

Asuhan Keperawatan pada Anak Prasekolah dengan Kecemasan Akibat Hospitalisasi Melalui Terapi Mewarnai Media Gambar Di Ruang Anggrek RSUD Arifin Achmad Pekanbaru Provinsi Riau

Dina Muharrom¹, Gita Adelia², Yureya Nita³, Afrida Sriyani Harahap⁴

^{1,2,3,4}Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Email: dinamuharrom731@gmail.com¹

ABSTRAK

Kecemasan merupakan respon psikologis yang sering dialami anak usia prasekolah selama hospitalisasi akibat perubahan lingkungan, perpisahan dengan orang tua, dan tindakan medis invasif. Kondisi ini dapat menghambat proses penyembuhan dan menurunkan kerja sama anak selama perawatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi mewarnai media gambar dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah selama hospitalisasi. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan deskriptif terhadap dua anak usia 3–5 tahun yang mengalami kecemasan. Pengukuran kecemasan menggunakan Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSAS) sebelum dan sesudah intervensi. Terapi dilakukan selama dua hari dengan durasi ±15 menit per sesi. Hasil menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada kedua responden, ditandai dengan perubahan perilaku menjadi lebih tenang, rileks, dan kooperatif. Terapi mewarnai terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi.

Kata Kunci: Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi Mewarnai.

ABSTRACT

Anxiety is a psychological response often experienced by preschool children during hospitalization due to environmental changes, separation from parents, and invasive medical procedures. This condition can hinder the healing process and reduce children's cooperation during treatment. This study aims to determine the effectiveness of coloring therapy using picture media in reducing anxiety levels in preschool children during hospitalization. The method used was a case study with a descriptive approach in two children aged 3–5 years who experienced anxiety. Anxiety was measured using the Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS) before and after the intervention. Therapy was conducted over two days with a duration of approximately 15 minutes per session. The results showed a decrease in anxiety levels in both respondents, marked by changes in behavior to become calmer, more relaxed, and more cooperative. Coloring therapy has been proven effective as a non-pharmacological intervention in reducing children's anxiety during hospitalization.

Keywords: Hospitalization, Anxiety, Coloring Therapy.

PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan stres dan kecemasan pada anak, khususnya usia prasekolah. Lingkungan rumah sakit yang asing, perpisahan dengan orang tua, serta tindakan medis invasif menjadi faktor utama munculnya kecemasan. Anak sering menunjukkan respon seperti menangis, takut, gelisah, dan menolak tindakan keperawatan.

Kecemasan yang tidak ditangani dapat berdampak pada aspek fisik dan psikologis anak, seperti gangguan tidur, penurunan nafsu makan, hingga memperlambat proses penyembuhan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat dan sesuai tahap perkembangan anak.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif adalah terapi bermain, khususnya mewarnai gambar. Aktivitas ini membantu anak mengekspresikan emosi, mengalihkan perhatian dari rasa takut, serta meningkatkan rasa nyaman. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terapi mewarnai dapat menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan pada anak yang menjalani hospitalisasi.

TINJAUAN PUSTAKA

Hospitalisasi pada anak merupakan kondisi yang dapat memicu stres dan kecemasan akibat perubahan lingkungan dan prosedur medis. Anak usia prasekolah memiliki keterbatasan dalam memahami situasi sehingga lebih rentan mengalami kecemasan.

Terapi bermain merupakan pendekatan yang efektif dalam mengatasi kecemasan anak. Mewarnai sebagai bagian dari terapi bermain dapat membantu anak mengekspresikan emosi, meningkatkan relaksasi, serta mengalihkan perhatian dari rasa sakit atau takut.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi mewarnai secara signifikan menurunkan tingkat kecemasan anak selama hospitalisasi. Intervensi ini mudah dilakukan, aman, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak, sehingga direkomendasikan dalam praktik keperawatan berbasis evidence

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian adalah dua anak usia prasekolah (3–5 tahun) yang mengalami kecemasan selama hospitalisasi.

Pengumpulan data dilakukan melalui:

- Observasi perilaku anak
- Wawancara dengan orang tua
- Pengukuran kecemasan menggunakan ZSAS

Intervensi berupa terapi mewarnai media gambar dilakukan selama dua hari, satu kali per hari, dengan durasi ± 15 menit. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada kedua responden setelah diberikan terapi mewarnai.

- Responden 1: skor kecemasan menurun dari 8 (sedang) menjadi 4 (ringan)
- Responden 2: skor menurun dari 4 (ringan) menjadi 3 (sangat ringan)

Secara perilaku, anak tampak:

- Lebih tenang
- Tidak menangis
- Lebih kooperatif saat tindakan medis
- Tidak lagi takut terhadap perawat

Hal ini menunjukkan bahwa terapi mewarnai memberikan efek positif dalam mengurangi kecemasan anak selama hospitalisasi.

KESIMPULAN

Terapi mewarnai media gambar efektif sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah selama hospitalisasi. Intervensi ini mampu meningkatkan kenyamanan, mengurangi rasa takut, serta meningkatkan kerja sama anak selama perawatan. Oleh karena itu, terapi mewarnai dapat direkomendasikan sebagai bagian dari asuhan keperawatan anak di rumah sakit.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, F., Karamoozian, A., Lotfilou, M., Gholami, F., Shaterian, N., Niasar, A. A., Aghapour, E., & Jandaghian-Bidgoli, M. (2025). Effect of play therapy and storytelling on the anxiety level of hospitalized children: a randomized controlled trial. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 25(1).
<https://doi.org/10.1186/s12906-025-04767-4>
- Astuti, U., Hartono, H., & Sunawan, S. (2022). The Influence of Parental Attachment toward Early Childhood Children ' s Separation Anxiety. 9(5), 501–510.
- Ayu, B., & Maryatun. (2023). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Pada Anak Prasekolah Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), 14–25.
<https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i2.1671>
- Delvecchio, E., Salcuni, S., Lis, A., Germani, A., & Di Riso, D. (2021). Hospitalized Children: Anxiety, Coping Strategies, and Pretend Play. *Frontiers in Public Health*, 7(September), 1–8.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00250>
- Dunstan, D. A., & Scott, N. (2020). Norms for Zung's Self-rating Anxiety Scale. *BMC Psychiatry*, 20(1), 1–8.
<https://doi.org/10.1186/s12888-019-2427-6>
- Islamiyah, I., Dwi Novianti, A., & Anhusadar, L. (2024). Pengaruh Terapi Bermain Puzzel untuk Penurunan Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 87–98.
<https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.409>
- Jannah, M., & Dewi, T. K. (2023). Penerapan Terapi Mewarnai dan Origami Pada Anak Yang Mengalami Kecemasan Akibat Hospitalisasi di Ruang Anak Rumah Sakit Umum Daerah Jendral Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda Volume 3, Nomor 3, September 2023* ISSN : 2807-3469, 3(September), 424–431.
<https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/download/488/321>
- Jawiah, Rehana, Hasan, U., Dinata, M., Elviani, Y., & Amelia, J. (2023). Menurunkan Kecemasan Pada Anak Yang Dirawat Di Rumah Sakit Dengan Teknik Menggambar dan

- Mewarnai. Menurunkan Kecemasan Pada Anak Yang Dirawat Di Rumah Sakit Dengan Teknik Menggambar Dan Mewarnai, 5, 577–589.
- Julindah, A. D., Ahmad, S., Zainuddin, R., & Nurhayati. (2025). Implementasi Terapi Mewarnai Terhadap Penurunan Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Pra Sekolah Di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar. 3(1), 258–264.
- Li, W. H. C., Chung, J. O. K., Ho, K. Y., & Kwok, B. M. C. (2021). Play interventions to reduce anxiety and negative emotions in hospitalized children. *BMC Pediatrics*, 16(1), 1–9.
<https://doi.org/10.1186/s12887-016-0570-5>
- Marfuah, D., & Sofiah, D. D. (2021). Coloring Pictures as Play Therapy to Reduce Impact of Hospitalization among Children in Hospital. *KnE Life Sciences*, 2021, 770–777.
<https://doi.org/10.18502/cls.v6i1.8753>
- Meentken, M. G., van der Ende, J., del Canho, R., van Beynum, I. M., Aendekerk, E. W. C., Legerstee, J. S., Lindauer, R. J. L., Hillegers, M. H. J., Helbing, W. A., Moll, H. A., & Utens, E. M. W. J. (2021). Psychological outcomes after pediatric hospitalization: the role of trauma type. *Children's Health Care*, 50(3), 278–292.
<https://doi.org/10.1080/02739615.2021.1890077>
- Nurjanah, S., & Santoso, S. D. R. P. (2021). The Effectiveness of Play Therapy: Coloring Against Anxiety Reduction in Pre-School Children Who Experience Hospitalization. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(4), 657–662.
<https://doi.org/10.30604/jika.v6i4.817>
- Patantan, R. I., Romantika, I. W., Narmawan, N., & Andas, A. M. (2022). Hubungan Pengalaman dan Lama Rawat dengan Kecemasan pada Anak yang Menjalani Hospitalisasi di Ruang Rawat Inap RS Benyamin Guluh Kolaka. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 263–267.
<https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4520>
- Sapardi, V. S., & Andayani, R. P. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Pada Anak Pra Sekolah. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 34–40.
<https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.240>
- 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>

- Sudirman, A. A., Modjo, D., & Azis, R. A. (2023). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Efek Hospitalisasi. *Jig*, 1(2), 100–112.
- Wardani, N. R., Agustina, M., & Safitri, A. (2023). Pengaruh Terapi Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah Selama Hospitalisasi Di Ruang Jasmine Rs Yadika Kebayoran Jakarta Selatan Tahun 2022. *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*, 1(1), 01–18.
<https://doi.org/10.57213/tjghpsr.v2i1.144>
- Wisuda, A. C., Suraya, C., Oxyandi, M., Surahmat, R., Andika, M., Saputra, S., & Desvitasari, H. (2025). Determinants Of Anxiety In Hospitalized Preschool Children. *Journal of Nursing Science Research*, 2(2023), 37–50.
- Zakiah. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi pada Anak Prasekolah. 10(1), 39–47.