



Artikel Penelitian

Penerapan terapi bermain mewarnai gambar terhadap kecemasan hospitalisasi pada anak prasekolah di RSI Ibnu Sina Pekanbaru

Nur Hasna Gustika¹, Ika Permana Sari², Suci Amin³, Destria Efliani⁴

^{1,2,3,4} Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah, Indonesia

Informasi Artikel	Abstrak
<p>Riwayat Artikel: Submit: 20 April 2026 Accepted: 27 May 2026 Publish: 15 June 2026</p> <p>Kata Kunci: Hospitalisasi; kecemasan; mewarnai; prasekolah</p>	<p>Hospitalisasi yang dialami anak usia prasekolah menyebabkan terjadinya peningkatan kecemasan yang dikarenakan adanya tindakan medis yang menyebabkan trauma pada anak. Pemberian terapi bermain dengan mewarnai gambar dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialami anak akibat hospitalisasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak prasekolah di RSI Ibnu Sina Pekanbaru. Metode penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan desain quasi-experiment one group pre-test and post-test, yang dilaksanakan pada bulan Desember 2024 hingga Januari 2025. Sampel terdiri dari 15 anak usia 3–6 tahun yang dirawat di Ruang Ar-Rahmah RSI Ibnu Sina Pekanbaru, dengan penentuan sampel menggunakan rumus Lameshow. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner kecemasan hospitalisasi anak. Analisis data dilakukan menggunakan uji non-parametrik Marginal Homogeneity, dengan tahap pengolahan data meliputi cleaning, coding, scoring, dan entering. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Penelitian ini memperhatikan aspek etika berupa informed consent, anonymity, dan confidentiality. Hasil penelitian didapatkan proporsi kecemasan sebelum diberikan terapi bermain mewarnai gambar, sebagian besar anak mengalami kecemasan berat, yaitu 73,3% (11 anak). Setelah diberikan terapi bermain mewarnai gambar, kecemasan ringan menjadi yang terbanyak, dengan 60,0% (9 anak). Hasil uji statistik non-parametrik marginal homogeneity menunjukkan p-value 0,001 (<0,05), mengindikasikan adanya pengaruh signifikan antara tingkat kecemasan anak setelah diterapkannya terapi bermain mewarnai gambar. Saran untuk tempat penelitian, khususnya ruang perawatan anak di rumah sakit dapat lebih memperhatikan penerapan terapi yang bersifat non-farmakologis, seperti terapi bermain untuk mengurangi kecemasan anak.</p>

Corresponding author:

Nur Hasna Gustika | Email: nurhasnagustika@gmail.com

Jurnal Ilmu Keperawatan Anak, Vol 9 No 1, Juni 2026 | DOI: <https://doi.org/10.32584/1w3r3f03>

PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah dimulai pada usia 3-6 tahun, masa kanak-kanak yang dialami pada usia prasekolah cenderung lebih senang untuk berimajinasi dan percaya bahwa memiliki kekuatan, secara psikologis anak

usia prasekolah membutuhkan cinta dan kasih sayang yang lebih dari orang tua dan lingkungannya, serta membutuhkan rasa aman atau terbebas dari ancaman, pada masa ini anak usia prasekolah mengalami pertumbuhan yang berjalan dengan baik

dan akan terjadi peningkatan pertumbuhan serta perkembangan (Gerungan & Walelang, 2020). Bila pada tahap usia sebelumnya anak merasa cukup dengan lingkungan pergaulan dalam keluarga, maka anak usia prasekolah mulai merasakan adanya kebutuhan untuk memiliki teman bermain, serta memiliki aktivitas yang teratur di luar lingkungan rumah (M. B. Ginting, 2018).

Anak prasekolah berinteraksi dengan lingkungan sekitar diluar rumah yang membuat rasa keingintahuannya semakin meningkat terhadap sesuatu yang menyebabkan anak prasekolah mudah mengalami sakit (Konginan, 2019). Anak prasekolah seringkali mengalami masalah kesehatan akibat dari perilaku yang tidak sehat sehingga menyebabkan penyakit infeksi seperti demam, diare, ISPA dan lain-lain (SKI, 2023). Sistem kekebalan tubuh anak prasekolah yang berkembang membuat mereka lebih rentan terhadap penyakit dan membuat mereka lebih cepat sakit, yang menyebabkan mereka mengalami hospitalisasi (Al-Ihsan, et al., 2018).

Hospitalisasi adalah pengalaman anak saat menjalani suatu proses perawatan dan tinggal di rumah sakit karena alasan kesehatan atau keadaan darurat sampai anak pulang ke rumah kembali (Lufianti A, 2021). Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan hospitalisasi pada anak usia prasekolah sebanyak 45%. Hasil survey *United Nations Children's Fund* (UNICEF) didapatkan prevalensi anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi sebanyak 84% (WHO, 2021). Angka kesakitan anak di Indonesia berdasarkan data Kemenkes menunjukkan bahwa presentasi anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang dirawat di rumah sakit sebanyak 52% sedangkan anak usia sekolah (7-11 tahun) sebesar 47,62%.

Pada saat hospitalisasi anak akan merasakan cemas dan khawatir. Data dari WHO pada tahun 2020, prevalensi anak

yang menjalani hospitalisasi serta mengalami *anxiety* mencapai 49% atau 67.454.453 anak (Pitun & Budiati, 2020). Sedangkan menurut Mulyani (2020) setiap tahun anak yang mengalami hospitalisasi dan 57.322.454 anak menghadapi trauma berupa ketakutan dan kecemasan saat perawatan. Di Indonesia sendiri, sesuai dengan hasil Survei Ekonomi Nasional (SUSENAS) sekitar 35 dari 100 anak mengalami kecemasan saat menjalani perawatan di Rumah Sakit (Ramadhan & Imamah, 2023).

Anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi akan mengalami kecemasan yang berat sebagaimana hasil penelitian yang dipaparkan oleh A. Ginting et al., (2024) bahwa anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi 67,1% mengalami kecemasan berat, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi termasuk dalam kategori berat karena anak-anak merasa takut dengan suasana rumah sakit, takut ketika mereka menemui dokter dan perawat, menangis melihat jarum suntik, takut dengan perawatan yang diberikan, dan anak-anak selalu menangis ketika orang tuanya tidak ada di dekatnya,

Kecemasan tidak mudah diatasi karena faktor penyebabnya yang tidak spesifik (Wong, 2020). Kecemasan hospitalisasi pada anak terjadi karena anak beradaptasi dengan lingkungan yang baru yang mengganggu kenyamanan dan menimbulkan stressor. Hal ini disebabkan karena anak belum memahami mengapa ia harus dirawat, cemas karena adanya perubahan lingkungan, status kesehatan, kebiasaan sehari-hari dan keterbatasan mekanisme koping. Stres yang dialami anak selama hospitalisasi dapat menimbulkan dampak yang negatif. sehingga mengganggu perkembangan anak (Lufianti A, 2021).

Lamanya anak dirawat dirumah sakit menyebabkan peningkatan kecemasan ringan sampai dengan berat yang akan

mempengaruhi proses penyembuhan anak selama menjalani perawatan di rumah sakit (Setiyanto, 2019). Kecemasan pada saat hospitalisasi disebabkan karena anak belum memahami mengapa ia harus di rawat, cemas karena adanya perubahan lingkungan, status kesehatan, kebiasaan sehari-hari dan keterbatasan mekanisme koping (Setiyanto, 2019).

Kecemasan akibat hospitalisasi yang di jalani anak jika tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan peristiwa traumatis dan stress dalam iklim ketidakpastian bagi anak baik itu prosedur efektif yang telah direncanakan sebelumnya atau situasi darurat yang terjadi karena trauma (A. Ginting et al., 2024). Selain itu anak yang mengalami stress akibat hospitalisasi dapat menimbulkan gangguan perkembangan dan gangguan emosional juga menyebabkan munculnya perilaku maladaptif (Suari, 2019).

Stress yang dialami anak selama hospitalisasi dapat menimbulkan dampak yang negatif. sehingga mengganggu perkembangan anak (Lufianti A, 2021). Anak yang cemas akan mengalami kelelahan karena menangis terus, tidak mau berinteraksi dengan perawat, rewel, tidak mau berpisah dengan orang tua, merengek minta pulang terus, menolak makan, menolak perawatan dan pengobatan yang diberikan sehingga akan mempengaruhi lamanya hari pengobatan anak dan dapat memperparah kondisi penyakit anak (Sari et al., 2020).

Kecemasan pada anak tidak boleh dianggap remeh, karena berpotensi menghambat proses pemulihan kesehatan anak. Sangat penting untuk mengelola kecemasan pada anak-anak yang menjalani perawatan di rumah sakit (Suari, 2019). Beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak prasekolah selama hospitalisasi yaitu dengan bercerita, mendengarkan musik, menggambar,

bermain lego dan terapi bermain (D.Koller, 2019).

Bermain merupakan salah satu permainan yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kooperatif anak selama menjalani perawatan di rumah sakit (Mertajaya, 2021). Terapi bermain yang diberikan pada anak memiliki banyak manfaat bagi anak. Mewarnai gambar merupakan suatu kegiatan kreativitas, dimana anak akan memberikan beberapa goresan warna pada suatu bentuk atau gambar yang sesuai dengan keinginan anak, sehingga terciptalah sebuah kreasi seni (Aryani & Zaly, 2021). Terapi mewarnai gambar secara psikologis dapat membantu anak dalam mengekspresikan perasaan cemas, takut, sedih, tertekan dan emosi (Suari, 2019).

Mewarnai gambar memberikan dampak positif pada anak yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi yaitu, anak akan merasa rileks karena adanya aktivitas yang menghasilkan karya seni serta anak dapat mengenali gambar dan memilih warna yang cocok untuk diberikan pada gambar tersebut (Sudirjo & Alif, 2018). Terapi ini mampu mengalihkan perhatian anak terhadap tindakan atau perawatan yang akan diberikan oleh tim medis yang sifatnya dapat memberikan trauma pada anak (Reza & Idris, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Gerungan & Walelang (2020) menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari terapi bermain mewarnai gambar terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi dengan hasil uji statistik menggunakan rumus Wilcoxon test diperoleh nilai $p=0.000 < 0.05$. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Jannah & Dewi (2023) menyatakan bahwa terapi mewarnai dan origami pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) mampu menurunkan tingkat kecemasan anak.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Hendrita (2023) menyatakan bahwa pemberian terapi bermain dengan mewarnai gambar terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan yang dialami oleh anak usia pra sekolah yang mengalami hospitalisasi. Gambaran yang diperlihatkan oleh anak-anak yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi tersebut adalah anak merasa tidak nyaman dengan lingkungan rumah sakit, gelisah, menangis, serta anak tampak takut saat dilakukan pemeriksaan oleh perawat.

Hasil studi awal yang dilakukan di RSI Ibnu Sina Pekanbaru diperoleh bahwa rerata jumlah pasien anak prasekolah dalam 1 bulan terakhir yang menjalani hospitalisasi sebanyak 58 orang anak. Pengamatan yang dilakukan peneliti dari 26 orang anak yang dirawat dengan berbagai keluhan kesehatan yang dialami terdapat beberapa diantaranya mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Gambaran yang diperlihatkan oleh anak-anak yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi tersebut adalah anak merasa tidak nyaman dengan lingkungan rumah sakit, gelisah, menangis, dan anak tampak takut saat dilakukan pemeriksaan oleh perawat. Tindakan yang telah dilakukan selama ini oleh perawat untuk mengatasi kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi hanya menenangkan anak dengan mengikutsertakan orang tua dalam proses perawatan. Berdasarkan permasalahan diatas maka penting untuk dilakukan penelitian tentang penerapan terapi bermain mewarnai gambar terhadap kecemasan hospitalisasi pada anak prasekolah di RSI Ibnu Sina Pekanbaru.

METODE

Metode penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan desain quasi-experiment one group pre-test and post-test, yang dilaksanakan pada Desember 2024 hingga Januari 2025. Sampel terdiri dari 15 anak usia 3–6 tahun yang dirawat di Ruang Ar-Rahmah RSI Ibnu Sina Pekanbaru, dengan

penentuan sampel menggunakan rumus Lameshow. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner kecemasan hospitalisasi anak. Analisis data dilakukan menggunakan uji non-parametrik Marginal Homogeneity, dengan tahap pengolahan data meliputi cleaning, coding, scoring, dan entering. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Penelitian ini memperhatikan aspek etika berupa informed consent, anonymity, dan confidentiality.

HASIL

Tabel 1
Karakteristik Responden (n = 15)

Variabel	Mean	Median	Min-Max
Usia	2.93	4.00	1-4
		n	%
Jenis kelamin	Laki-laki	8	53.3
	Perempuan	7	46.7
Diagnosis	Demam	8	53.3
	Tifoid	1	6.7
	DHF	2	13.3
	Bronkitis	2	13.3
	Diare	2	13.3

Tabel 1 menunjukkan sebanyak 15 anak berpartisipasi dalam penelitian ini. Usia responden memiliki rata-rata 2,93 tahun, dengan median 4 tahun dan rentang usia 1–4 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah laki-laki (53,3%), sedangkan 46,7% adalah perempuan. Diagnosis terbanyak adalah demam (53,3%), diikuti oleh DHF (13,3%), bronkitis (13,3%), dan diare (13,3%), sementara tifoid merupakan diagnosis yang paling sedikit ditemukan (6,7%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Anak
Sebelum dan Sesudah Terapi Bermain (n = 15)

Tingkat kecemasan	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Kecemasan ringan	0	0.00	9	60.0
Kecemasan sedang	2	13.3	6	40.0
Kecemasan berat	11	73.3	0	0.00
Kecemasan sangat berat/panik	2	13.3	0	0.00
Total	15	100.0	15	100.0

Tabel 2 menunjukkan sebelum intervensi, sebagian besar responden mengalami kecemasan berat (73,3%), diikuti kecemasan sedang (13,3%) dan kecemasan sangat berat/panik (13,3%). Setelah intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan ringan (60,0%) dan kecemasan sedang (40,0%), tanpa ditemukan lagi responden dengan kecemasan berat maupun sangat berat/panik.

Tabel 3
Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak (n = 15)

	Post-test			<i>p</i> value
	Kecemasan ringan	Kecemasan sedang	Total	
Pre-test				
Kecemasan ringan	0	0	0	0.001
Kecemasan sedang	2	0	2	
Kecemasan berat	7	4	11	
Kecemasan sangat berat/panik	0	2	2	
Total	9	6	15	100.0

Tabel 3 menunjukkan bahwa setelah pemberian terapi bermain terjadi pergeseran tingkat kecemasan ke kategori yang lebih rendah. Sebagian besar anak yang sebelumnya mengalami kecemasan berat beralih menjadi kecemasan ringan (7 anak) dan kecemasan sedang (4 anak), sedangkan seluruh anak dengan kecemasan sangat berat/panik beralih menjadi kecemasan sedang. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terapi bermain berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan anak ($p = 0,001$).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa diketahui bahwa umur anak ditemukan bahwa mean (rata-rata) usia responden adalah 2.93 tahun, dengan median usia sebesar 4 tahun. Kelompok usia ini penting untuk diperhatikan, karena anak-anak prasekolah pada umumnya belum sepenuhnya

memahami atau dapat mengungkapkan perasaan mereka, termasuk kecemasan yang timbul saat dirawat di rumah sakit. Penelitian menemukan bahwa nilai median yang sebesar 4 tahun menunjukkan bahwa sebagian besar anak yang terlibat sudah memasuki tahap perkembangan yang lebih matang, dimana mereka mulai memiliki kesadaran terhadap perasaan dan lingkungan mereka, termasuk rasa takut atau cemas terhadap prosedur medis atau perawatan rumah sakit. Sehingga, usia ini sangat relevan dalam menilai tingkat kecemasan yang dialami anak-anak saat menjalani perawatan medis.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dari (Wowiling et al., 2014) menunjukkan umur anak responden yang sedang dirawat sebagian besar berumur 4 tahun yaitu 11 orang (36,7%). Selain itu penelitian Zakiah, (2020) mengatakan umur responden sebagian besar dalam rentang umur >59-60 bulan sebanyak 17 orang (56,7%). Kemudian penelitian dari Aryani & Zaly, (2021) menyatakan usia prasekolah dengan rentang < 3-4 tahun dengan presentasi hasil 44,6% yang paling banyak menjalani hospitalisasi dan dapat mengikuti kegiatan terapi bermain dengan mewarnai gambar.

Hasil penelitian Setiawati, E. (2019) mengatakan bahwa semakin muda usia anak kecemasan hospitalisasi akan semakin tinggi. Anak usia infant, toddler dan prasekolah lebih mungkin mengalami stress akibat perpisahan karena kemampuan kognitif anak yang terbatas untuk memahami hospitalisasi.

Mayoritas jenis kelamin responden pada penelitian ini adalah laki-laki yaitu sebanyak 8 anak (53.3%). Menurut Wowiling et al., (2014) dalam penelitiannya menunjukkan jenis kelamin anak responden yang sedang dirawat sebagian besar laki-laki yaitu 17 orang (56,7%), Meskipun jenis kelamin bukan faktor dominan terhadap munculnya kecemasan, tetapi ada penelitian yang mengatakan bahwa tingkat kecemasan yang

tinggi terjadi pada wanita dibanding laki-laki yaitu 2:1. Hasil penelitian dari Sari & Batubara, (2017) dapat diketahui bahwa anak yang hospitalisasi paling banyak dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 40 responden (45%). Penelitian Aryani & Zaly, (2021) menyatakan kecemasan yang paling banyak terjadi pada laki-laki dibanding perempuan, dengan persentase bahwa 54,3% anak dengan jenis kelamin laki-laki.

Anak laki-laki memiliki tingkat resiko stress lebih tinggi karena pengaturan hormon stress yang berbeda dengan perempuan. Anak laki-laki menunjukkan protesnya terhadap sakit yang dialami seperti perilaku memberontak, tidak kooperatif saat dilakukan tindakan dan menangis. Berbeda dengan perempuan, anak perempuan cenderung diam dan menangis. Tingkat hormon dipengaruhi oleh banyak hal seperti penyakit, usia, dan latar belakang genetik, tetapi faktor eksternal juga harus diperhatikan. Faktor lain karena anak laki-laki lebih aktif bermain dibandingkan dengan perempuan sehingga saat sakit anak laki-laki merasakan dampak dirawat di rumah sakit dan menyebabkan kondisi stress pada anak laki-laki meningkat. Hormon pada anak perempuan juga memberikan sinyal pada hati untuk memproduksi lebih banyak kolesterol yang baik yang akan membuat pembuluh darah perempuan lebih elastis daripada pembuluh darah laki-laki. Hormon testosteron memicu produksi lipoprotein yang rendah berat jenisnya, yang dapat menyumbat pembuluh darah. Tingginya tingkat hormon stress menyebabkan cepatnya pembekuan darah pada laki-laki (Fahira, 2022).

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputro, H., & Fazrin, (2017) ketika anak yang menjalani hospitalisasi akan menyebabkan peningkatan kecemasan yang disebabkan adanya rasa takut baik dengan prosedur tindakan medis, lingkungan sekitar, dan suasana baru. Jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat stress hospitalisasi, dimana anak laki-laki yang

menjalani hospitalisasi memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibanding anak perempuan, walaupun ada beberapa yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan anak (Saputro, H., & Fazrin, 2017).

Diagnosa anak yang paling banyak pada penelitian ini yaitu diagnosa demam sebanyak 8 responden (53.3%). Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa diagnosa yang biasa muncul pada anak yang menjalani perawatan di rumah sakit adalah demam, sesak nafas, mual muntah, dan diare yang disebabkan oleh bakteri, dimana bakteri tersebut bisa saja menempel pada makanan ataupun pada benda yang digunakan pada saat bermain di lingkungannya, selain itu infeksi saluran pernafasan atas yang bisa terkena pada saat anak berada di lingkungannya ataupun mengalami kelainan kongenital (Boyoh, 2018)

Gejala klinis demam pada anak biasanya lebih ringan jika dibandingkan dengan penderita dewasa. Karena respon alami tubuh terhadap berbagai kondisi yang mempengaruhi kesehatan anak seperti ketika tubuh anak terinfeksi virus atau bakteri, sistem kekebalan tubuhnya merespons dengan meningkatkan suhu tubuh untuk membantu melawan pathogen, sistem imun anak-anak masih dalam tahap perkembangan dan belum sekuat orang dewasa dan anak-anak sering berinteraksi dengan lingkungan sosial yang meningkatkan kemungkinan mereka terpapar penyakit menular seperti flu, pilek, atau infeksi saluran pernapasan yang menyebabkan mereka demam (Cipto et al., 2016)

Asumsi yang didapat bahwa dalam hasil penelitian pasien anak dapat menimbulkan kecemasan dan stress pada semua tingkatan usia. Bagi anak usia prasekolah, mereka memandang hospitalisasi sebagai sebuah pengalaman yang menakutkan. Anak akan

menunjukkan berbagai perilaku sebagai reaksi terhadap pengalaman hospitalisasi. Reaksi anak terhadap hospitalisasi bersifat individual, dan sangat bergantung pada tahapan usia perkembangan anak, jenis kelamin, pengalaman sebelumnya terhadap sakit dengan berbagai macam diagnosa, sistem pendukung yang tersedia, dan kemampuan coping yang dimilikinya.

Hasil penelitian diperoleh hasil bahwa bahwa sebelum dilakukan intervensi, tingkat kecemasan anak-anak berada pada kategori kecemasan berat sebanyak 73.3%, yang berarti mayoritas anak-anak yang terlibat dalam penelitian ini mengalami kecemasan yang sangat tinggi saat menjalani perawatan medis di rumah sakit.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Boyoh, (2018) menunjukan bahwa tingkat kecemasan sebelum melakukan terapi bermain mewarnai gambar adalah 3,20 dengan standar deviasi 0,775 dan masuk ke dalam kategori kecemasan berat. Sejalan dengan penelitian Novianty dan Shahroh (2020) menunjukan bahwa dari 20 responden, didapatkan tingkat kecemasan berat sebelum diberikan terapi bermain mewarnai gambar.

Kemudian penelitian dari (Aryani & Zaly, 2021) menyatakan bahwa sebelum dilakukan terapi bermain mewarnai gambar menunjukkan bahwa responden di paviliun anak di RSPAD hampir mengalami kecemasan berat sebanyak 29 anak (82.9 %) dimana terdapat beberapa faktor yang dapat menimbulkan stres ketika anak mengalami hospitalisasi seperti lingkungan rumah sakit, berpisah dengan orang terdekat, kehilangan kendali dan cedera tubuh dan nyeri.

Pada penelitian ini hal-hal yang membuat cemas responden antara lain adalah anak merasa tidak nyaman dengan lingkungannya, mengalami keterbatasan aktivitas seperti biasanya, takut terhadap tindakan medis yang akan dijalani, takut

akan dilakukan penyuntikan ataupun pengambilan darah, mual, muntah, tidak nafsu makan, lemas dan pusing (Hakim & Aristawati, 2023)

Pengalaman hospitalisasi sebelumnya dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada anak, anak memiliki tingkat kecemasan yang berbeda yaitu ringan, sedang dan berat, maka dari itu tidak semua anak yang belum pernah menjalani hospitalisasi akan mengalami kecemasan berat karena semua tergantung dari penyesuaian mereka terhadap lingkungan barunya. Sedangkan pada anak yang sudah pernah menjalani hospitalisasi juga belum tentu tidak mengalami kecemasan dikarenakan bisa jadi rentang waktu hospitalisasi yang lama (Zakiah, 2020).

Peneliti berasumsi bahwa kecemasan yang terjadi pada anak selama hospitalisasi disebabkan oleh karena perpisahan dengan orang tua sehingga dapat memicu terjadinya kecemasan pada anak. Kecemasan dan stress pada anak yang dialami saat hospitalisasi dipengaruhi oleh beberapa faktor anatara lain dari petugas kesehatan, perawat, dokter, dan tenaga kesehatan lainnya. Kecemasan berat akibat hospitalisasi menimbulkan traumatis dan dapat merusak kepribadian individu dan dapat menghambat perkembangan tumbuh kembang anak tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi berupa terapi bermain mewarnai gambar, distribusi tingkat kecemasan responden mengalami perubahan yang sangat signifikan yang mana terlihat bahwa 60% responden mengalami kecemasan ringan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurjanah & Santoso, (2021) hasil pengukuran setelah diberikan intervensi didapatkan hasil 10 responden mengalami kecemasan ringan. Sama dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hendrita dan Bayuningsih (2023) setelah diberikan

intervensi mewarnai gambar terdapat 20 responden dengan persentase (52,7%) mengalami kecemasan ringan.

Hasil penelitian dari Purwati, (2023) menunjukkan bahwa kecemasan hospitalisasi pada anak prasekolah di Ruang Melati RSUD Kota Madiun sesudah diberikan terapi bermain mewarnai gambar sebagian besar mengalami kecemasan ringan yaitu sejumlah 15 anak (71,4%), cemas sedang sebanyak 6 anak (28,6%), dan tidak ada yang mengalami kecemasan berat ataupun panik dengan gambaran wajah rileks, lebih terbuka dan lebih kooperatif.

Pada penelitian lain mengatakan bahwa kecemasan yang dirasakan responden dapat diketahui dari beberapa tanda dan gejala, gejala yang sering terjadi adalah dengan adanya penyempitan bidang persepsi, kurang dapat melihat, mendengar dan memahami, dapat diarahkan untuk melakukan sesuatu, sedangkan kecemasan ringan pasien dapat mengalami ketegangan dalam kehidupan sehari-hari, adanya peningkatan kewaspadaan melalui penglihatan, pendengaran dan pemahaman (Supinganto, A. et al., 2021).

Kecemasan pada anak yang sedang dirawat bisa berkurang karena adanya dukungan orang tua yang selalu menemani anak selama dirawat, teman-teman anak yang berkunjung ke rumah sakit atau anak yang sudah membina hubungan yang baik dengan petugas kesehatan sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan. Selain itu, mengurangi kecemasan anak akibat hospitalisasi sangat diperlukan, karena selain membuat anak menjadi lebih kooperatif juga menunjang proses penyembuhan. Melalui terapi bermain mewarnai gambar dapat meminimalkan atau menurunkan kecemasan pada anak selama perawatan dan anak mempunyai koping yang positif sehingga akan membantu penyembuhan (Purwati, 2023).

Asumsi dari peneliti, melalui terapi bermain mewarnai gambar, anak mengekspresikan rasa sedih, tertekan, cemas, stres, dengan menciptakan gambaran-gambaran yang membuat kembali merasa bahagia. Melalui terapi bermain mewarnai gambar, emosi dan perasaan yang ada didalam diri bisa dikeluarkan, sehingga dapat menciptakan koping yang positif.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan tingkat kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi sebelum dan setelah pemberian terapi bermain mewarnai gambar yang menunjukkan hasil ($p = 0,001 < 0,05$) mengindikasikan bahwa hasil penelitian ini tidak terjadi secara kebetulan, melainkan disebabkan oleh pengaruh nyata dari terapi yang diberikan. Hasil ini mendukung hipotesis bahwa terapi bermain mewarnai gambar efektif dalam mengurangi kecemasan hospitalisasi pada anak prasekolah.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Zakiah, (2020) menunjukkan ada perubahan yang bermakna antara rata-rata skor kecemasan sebelum dan sesudah terapi bermain dengan keterlibatan orang tua. Dengan kata lain secara signifikan terapi bermain dengan keterlibatan orang tua dapat menurunkan kecemasan anak sebesar 11,39 dengan nilai p value sebesar 0,001 ($p < 0,05$).

Penelitian ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya oleh Nurjanah & Santoso, (2021) menunjukkan perbedaan signifikan tingkat kecemasan anak sebelum dan sesudah dilakukan play therapy coloring dimana setelah terapi bermain terjadi penurunan tingkat kecemasan anak. Kegiatan terapi bermain efektif untuk diterapkan sebagai salah satu metode intervensi dalam menurunkan tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi dengan p -value $0,000 < \alpha = 0,05$.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuniati dan Palembang, (2022), dimana jumlah responden sebanyak 30 responden dengan jenis penelitian pre-experimental design dengan rancangan penelitian one group pretest and posttest design. Uji statistik paired sample t-Test dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$), hasil p-value = 0,000 ($< 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi mewarnai gambar dengan pasir warna terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah 3-5 tahun.

Terapi bermain yang bertujuan mengekspresikan perasaan, keinginan dan fantasi serta ide-idenya. Pada saat sakit dan dirawat di rumah sakit, anak mengalami berbagai perasaan yang sangat menyenangkan. Anak yang belum dapat mengekspresikannya secara verbal. Disini peneliti menggunakan terapi bermain mewarnai gambar untuk menurunkan tingkat kecemasan anak prasekolah selama hospitalisasi. Menurut Purwati, (2023) mewarnai merupakan permainan melalui buku gambar untuk mengembangkan kreatifitas pada anak untuk mengurangi stress dan kecemasan serta meningkatkan komunikasi pada anak. Melalui mewarnai gambar, seorang dapat menuangkan simbolisasi tekanan atau kondisi traumatis yang dialaminya kedalam coretan dan pemilihan warna.

Secara psikologis menggambarkan bahwa individu dapat menyalurkan perasaan yang tersimpan dalam alam bawah sadarnya dan tidak dapat dimunculkan ke dalam realita melalui gambar. Melalui mewarnai gambar, seseorang secara tidak sadar telah meredam aktivitas amigdala yang memicu kecemasan,, yaitu mengekspresikan rasa sedih, tertekan, stres, menciptakan gambaran yang membuat kita kembali merasa bahagia, dan membangkitkan masa indah yang pernah kita alami bersama orang-orang yang kita cintai. Melalui aktivitas mewarnai gambar, emosi dan perasaan yang ada didalam diri bisa

dikeluarkan, sehingga dapat menciptakan koping yang positif. Koping positif ini ditandai dengan perilaku dan emosi yang positif. Keadaan tersebut akan membantu dalam mengurangi stress/cemas yang dialami anak (Velga Y. 2024).

Menurut asumsi peneliti bahwa terapi bermain mewarnai gambar merupakan salah satu proses penyembuhan dengan metode bermain yang digunakan pada anak yang mempunyai masalah kecemasan terutama anak usia prasekolah, karna terapi bermain mewarnai bertujuan mengubah tingkah laku anak yang tidak sesuai menjadi tingkah laku yang diharapkan. Hal ini ditunjukkan dengan perilaku anak yang tidak takut dengan tindakan yang dilakukan perawat, orang baru dan keramaian.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa dan pembahasan yang telah diuraikan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden diperoleh median usia anak adalah 4 tahun, sebanyak 53.3% responden berjenis kelamin laki-laki dan diagnosa yang paling umum ditemui pada responden adalah demam dengan persentase mencapai 53.3% berjumlah 8 orang.
2. Tingkat kecemasan anak hospitalisasi sebelum pemberian terapi bermain mewarnai gambar Paling banyak adalah 11 responden (73.3%) Sedangkan tingkat kecemasan anak setelah terapi bermain mewarnai gambar didapatkan hasil terbesarnya sebanyak 9 responden (60.0%).
3. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji non-parametrik marginal homogeneity, Terdapat pengaruh dari terapi bermain mewarnai gambar terhadap tingkat kecemasan hospitalisasi pada anak prasekolah ($p = 0,001$ $P < 0,05$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada orang tua responden, Direktur RSI Ibnu Sina Pekanbaru, dan seluruh perawat yang telah membantu pada proses penelitian.

REFERENSI

- Agus Supinganto, Chairunnisah, R., Andriani, H., Permana, Y. R., Arifin, N., Nazil, M., Saleh, B., & Firmansyah, M. (2021). *Hubungan Karakteristik Individu Dengan Kinerja Petugas Rekam Medis Pada Rumah Sakit Swasta Di Kota Mataram*. 5(4).
- Al-Ihsan, M., Santi, E., & Setyowati, A. (2018). Terapi Bermain Origami Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Hospitalisasi. *Dunia Keperawatan*, 6(1), 63. <https://doi.org/10.20527/Dk.V6i1.5086>
- 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>
- Boyoh, Debilly, E. M. (2018). Artikel Penelitian. *Jurnal Keperawatan*, 000(99), 479–486.
- Cipto, R. S., Bakry, B. A., & Tumbelaka, A. R. (2016). Etiologi Dan Karakteristik Demam Berkepanjangan Pada Anak Di Rs Dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta. *Sari Pediatry*, 10(2), 83–88.
- D.Koller. (2019). Variabeles Associated With Child's Ability To Cope With Hospitalization. *Child Life Bulletin Focus. Child Life Assesment*, 4, 1–6.
- Erna Setiawati, S. (2019). *Pengaruh Terapi Bermain Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Anak*. 2, 17–22.
- Fahira, A. M. (2022). Gambaran Kecemasan Efek Hospitalisasi Pada Anak Usia Sekolah Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. *Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang*, 66.
- Gerungan, N., & Walelang, Dan E. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di Rsup. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 6(2), 105–113. <https://doi.org/10.35974/jsk.V6i2.2404>
- Ginting, A., Sembiring, F., Selayang, M., & Utara, S. (2024). *Anxiety Of Preschool Children Undergoing Hospitalization*. 5(1), 9–14.
- Ginting, M. B. (2018). Membangun Pengetahuan Anak Usia Dini Melalui Permainan Konstruktif Berdasarkan Perspektif Teori Piaget. *Jurnal Caksana : Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(02). <https://doi.org/10.31326/jcpaud.V1i02.190>
- Hakim, M. A., & Aristawati, N. V. (2023). Mengukur Depresi, Kecemasan, Dan Stres Pada Kelompok Dewasa Awal Di Indonesia: Uji Validitas Dan Reliabilitas Konstruk DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(2), 232–250. <https://doi.org/10.24854/jpu553>
- Hendrita, N. (2023). *Pengaruh Pemberian Terapi Bermain: Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rs Rawalumbu*. 19(5), 1–23.
- Hendrita, N., & Bayuningsih, R. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Bermain : Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Pra Sekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rs Rawalumbu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 6(2), 66–73.