

## **PLAY THERAPY COLORING UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN ANAK PRASEKOLAH YANG MENGALAMI HOSPITALISASI DI RSUD JOMBANG JAWA TIMUR**

**Suci Nurjanah<sup>1)</sup>, Shelfi Dwi Retnani Putri Santoso<sup>2)</sup>, Joko Prasetyo<sup>3)</sup>, Arif  
Wijaya<sup>4)</sup>, <sup>5)</sup> Asri Kusyani**

<sup>1</sup> Prodi D3 Keperawatan, Politeknik Negeri Indramayu, Jalan Lohbener Lama No.8  
Legok, Kecamatan Lohbener Kabupaten Indramayu Jawa Barat , 45252

<sup>2</sup> Prodi DIII Keperawatan Waikabubak, Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, Jalan  
Adhyaksa KM 3, Kelurahan Diratana Loli, Kabupaten Sumba Barat, NTT, 87214

<sup>3</sup> Magister Keperawatan, IIK Stada Indonesia, Jl. Manila No.37, Tosaren, Pesantren,  
Kota Kediri, Jawa Timur 64123

<sup>4</sup> Prodi Ners, STIKES Bahrul Ulum Jombang, JL KH. Wahab Chasbullah IV / JL.  
Merpati, Tambakberas, Tambak Rejo, Jombang, Jombang, Jawa Timur 61451

<sup>5</sup> Prodi S1 Keperawatan, STIKES Husada Jombang, Jl Veteran, Mancar Peterongan  
Jombang Jawa Timur 61481

E-mail: [Sucinurjanah@polindra.ac.id](mailto:Sucinurjanah@polindra.ac.id)

### **Abstrak**

*Hospitalisasi pada anak memiliki dampak jangka panjang dan dampak jangka pendek. dampak jangka pendek berupa ketakutan dan kecemasan sehingga bila tidak ditangani segera anak akan melakukan penolakan terhadap perawatan dan pengobatan yang akan diberikan, selain itu dampak jangka pendek yang mungkin muncul adalah susah tidur, menangis dan takut dengan tim kesehatan sehingga anak menolak tindakan perawatan yang diberikan kepada anak, hal ini akan berpengaruh terhadap lamanya hari rawat, memberat kondisi anak dan menyebabkan kematian. kecemasan akan menimbulkan respon fisiologis yakni perubahan sistim kardiovaskuler dan perubahan pola nafas yang terengah-engah. Ketakutan dan kecemasan merupakan gangguan terhadap terpenuhinya kebutuhan emosional anak, yang diperlukan penanganan sesegera mungkin karena berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan. Terapi bermain (Play therapy) merupakan salah satu metode non-farmakologis yang dapat menurunkan tingkat kecemasan anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengimplementasikan Play therapy sebagai intervensi untuk menurunkan tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi. Kegiatan ini diikuti oleh 20 anak yang dirawat inap di ruang srikandi RSUD Jombang pada bulan Juni-Juli 2021. Kegiatan Play therapy dengan memberikan gambar dan anak dibebaskan memilih gambar yang disukai untuk diwarnai. Sebelum dan setelah pemberian intervensi dilakukan pengukuran tingkat kecemasan anak dengan menggunakan Face Anxiety scale (FAS) dan data dianalisis dengan dengan uji statistik paired t-test dengan bantuan spss 16 dengan tingkat kemaknaan  $\alpha < 0,05$ . Hasil kegiatan 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 penurunan tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi.*

**Kata Kunci:** Hospitalisasi, play therapy, coloring, anak, prasekolah

### **Abstract**

*Hospitalization in children has both long-term impacts and short-term impacts. short-term impacts in the form of fear and anxiety so that if not treated immediately the child will refuse the treatment and treatment to be given, in addition to the short-term impacts that may appear are insomnia,*

*crying and fear with the health team so that the child refuses the treatment given to the child, this will affect the length of the treatment days, aggravating the condition of the child and causing death. Anxiety will cause a physiological response, namely changes in the cardiovascular system and changes in breathless patterns. Fear and anxiety are disorders of the fulfillment of the emotional needs of the child, which are necessary to be treated as soon as possible because they have an impact on growth and development. Play Therapy is one of the non-pharmacological methods that can reduce children's anxiety levels. This community service activity aims to implement Play Therapy as an intervention to reduce the level of anxiety of children who are experiencing hospitalization. This activity was attended by 20 children who were hospitalized in the srikandi room of Jombang Regional Hospital in June-July 2021. Play Therapy activities by providing pictures and children are free to choose the preferred image to color. Before and after the intervention, measurements of children's anxiety levels were carried out using the Face Anxiety scale (FAS) and the data were analyzed with a paired t-test statistical test with the help of spss 16 with a meaningfulness level of  $\alpha < 0.05$ . The results of the activity showed significant differences in children's anxiety levels before and after Play therapy. . Play therapy activities are effective to be applied as one of the intervention methods in reducing the anxiety level of hospitalized children.*

**Keywords:** Hospitalization, play therapy, coloring, child, preschool

## PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan krisis pada anak saat sakit dan dirawat di rumah sakit. Keadaan ini terjadi karena anak berusaha untuk beradaptasi dengan lingkungan asing dan baru yaitu rumah sakit, sehingga kondisi tersebut menjadi faktor stresor bagi anak dan keluarganya (Jitowiyo & Kristiyanasari, 2014). Penyakit dan hospitalisasi seringkali menjadi krisis pertama yang harus dihadapi anak-anak. Mereka sangat rentan terhadap krisis penyakit dan hospitalisasi karena stres akibat perubahan dari kesehatan sehat biasa dan lingkungan, dan keterbatasan jumlah mekanisme koping yang dimiliki anak dalam menyelesaikan stresor. Stresor utama dari hospitalisasi adalah cemas karena perpisahan, kehilangan kendali, cedera tubuh dan nyeri (Supartini, 2014).

Intervensi untuk penurunan kecemasan dan perubahan status fisiologis pada anak yang mengalami hospitalisasi adalah dengan memberikan *Play therapy*. Manfaat jangka panjang adalah *Play therapy* dapat membantu perkembangan respon perilaku positif untuk menggambarkan pengobatan (Suparto, 2002). *Play therapy* mewarnai dapat menurunkan kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi (Marni, 2018). Hasil penelitian Idris dan Reza tahun 2018 bermain mewarnai efektif dalam menurunkan kecemasan akibat hospitalisasi anak pra sekolah dengan P value 0,009.

RSUD Jombang merupakan rumah sakit tipe B di wilayah Jombang Jawa Timur yang banyak menerima kasus anak baik penyakit infeksi maupun non infeksi a keterisian tempat tidur yang cukup tinggi. Studi pendahuluan yang tim kami lakukan di ruang Srikandi Rumah sakit Daerah Jombang didapatkan bahwa 75% anak cenderung tidak kooperatif terhadap tindakan keperawatan ataupun medis yang akan dilakukan ditunjukkan dengan menangis, merintih, dan menolak kedatangan petugas yang akan melakukan tindakan yang berdampak pada perawatan tidak optimal sehingga memperlambat proses kesembuhan anak. Sedangkan terkait intervensi *play*

*therapy coloring* terhadap tingkat kecemasan dan nyeri sesudah tindakan operasi belum dilakukan secara koninyu karena hanya dilakukan pada saat ada mahasiswa yang sedang menjalankan praktik profesi pada ruangan tersebut. Oleh karena itu kami tim keperawatan anak tertarik untuk menerapkan *play therapy coloring* sebagai intervensi distraksi untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak yang menjalani Hospitalisasi Rumah sakit Umum Daerah Jombang Jawa Timur.

## METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di ruang Srikandi yang merupakan ruang perawatan untuk anak dengan melibatkan pasien anak yang mengalami hospitalisasi dengan kelompok usia Prasekolah. Peserta *play therapy coloring* dengan kriteria tidak dalam kondisi bed rest total, diizinkan oleh orang tua dan tidak sedang tidur saat kegiatan dilakukan.

Kegiatan *play therapy coloring* yang pertama yaitu *play therapy coloring* tunggal (*solitary play*) diperuntukkan bagi anak-anak dengan kondisi bisa melakukan mobilisasi maupun yang tidak bisa melakukan mobilisasi dari tempat tidur sehingga *play therapy coloring* dilakukan di tempat tidur masing-masing. Anak yang mampu melakukan mobilisasi *play therapy coloring* dilakukan di ruang bermain anak secara bersama-sama dengan anak lainnya. Anak yang tidak mampu melakukan mobilisasi dilakukan di atas tempat tidur pasien.

Tabel 1. Intervensi *Play therapy coloring* yang diterapkan pada pengabdian masyarakat

No	Tanggal	Play therapy	Bentuk Play therapy
1	Juni-Juli 2021	Permainan Tunggal	Coloring (Buah, Karakter, Transportasi, Binatang)

Kegiatan *play therapy coloring* dimulai dengan penjelasan tujuan dan prosedur *play therapy coloring* oleh tim pengabdian masyarakat. Selanjutnya dilakukan pengukuran tingkat Kecemasan anak oleh observer yang dilakukan 5 menit sebelum kegiatan dimulai. *Play therapy* dilakukan dengan cara tim pengabdian membagikan gambar, anak diminta untuk memilih gambar sesuai dengan minat anak, crayon, dan papan kenari. Kegiatan *Play therapy coloring* dilakukan selama 30 menit. Pada kegiatan ini tim pengabdian masyarakat memfasilitasi kegiatan bermain sesuai dengan gambar minat anak. Permainan dengan melibatkan keluarga. Setelah kegiatan *Play therapy coloring* selesai, dilakukan evaluasi tingkat Kecemasan anak dengan Face Anxiety Scale (FAS). FAS dengan klasifikasi berdasarkan ekspresi wajah skor 1 tidak cemas, skor 2 cemas ringan, skor 3 cemas sedang dan skor 4 cemas berat dan skor 5 cemas sangat berat (panik). FAS akan diisi oleh observer pada anak usia toddler dan prasekolah karena keterbatasan kemampuan berbicara, sedangkan pada anak usia sekolah bisa langsung dipilih oleh anak. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis dengan uji statistik *paired t-test* dengan bantuan spss 16 dengan tingkat kemaknaan  $\alpha < 0,05$ .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian melibatkan peserta sejumlah 20 anak yang menjalani perawatan di ruang srikandi di rumah sakit umum Daerah Jombang Jawa Timur.

Tabel 2. Data Karakteristik Responden

Karakteristik Responden		Jumlah Perusahaan	Prosentase (%)
Usia	4 tahun	11	55
	5 tahun	6	30
	6 tahun	3	15
		71	100
Jenis Kelamin	Laki-Laki	11	55
	Perempuan	9	45

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar 55% pada kelompok *Play therapy* berusia 4 tahun dan usia responden pada kelompok kontrol sebagian besar 30% usia 4 tahun. Hampir sebagian besar ada kelompok *Play therapy: Coloring* 55% berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 3. Rata-Rata Tingkat Kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan *Play therapy Coloring*

<i>Play therapy Coloring</i>	Mean	SD	Min-Mak	n	P Value
Sebelum	3,55	0.605	3-5	20	
Sesudah	1,60	0,598	1-3	20	0,000

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan pada tabel 3 didapatkan hasil bahwa P value = 0,000 <  $\alpha$  = 0,05 Hal ini bermakna bahwa ada pengaruh *Play therapy* : mewarnai terhadap kecemasan penurunan tingkat kecemasan anak pra sekolah yang mengalami hospitalisasi.

Hospitalisasi adalah keadaan krisis pada anak, saat anak sakit dan dirawat di rumah sakit, sehingga harus beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit (Wong, 2009). Selama proses tersebut, anak dapat mengalami hal yang tidak menyenangkan bagi dirinya, bisa ditunjukkan dengan anak tidak aktif, tidak komunikatif, merusak mainan atau makanan, mundur ke perilaku sebelumnya (misalnya mengompol, menghisap jari) dan perilaku regresi seperti ketergantungan dengan orang tua, menarik diri. Keadaan ini terjadi karena anak berusaha beradaptasi dengan lingkungan baru yaitu lingkungan rumah sakit sehingga kondisi tersebut menjadi faktor stressor bagi anak maupun orang tua dan keluarga yang bisa menimbulkan kecemasan.berbagai perasaan yang sering muncul pada anak yaitu rasa cemas, marah, sedih, takut, dan merasa bersalah (Hockenberry, 2011).

Kegiatan bermain pada anak mampu medistraksi rasa sakit saat permainan dan relaksasi melalui kegiatan permainan (Idris & Reza, 2018). *Play therapy* merwarnai merupakan permainan yang cocok untuk dilakukann pada anak usia pra sekolah karena anak menyukai kegiatan yang berhubungan dengan warna serta mengenal bentuk bena yang ada disekitarnya, merawani juga dapat memberikan kesempatan anak untuk berekspresi (Suryanti, 2011 dan Paat, 2010).

Aktifitas yang dilakukan anak melalui *play therapy coloring* dapat merangsang peningkatan aktifitas opioid endogen pada sistem saraf pusat dan perifer serta dapat mendorong euphoric state (keadaan menyenangkan). Manfaat ansiolitik (anticemas) dari aktifitas anak melalui *play therapy coloring* karena kegiatan ini menjadi distraksi dari stresor yang sedang dialami anak kecemasan). Selain itu *play therapy coloring* bisa menjadi sebuah periode “time out” atau istirahat anak dari aktifitas rutin setiap hari di rumah sakit.

Perawat memiliki peranan penting dalam manajemen nyeri dengan metode non-farmakologis setelah prosedur pembedahan (Yayan et al., 2020). Selain bermanfaat untuk anak dan orang tua, manajemen nyeri yang efektif juga bermanfaat untuk perawat karena dapat mempermudah aktifitas perawat dalam memberikan asuhan keperawatan karena anak akan lebih kooperatif bila dalam kondisi nyaman dan tidak stres. Pelaksanaan *play therapy coloring* di layanan rumah sakit harus memperhatikan fleksibilitas dan pengulangan dalam waktu pelaksanaannya. Selain itu dibutuhkan ekstra tenaga dan dukungan dari rumah sakit dalam mengimplementasikan kegiatan *play therapy coloring* di rumah sakit secara rutin. Sebagian besar rumah sakit di Australia, Amerika dan negara barat melibatkan hospital play specialists (HPS) yang memainkan peran penting dalam mempromosikan perawatan psikologis untuk anak- anak yang dirawat di rumah sakit melalui pemberian kegiatan bermain (William H.C. Li et al., 2016). Hasil dari kegiatan ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam pelaksanaan *play therapy coloring* yang disesuaikan dengan kondisi anak yang mudah diaplikasikan dan efektif dalam menurunkan nyeri dan kecemasan anak. Implementasi *play therapy coloring* sebagai metode menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi pada anak usia prasekolah.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat *Play therapy Coloring* di tempat tidur Pasien



Gambar 2. Kegiatan Pengabdian Masyarakat *Play therapy Coloring* di ruang bermain

## KESIMPULAN

Sebagian besar anak yang dirawat di ruang Srikandi rumah sakit umum daerah jombang berjenis kelamin perempuan. Hampir sebagian besar usia anak yang mengalami hospitalisasi yang dirawat di ruang srikandi rumah sakit umum daerah jombang adalah 4 tahun. Sebagian besar anak peserta kegiatan pengabdian masyarakat melakukan kegiatan *play therapy coloring* di ruang bermain anak. Pemberian *play therapy coloring* pada anak yang mengalami hospitalisasi efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak. Oleh karena itu kegiatan *play therapy Coloring* ini dapat dilakukan secara teratur di ruang Srikandi RSUD Jombang sebagai salah satu metode menurunkan tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi pada anak usia prasekolah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada peserta pengabdian masyarakat baik anak-anak yang dirawat ataupun orang tua pendamping, ruang Srikandi dan Rumah sakit Umum Daerah Jombang Jawa Timur yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk mengimplementasikan *Play therapy Coloring*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hockenberry, M., & Wilson, D. (2013). *Wong's essentials of pediatric nursing*. Elsevier.
- Idris & Reza (2018). Efektifitas terapi bermain (mewarnai) terhadap kecemasan akibat hospitalisasi tAkibat hospitalisasi pada anak pra sekolah (3-6 tahun) di ruang melati RSUD Bekasi. *Jurnal Afiat Kesehatan Jiwa*.
- Jitowiyono S, Kristiyanasari W. Asuhan keperawatan neonatus dan anak. Jakarta: Nuha Medika; 2010.
- Li, William H.C., Chung, J. O. K., Ho, K. Y., & Kwok, B. M. C. (2016). 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>
- Marni, M. R. (2018). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah. 7(1).
- Nurjanah, S., & Santoso, S. (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. doi:<https://doi.org/10.30604/jika.v6i4.817>.
- Paat, T.C (2010). *Analisis Pengaruh Terapi Bermain terhadap Prilaku Koopertaif pada anak uasi pra sekolah (3-6 tahun) selama menjalani perawatan di ruangan EsterRumah Sakit Umum Pancaran Kasih GMIM Manado*. Mando : Universitas Sam Ratulangi. Skripsi.
- Supartini. Buku ajar konsep dasar keperawatan anak. Jakarta. EGC.
- Suparto, H. (2002). Mewarnai gambar sebagai metode penyuluhan untuk anak. Buletin IKA.
- Suryanti, Sodikin& Yulistiani L . (2012).Pengaruh terpai bermain mewarnai dan origami terhadap tingkat kecemasan sebgai efek hospitalisasi pada anak uasia prasekolah di RSUD dr R Goetheng Taruna Dibrata Purbalingga. *Jurnal Kesehatan Samudra Ilmu*.
- Yayan, E. H., Zengin, M., Düken, M. E., & Suna Dağ, Y. (2020). Reducing Children's Pain and Parents' Anxiety in the Postoperative Period: A Therapeutic Model in Turkish Sample. *Journal of Pediatric Nursing*, 51(xxxx), e33–e38. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.07.004>.