnya adalah dua sampel anak usia 3-6 tahun yang dirawat di ruang Kenari Rumah Sakit TK III Dr. Bratanata Jambi dengan kriteria inklusi: (1) usia 3-6 tahun; (2) mengalami kecemasan sedang-rendah (alat ukur kecemasan); (3) Orang tua bersedia untuk menjadi responden; (4) Anak dapat bermain mewarnai; (5) Bisa menggunakan alat mewarnai (6) Dirawat 3 hari dimulai dari penelitian; (7) Anak kooperatif. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini melakukan wawancara, observasi, *role model* pada orang tua anak, anak dan perawat ruangan dalam menentukan rencana keperawatan yang akan dilakukan. Mengumpulkan data dari lembar observasi, alat bantu mewarnai, lembar mewarnai, kamera untuk merekam atau mendokumentasikan kegiatan bermain.

Alat ukur kecemasan menggunakan *Facial Image Scale* (FIS) dan *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS). *Facial Image Scale* merupakan skala gambar wajah terdiri dari rangkaian lima gambar yang ditampilkan wajah sangat tidak senang hingga sangat senang. Untuk penelitian kali ini, peneliti melakukan observasi dengan mencocokkan ekspresi wajah responden. Skornya adalah direkam dengan memberikan nilai satu untuk wajah yang sangat bahagia (tidak cemas), nilai dua (cemas ringan), nilai 3 (cemas sedang) nilai 4 (cemas berat), dan nilai lima wajah yang sangat tidak

bahagia (sangat cemas) (Ghanashyam Prasad et al., 2020).

Instrumen *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS) terdiri dari 19 pernyataan yang akan dijawab oleh anak didampingi oleh orang tua responden. Masing-masing pernyataan dapat dinilai 0 (tidak pernah), 1 (jarang), 2 (kadang-kadang), 3 (sering) dan 4 (sangat sering). Total nilai jika ≤ 15 maka tidak ada kecemasan, 16-30 menunjukkan kecemasan ringan, nilai 31-45 menunjukkan kecemasan sedang dan $>$ dari 46 menunjukkan kecemasan berat.

Hasil

Data hasil penelitian menunjukkan bahwa pertama yang dirawat di ruang Kenari memiliki kecemasan sedang berdasarkan FIS sebelum terapi bermain mewarnai kecemasan sedang dengan score 3 dan SCAS dengan score 60. Hari kedua kembali melakukan observasi terhadap responden pertama (R1), namun tidak diukur tingkat kecemasannya dan kembali diberikan terapi bermain mewarnai, pada hari ketiga setelah dilakukan terapi bermain mewarnai kemudian kembali observasi dan kecemasan anak menurun dengan FIS skor 2 kecemasan ringan dan SCAS skor 35 kecemasan ringan.

Responden kedua (R2) yang diukur berdasarkan FIS sebelum terapi bermain mewarnai kecemasan sedang dengan skor 3 dan kecemasan berdasarkan SCAS kecemasan sedang dengan skor 53. Pada hari pertama anak tampak cemas setelah dilakukan pendekatan anak tampak riang kemudian diberikan terapi bermain

mewarnai tetapi anak agak kesulitan karena tangan kanannya agak sakit karena infus dan sedikit bengkak, R2 mewarnai sebagian menggunakan tangan kanan dan tangan kirinya. Hari kedua kembali diberikan terapi bermain mewarnai tetapi tangan R2 masih terasa sakit tetapi infus pada telah dilepas, walaupun tangan kanannya masih sakit R2 sangat antusias

dan bersemangat dalam terapi bermain mewarnai. Pada hari ketiga setelah dilakukan penerapan terapi bermain mewarnai kembali dilakukan observasi dan kecemasan anak menurun dengan FIS skor 2 kecemasan ringan dan SCAS skor 33 kecemasan ringan dan anak ingin tambah menggambar.

Tabel 1. Hasil Ukur Kecemasan Anak Hari ke 1-3

No	Responden	FIS Awal	FIS Akhir	SCAS Awal	SCAS Akhir
1.	R1	Sedang (3)	Ringan (2)	Skor 60	Skor 35
2.	R2	Sedang (3)	Ringan (2)	Skor 53	Skor 33

Pembahasan

Hasil observasi ekspresi kecemasan sebelum terapi mewarnai pada hari pertama pada anak pertama tampak rewel, ekspresi cemas, dan sangat takut pada orang baru yang belum dikenalnya. Kemudian pada anak kedua anak cemas tetapi mudah dekat dengan orang dan riang, anak kedua mengalami sakit di tangan kanannya karena infus yang terpasang agak sedikit bengkak.

Sebelum terapi mewarnai, kedua anak mengalami kecemasan yang sama yaitu sedang sebab anak mengalami krisis situasi, dan adaptasi terhadap lingkungan baru sehingga anak cenderung rewel dan selalu bergantung pada orang tua, disamping itu pengalaman saat di IGD membuat anak trauma dengan petugas kesehatan sehingga menolak semua intervensi. Oleh karena itu, peneliti melakukan terapi bermain mewarnai untuk menurunkan kecemasan pada anak tersebut, agar dapat membantu program intervensi bisa berjalan.

Bermain pada anak di rumah sakit menjadi media bagi anak untuk mengekspresikan perasaan tanpa kata-kata, dimana bermain mewarnai gambar membuat seseorang secara tidak sadar telah mengekspresikan rasa sedih, tertekan, stres dan membuat kembali merasa bahagia dan serta bertujuan untuk menghadapi ketakutan, kecemasan dan mengenal lingkungan perawatan (Aryani & Nedra, 2021).

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haryeni dkk (2022) menyatakan bahwa anak yang dirawat di rumah sakit cenderung mengalami kecemasan tetapi respon kecemasan turun setelah dilakukan terapi bermain mewarnai, kecemasan anak selama dirawat di rumah sakit dapat di lihat hari pertama dan kedua, biasanya pada hari berikutnya kecemasan berkurang, kondisi ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh dari terapi bermain mewarnai terhadap penurunan kecemasan pada

anak selama dirawat di rumah sakit (Haryeni dkk, 2022).

Penelitian selanjutnya menunjukkan tingkat kecemasan sebelum terapi bermain mewarnai yaitu berat sekali sebanyak 1 responden (3%), berat sebanyak 15 responden (50%), sedang sebanyak 13 responden (43%), ringan sebanyak 1 responden (3%), dengan nilai rata-rata 28,67. Kemudian setelah dilakukan terapi bermain mengalami penurunan kecemasan dengan kategori cemas berat sebanyak 1 responden (3%), sedang sebanyak 10 responden (33%), ringan sebanyak 18 responden (60%), tidak mengalami kecemasan sebanyak 1 responden (3%), dengan nilai rata-rata 20,1 (Marni et al., 2018)

Dari hasil studi kasus tentang tingkat kecemasan hospitalisasi anak usia pra sekolah (3-6 tahun) diperoleh hasil adanya perubahan respon kecemasan hospitalisasi pada klien sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain mewarnai gambar (Asmarawanti & Lustyawati, 2019).

Permainan merupakan suatu kreativitas yang dapat meningkatkan kemampuan anak dan dapat melepaskan perasaan marah, sedih, atau rasa cemas. Selain itu, permainan sesuai perkembangan anak dapat memperbaiki gangguan emosional dan mengatasi kondisi fisik anak. Ketakutan anak terhadap perlakuan muncul karena anak menganggap tindakan dan prosedurnya mengancam integritas tubuhnya. Hal ini menimbulkan reaksi agresif dengan marah, berontak, ekspresi verbal dengan mengucapkan kata-kata marah, tidak mau bekerja sama

dengan perawat dan ketergantungan pada orang tua (Sudirman et al., 2023)

Hasil analisis menunjukkan terjadi penurunan respon tingkat kecemasan setelah dilakukan terapi mewarnai. Keadaan ini menunjukkan bahwa ada pengaruh penurunan kecemasan pada anak setelah diberikan terapi bermain (mewarnai). Permainan yang terapeutik didasari oleh permainan bahwa bermain bagi anak merupakan aktivitas yang sehat dan diperlukan untuk kelangsungan tumbuh kembang anak dan memungkinkan untuk dapat menggali dan mengekspresikan perasaan dan pikiran anak, mengalihkan perasaan dan relaksasi. Dengan demikian, kegiatan bermain harus menjadi bagian integral dan pelayanan kesehatan anak di rumah sakit (Jannah & Kesuma Dewi, 2023)

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan tingkat kecemasan pada kedua subjek sebelum penerapan dan sesudah penerapan tingkat kecemasan pada kedua subjek mengalami penurunan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain mewarnai yang penulis lakukan mampu menurunkan tingkat kecemasan pada anak.

Daftar Pustaka

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>

- Asmarawanti, & Lustyawati, S. (2019). *Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Pra Sekolah (3-6 Tahun) (Study kasus pada an "S" dan "A" di RSUD. R. Syamsudin, SH Kota Sukabumi) 1 Asmarawanti, 2 Siska Lustyawati.* <https://doi.org/10.37150/jl.v3i1.216>
- Ghanashyam Prasad, M., Nasreen, A., Naga Radha Krishna, A., & Puja Devi, G. (2020). Novel Animated Visual Facial Anxiety/Pain Rating Scale-Its reliability and validity in assessing dental pain/anxiety in children. *Pediatric Dental Journal*, 30(2), 64–71. <https://doi.org/10.1016/j.pdj.2020.05.003>
- Hidayati, N. O., Sutisnu, A. A., & Nurhidayah, Ikeu. (2021). Efektivitas Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Yang Menjalani Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(1), 1–7.
- Jannah, M., & Kesuma Dewi, T. (2023). Penerapan Terapi Mewarnai Dan Origami Pada Anak Prasekolah Yang Mengalami Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di Ruang Anak Rsud Jenderal Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(3).
- Marni, Ambarwati, R., & Nindya Hapsari, F. (2018). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Keperawatan GSH*, 7(1).
- Novia, R., & Arini, L. (2021). *Efektivitas Terapi Bermain (Mewarnai) Terhadap Penurunan Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Dirawat Di Rumah Sakit Harapan Bunda Batam.*
- Sudirman, A. A., Modjo Dewi, & Aziz, R. A. (2023). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Efek Hospitalisasi Usia Pra Sekolah di Ruang Perawatan Anak RSUD Tani dan Nelayan Boalemo. In *JIG* (Vol. 1, Issue 2).