



## TERAPI BERMAIN MEWARNA GAMBAR UNTUK MENGATASI KECEMASAN AKIBAT HOSPITALISASI PADA ANAK DI RS HAJI MAKASSAR

Ruslan Hasani<sup>1\*</sup>, Kurniati<sup>2</sup>, Ningsih Jaya<sup>3</sup>, Simunati<sup>4</sup>, Erlina Kongkoli<sup>5</sup>, Junaidi<sup>6</sup>, Rahman<sup>7</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar

### Article Info

#### Article History:

Received 15 Agustus 2024

Revised 30 Oktober 2024

Accepted 31 Oktober 2024

#### Keywords:

Color therapy

Anxiety

Hospitalization

### ABSTRAK

Hospitalisasi anak di rumah sakit merupakan pengalaman buruk bagi anak dan keluarga. Perawatan di rumah sakit juga menyebabkan anak kehilangan kontrol terhadap dirinya. Orang tua dan anak dapat mengalami pengalaman yang sangat traumatik dan kecemasan selama masa hospitalisasi, yang dapat berdampak negatif pada anak. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan adalah melalui kegiatan terapi bermain. Bermain dapat dilakukan oleh anak yang sehat maupun sakit. Walaupun anak sedang mengalami sakit, tetapi kebutuhan akan bermain tetap ada. Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode bermain mewarnai. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di ruang perawatan anak Al-kautsar RS Haji Makassar pada tanggal 28 sd 30 Maret 2024 (3 hari) dengan pemberian terapi bermain mewarna gambar 3 kali durasi 30 menit dari jam 10.00 sd 10.30 wita. Jumlah peserta total empat orang yaitu dua orang anak (usia 4 dan 5 tahun) dan masing-masing orang tua/wali. Data yang dikumpulkan melalui wawancara dan observasi tingkat kecemasan. Instrumen untuk mengukur tingkat kecemasan adalah DASS 21. Analisis data menggunakan analisis deskriptif. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat sebelum mendapat pemberian program bermain kedua anak berada pada tingkat kecemasan berat. Setelah pemberian program bermain mewarnai tingkat kecemasan anak menurun. Pada responden 1 tingkat kecemasan menurun lebih cepat dari berat, sedang, dan normal. Sedangkan pada responden 2 tingkat kecemasan menurun dari berat, sedang, ringan, dan akhirnya normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kegiatan terapi bermain efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak saat hospitalisasi.

### ABSTRACT

*Hospitalization of children in the hospital is a bad experience for children and families. Hospitalization also causes children to lose control over themselves. Parents and children can experience very traumatic experiences and anxiety during hospitalization, which can have a negative impact on children. One effort that can be made to reduce anxiety is through play therapy activities. Playing can be done by healthy and sick children. Even though the child is sick, the need to play remains. This community service uses a play method. Community service activities were carried out in the Al-Kautsar children's ward of the Haji Makassar Hospital on March 28-30, 2024 (3 days) by providing a play program 3 times with a duration of 30 minutes. The number of participants was two children and each parent/guardian. Data collected through interviews and observations of anxiety levels. The instrument for measuring anxiety levels is DASS 21. Data analysis used descriptive analysis. The results of community service activities Before receiving the play program, both children were at a high level of anxiety. After being given the coloring play*

---

*program, the child's anxiety level decreased. In respondent 1, the anxiety level decreased faster than severe, moderate, and normal. While in respondent 2, the anxiety level decreased from severe, moderate, mild, and finally normal.*

---

*\*Corresponding Author: hasani.ruslan@gmail.com*

---

## PENDAHULUAN

Hospitalisasi adalah masuknya seseorang atau penderita ke dalam Rumah Sakit atau masa selama di Rumah Sakit. Hospitalisasi pada anak merupakan proses perawatan pada anak yang dilakukan di rumah sakit dan dapat berdampak munculnya trauma dan stress terhadap anak<sup>1</sup>. Pada usia prasekolah, anak-anak lebih rentan terhadap penyakit karena sistem kekebalan tubuhnya belum sempurna. Ini adalah masa yang sangat aktif di mana otot-otot mereka sedang berkembang dan mereka melakukan lebih banyak permainan. Anak harus dirawat di rumah sakit ketika mereka sakit, ketika anak sakit maka anak diharuskan untuk menjalani hospitalisasi<sup>2</sup>. Semakin tinggi kelompok umurnya, maka semakin rendah persentase rawat inap di rumah sakit<sup>3</sup>. Salah satu upaya yang dilakukan untuk menurunkan kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi yaitu dengan pemberian program bermain. Bermain adalah salah satu cara terbaik untuk berkomunikasi dengan anak-anak dan juga merupakan dasar pendidikan. Hubungan antara terapi bermain dan pengurangan kecemasan pada anak -anak karena rawat inap telah mendapatkan perhatian yang signifikan dalam penelitian terbaru. Rawat inap dapat menyebabkan kecemasan kritis pada anak-anak usia prasekolah, memerlukan intervensi yang efektif. Sebuah studi yang dilakukan oleh Islamiyah<sup>4</sup> menyoroti kemanjuran terapi bermain dalam mengurangi kecemasan di antara anak-anak prasekolah yang dirawat di rumah sakit, menunjukkan penurunan yang signifikan secara statistik dalam tingkat kecemasan pasca intervensi. Demikian pula, Tandilangan<sup>5</sup> melakukan tinjauan literatur yang menguatkan temuan ini, mengungkapkan bahwa terapi bermain berfungsi sebagai alternatif non-farmakologis yang layak untuk mengelola kecemasan selama rawat inap. Tinjauan mereka mencakup beberapa penelitian, menunjukkan hasil positif yang konsisten terkait dengan terapi bermain dalam mengurangi tingkat kecemasan di antara anak -anak yang menghadapi rawat inap. Selain itu, Organisasi Kesehatan Dunia (2015) melaporkan bahwa persentase substansial anak -anak mengalami rawat inap, menekankan perlunya strategi terapi yang efektif untuk mengurangi kecemasan terkait. Bukti kolektif menunjukkan bahwa terapi bermain tidak hanya memberikan dukungan emosional tetapi juga mendorong rasa normal dan keterlibatan untuk anak -anak selama masa tinggal mereka di rumah sakit. Dengan demikian, mengintegrasikan terapi bermain ke dalam perawatan anak dapat secara signifikan meningkatkan kesejahteraan psikologis anak-anak yang dirawat di rumah sakit, menjadikannya area penting untuk penelitian dan aplikasi lebih lanjut dalam pengaturan klinis. Pengabdian Masyarakat ini ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dan hasil dari pemberian terapi bermain mewarna gambar terhadap tingkat kecemasan akibat hospitalisasi pada anak. Berdasarkan uraian tersebut dan mengingat pentingnya penerapan terapi bermain mewarna gambar untuk menurunkan tingkat kecemasan, maka dari itu mendorong penulis untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Terapi Bermain Mewarna Gambar untuk Mengatasi Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak di RS Haji Makassar”

## METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode terapi bermain mewarna gambar buah-buahan dan binatang. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di ruang perawatan anak Al-kautsar RS Haji Makassar pada tanggal 28 sd 30 Maret 2024 (3 hari) dengan pemberian terapi bermain 3 kali durasi 30 menit dari jam 10.00 sd 10.30 wita. Jumlah peserta adalah dua orang anak anak (usia 4 dan 5 tahun) dan masing-masing orang tua/wali. Data yang dikumpulkan melalui wawancara dan observasi tingkat kecemasan. Instrumen untuk mengukur tingkat kecemasan adalah DASS 21. Analisis data menggunakan analisis deskriptif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil

**Tabel 1.** Karakteristik responden berdasarkan data demografi di RS Haji Makassar tanggal 28 Maret 2024

Identitas	Responden 1	Responden 2
Nama Anak	An. L	An. F
Umur	5 tahun	4 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Laki-laki
Alamat	Jl. Dg. Ngadde	Gowa
Nama Ibu	Ny. K	Ny. N
Usia	31 tahun	22 tahun

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa kedua responden adalah Anak usia prasekolah yang berjenis kelamin berbeda. Responden 1 berjenis kelamin perempuan dengan usia 5 tahun dan responden 2 berjenis kelamin laki-laki dengan usia 4 tahun.

**Tabel 2.** Tingkat Kecemasan responden sebelum dan setelah bermain mewarnai di RS Haji tanggal 28 sd 30 Maret 2024.

Responden	Tingkat kecemasan sebelum	Tingkat kecemasan sesudah (hari 1)	Tingkat kecemasan sesudah (hari 2)	Tingkat kecemasan sesudah (hari 3)
An. L	15 (berat)	11 (sedang)	6 (normal)	4 (normal)
An. F	15 (berat)	11 (sedang)	8 (ringan)	5 (normal)

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa kedua anak mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Sebelum mendapat pemberian terapi bermain mewarna gambar kedua anak berada pada tingkat kecemasan berat. Setelah pemberian program bermain mewarnai tingkat kecemasan anak menurun. Pada responden 1 tingkat kecemasan menurun lebih cepat dari berat, sedang, dan normal. Sedangkan pada responden 2 tingkat kecemasan menurun dari berat, sedang, ringan, dan akhirnya normal.



**Gambar 1.** Kegiatan Terapi Bermain Mewarna Gambar Hari Pertama pada Anak F dan Anak L



**Gambar 2.** Kegiatan Terapi Bermain Mewarna Gambar Hari Kedua pada Anak F dan Anak L



**Gambar 3.** Kegiatan Terapi Bermain Mewarna Gambar Hari Ketiga pada Anak F dan Anak L

## 2. Pembahasan

Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan menunjukkan bahwa anak yang dirawat di rumah sakit (hospitalisasi) mengalami kecemasan akibat dampak dari hospitalisasi tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian bahwa hospitalisasi adalah kondisi yang mengharuskan anak untuk mendapat perawatan di rumah sakit sehingga anak dihadapkan dengan suasana lingkungan yang berbeda dengan sebelumnya. Orang tua sangat tidak ingin merawat anak mereka di rumah sakit karena anak akan mudah menangis dan rewel sebagai efek dari hospitalisasi. Beberapa faktor, termasuk petugas kesehatan (seperti dokter, perawat, dan petugas kesehatan lainnya di rumah sakit), lingkungan baru, dan keluarga yang menemani anak saat mereka sembuh, memengaruhi kecemasan yang dialami anak akibat tinggal di rumah sakit<sup>6</sup>.

Pada kegiatan ini yang menjadi peserta adalah anak berusia 4 tahun dan 5 tahun yaitu berada pada rentang usia prasekolah. Pada usia prasekolah, anak-anak lebih rentan terhadap penyakit karena sistem kekebalan tubuhnya belum sempurna. Ini adalah masa yang sangat aktif di mana otot-otot mereka sedang berkembang dan mereka melakukan lebih banyak permainan. Anak harus dirawat di rumah sakit ketika mereka sakit, ketika anak sakit maka anak diharuskan untuk menjalani hospitalisasi<sup>1</sup>.

Akibat proses perawatan di rumah sakit anak akan berpisah dengan lingkungan rumah sehingga akan menimbulkan reaksi kecemasan seperti menangis, menolak makan, sering melontarkan pernyataan ingin pulang, dan tidak kooperatif terhadap aktivitas di rumah sakit<sup>7</sup>. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Dihuma<sup>1</sup> dimana responden dalam penelitian ini mengalami penurunan nafsu makan, sering mengatakan ingin pulang, dan menolak pemberian obat oral maupun injeksi. Hospitalisasi adalah masuknya seseorang atau penderita ke dalam Rumah Sakit atau masa selama di Rumah Sakit. Hospitalisasi pada anak merupakan proses perawatan pada anak yang dilakukan di rumah sakit dan dapat berdampak munculnya trauma dan stress terhadap anak<sup>1</sup>.

Kegiatan terapi bermain mewarna gambar anak selama menjalani perawatan di rumah sakit tidak terpenuhi seperti pada saat anak belum sakit sehingga anak akan merasa cemas karena tidak mampu mengelola emosi dan mengatasi konflik dalam dirinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Andi Akifah Sudirman<sup>8</sup> bahwa bermain adalah suatu bentuk penyesuaian diri manusia yang berguna untuk menolong anak menguasai kecemasan dan konflik yang dihadapi oleh anak. Bermain dalam konsep terapi bermain memiliki manfaat untuk memfasilitasi anak sehingga anak mampu beradaptasi dengan

lingkungan asing, membantu anak mengurangi perasaan cemas terhadap perpisahan, sebagai distraksi dan relaksasi<sup>8</sup>.

Salah satu cara terbaik untuk mengatasi kecemasan anak yang disebabkan karena tinggal di rumah sakit adalah melalui program bermain. Jenis program bermain yang cocok untuk anak usia prasekolah adalah program bermain mewarnai gambar<sup>9</sup>. Mewarnai gambar merupakan bentuk peluapan kreativitas seorang anak untuk memberikan beberapa goresan warna pada objek atau gambar<sup>8</sup>. Program bermain mewarnai pada anak-anak dapat membantu mengekspresikan perasaan mereka dan mencegah mereka bosan atau jenuh karena berada di rumah sakit. Bermain mewarnai juga dapat membantu anak-anak yang semula sedih dan takut kembali merasa Bahagia<sup>10</sup>. Terdapat perbedaan nyata antara sebelum dan sesudah pemberian terapi bermain mewarnai terhadap penurunan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah 3-6 tahun<sup>11</sup>.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan terapi bermain mewarna gambar menunjukkan bahwa kategori tingkat kecemasan anak sebelum terapi bermain mewarna gambar mengalami penurunan setelah pemberian terapi bermain mewarna gambar. Pemberian program bermain mewarnai gambar dapat menjadi alternatif untuk mengurangi tingkat kecemasan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya kegiatan pengabdian masyarakat ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur RS Haji Makassar yang telah memberikan izin pelaksanaan pengabdian masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Dihuma M, Arniyanti A, Sanghati S. Application of Coloring Play Therapy with Anxiety of Preschool Age Children. *J Ilm Kesehat Sandi Husada*. 2023;12(1):40–6.
2. Kartika AR, Winarsih BD, Hartini S. The Influence of Play Therapy With Coloring The Picture Toward The Anxiety At Preschool Children During Hospitalization. *Menara J Heal Sci [Internet]*. 2022;1(2):79–89. Available from: <https://jurnal.iakmikudus.org/article/view/9>
3. BPS. Profil statistik kesehatan 2023 [Internet]. Jakarta; 2023. Available from: <https://www.bps.go.id>
4. Islamiyah I, Dwi Novianti A, Anhusadar L. Pengaruh Terapi Bermain Puzzel untuk Penurunan Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah. *Murhum J Pendidik Anak Usia Dini [Internet]*. 2024 Feb 11;5(1):87–98. Available from: <https://murhum.ppjpaud.org/index.php/murhum/article/view/409>
5. A T. Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak pada Masa Hospitalisasi. *Malahayati Heal Student J*. 2023;3(1):261–9.
6. Fitroh Laeli, Irdawati YD. Penatalaksanaan Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah: a Case Study. In 2023. p. 11.
7. Andi Akifa Sudirman, Dewi Modjo RAA. Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Efek Hospitalisasi. *Jig*. 2023;1(2):100–12.
8. Chatimah C. Studi literatur: pengaruh terapi bermain mewarnai gambar dalam menurunkan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah [Internet]. Samarinda; 2021. Available from: [https://repository.unmul.ac.id/bitstream/handle/123456789/33593/Laporan TA a.n. Chusnul Ch..pdf?sequence=1](https://repository.unmul.ac.id/bitstream/handle/123456789/33593/Laporan%20TA%20a.n.%20Chusnul%20Ch..pdf?sequence=1)
9. Marfuah D, Sofiah DD. Coloring Pictures as Play Therapy to Reduce Impact of Hospitalization among Children in Hospital. *KnE Life Sci*. 2021;2021:770–7.
10. Novia R, Arini L. ektivitas Terapi Bermain (Mewarnai) Terhadap Penurunan Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Dirawat Di Rumah Sakit Harapan Bunda Batam. *Medihealth J Ilmu Kesehat Dan Sains*. 2021;1(1):41–52.
11. Yazia V, Suryani U. Pengaruh terapi mewarnai terhadap kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang rawat inap anak. *J Keperawatan [Internet]*. 2024;16(4):1381–92. Available from: <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/489/507>