

# Korelasi Pemberian Terapi Bermain Mewarnai Gambar terhadap Dampak Penurunan Stres Akibat Hospitalisasi pada Anak Usia Pra Sekolah

*Review of Evaluation Results of Children's Character Education in PAI Learning*

Asep Mulyana<sup>1</sup>, Septiandi Eka Darusman<sup>2</sup>, Deni Wahyudi<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Bhakti Kencana

\* Correspondence e-mail; asepmulyana@bku.ac.id

## Article history

Submitted: 2024/06/14; Revised: 2024/07/10; Accepted: 2024/08/15

## Abstract

Hospitalization is a critical condition in children, when children are sick and hospitalized as a threatening experience and become a stressor that can cause a crisis for children and families. Efforts to reduce the impact of children due to hospitalization experienced by children during the childcare period, a medium is needed that can express anxiety, one of which is coloring picture play therapy. The purpose of this study was to analyze the effect of providing coloring picture play therapy on reducing stress due to hospitalization in preschool children. This research method uses a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest design. One-group pre-post test design to obtain data on stress levels before and after the intervention. The number of samples in this study was 32 preschool children who met the inclusion criteria. The instrument used for data collection used a questionnaire, then the data was analyzed using a paired t-test. The results showed that the average stress in children due to hospitalization before the intervention was 21.09 points or included in the moderate category and after the intervention it became 13.13 or included in the moderate category. So, it is concluded that there is an effect of providing coloring picture play therapy on reducing stress due to hospitalization in preschool children with a p value of 0.000. Coloring picture play therapy can be effective in reducing stress in children due to hospitalization, therefore health workers can apply coloring picture play interventions to children who are hospitalized.

## Keywords

Anxiety; Drawing; Hospitalization; Preschool Children.



© 2024 by the authors. This is an open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY SA) license, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.

## **1. PENDAHULUAN**

Anak yang dilakukan hospitalisasi memiliki dampak kecemasan yang menyebabkan perubahan fisiologis dan psikologis, jika anak tidak mampu beradaptasi terhadap perubahan tersebut. Dampak jangka pendek dari kecemasan dan ketakutan yang tidak segera ditangani akan membuat anak melakukan penolakan terhadap tindakan perawatan dan pengobatan yang diberikan sehingga berpengaruh terhadap lamanya hari rawat, memperberat kondisi anak dan bahkan dapat menyebabkan kematian pada anak (Saputro, dan Fazrin, 2017).

Hasil pengamatan awal di RS SMC Tasikmalaya kepada 10 ibu yang mempunyai anak usia pra sekolah yang dilakukan hospitalisasi, semuanya merupakan anak yang baru pertama kali masuk ke rumah sakit. Kondisi saat dilakukan wawancara anaknya sudah membaik dengan kesadaran penuh, ibu mengatakan beberapa hari ke depan anaknya sudah mulai bisa pulang, namun sebanyak 7 ibu mengatakan anaknya rewel dan tidak bisa tidur, anak tampak gelisah dan tegang. Ibu juga mengatakan anaknya selalu ingin di dekap saat tidur. Anak sering buang air kecil, dan mencuci tangan berkali-kali, dan sering bermimpi buruk.

Upaya untuk mengurangi dampak anak dari hospitalisasi yang dialami anak selama perawatan, maka diperlukan suatu media yang dapat mengungkapkan rasa cemas salah satunya adalah dengan terapi bermain mewarnai gambar (Dayani, Budiarti, and Lestari, 2017). Terapi mewarnai gambar merupakan satu cara paling efektif untuk menurunkan stres pada anak dan penting untuk kesehatan mental dan emosional anak. Permainan pada anak yang di rawat inap di rumah sakit tidak hanya memberikan rasa senang pada anak tetapi juga membantu anak mengekspresikan perasaan, pikiran cemas, takut, sedih, tegang, dan nyeri (Deswita, 2017). 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 (Arifin dan Udiyani, 2019).

Penelitian Tanesi (2018) dalam penelitiannya menggunakan anslisis Wilcoxon signed rank testdidapatkan nilai p value nilai signifikan sebesar  $0,000 < \alpha = 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara terapi mewarnai gambar dengan penurunan tingkat kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi mewarnai gambar menjadi salah satu cara untuk menurunkan kecemasan.

Penelitian sebelumnya telah banyak membahas berbagai metode untuk mengurangi stres pada anak yang mengalami hospitalisasi, seperti penggunaan terapi

musik, terapi hewan, dan berbagai bentuk terapi bermain. Namun, kajian spesifik mengenai efek terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan stres pada anak usia prasekolah masih terbatas. Banyak penelitian lebih fokus pada intervensi yang lebih kompleks dan membutuhkan sumber daya yang lebih besar. Gap ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengeksplorasi metode yang lebih sederhana, efektif, dan mudah diterapkan di berbagai lingkungan rumah sakit. Novelty dari penelitian ini terletak pada fokus khusus terhadap anak usia prasekolah dan penerapan terapi bermain mewarnai gambar sebagai intervensi utama untuk mengurangi stres akibat hospitalisasi.

Studi ini bertujuan untuk mengkaji korelasi antara pemberian terapi bermain mewarnai gambar dengan penurunan tingkat stres pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Diharapkan bahwa hasil dari penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai manfaat dari intervensi sederhana ini dalam mendukung kesejahteraan psikologis anak selama masa perawatan di rumah sakit.

## 2. METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pemberian terapi bermain mewarnai gambar dan penurunan tingkat stres pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan rancangan penelitian Pretest-Posttest control grup. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2023 yaitu di RS SMC Tasikmalaya. Populasi dalam penelitian ini adalah anak yang dirawat inap di RS SMC Tasikmalaya periode Januari dengan sebanyak 244 orang. Sampel sebanyak 32 orang yang diperoleh menggunakan teknik consecutive sampling dan memenuhi kriteria penelitian.

Pengukuran variabel kecemasan menggunakan kuesioner yang diberikan langsung kepada responden. Kuesioner tersebut mengacu pada komponen HRS-A yang terdiri dari 16 pertanyaan yang sudah dibuat oleh peneliti berdasarkan kebutuhan. Masing-masing pertanyaan diberi penilaian angka (skore) antara 0-3, sehingga nilai yang diperoleh dari instrument tersebut dalam rentang 0-48. Setelah itu peneliti memberikan terapi bermain mewarnai gambar dengan alat yang sudah disediakan oleh peneliti. Permainan dilakukan selama 30 menit sambil didampingi oleh peneliti dan orang tua dan langkah terakhir memberikan kuesioner yang kedua (post test) yang dilakukan 24 jam setelah intervensi. Selanjutnya data diolah dan dianalisis menggunakan uji paired test.

### 3. TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Hospitalisasi sering menjadi pengalaman yang menegangkan dan menjadi stressor yang dapat memicu krisis bagi anak dan keluarganya. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengurangi dampak stres yang dialami anak selama perawatan di rumah sakit. Salah satu media yang digunakan adalah terapi mewarnai gambar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat stres pada anak sebelum diberikan intervensi adalah 21,09 poin, yang termasuk dalam kategori sedang. Setelah intervensi, rata-rata tingkat stres menurun menjadi 13,13 poin, yang juga termasuk dalam kategori sedang. Analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan stres pada anak usia pra-sekolah, dengan nilai p sebesar 0,000.

#### 1. Tingkat stress pada anak dampak hospitalisasi sebelum diberikan intervensi

Tabel 1 Tingkat stress pada anak dampak hospitalisasi sebelum diberikan intervensi

Tingkat Stres	Min-Maks	Mean	SD
Pre Test 14-28	21,09	3.514	

Data pada tabel 1 menunjukkan bahwa skor stress pada anak usia pra sekolah sebelum diberikan intervensi berupa terapi bermain mewarnai gambar paling rendah adalah 14 point dan paling tinggi adalah 28 point, rata-rata sebesar 21,09 point atau termasuk kategori sedang.

#### 2. Tingkat stress pada anak dampak hospitalisasi sesudah diberikan intervensi

Tabel 2 Tingkat stress pada anak dampak hospitalisasi sesudah diberikan intervensi

Tingkat Stres	Min-Maks	Mean	SD
Post Test 4-18	13,13	3.424	

Data pada tabel 2 menunjukkan bahwa skor stress pada anak usia pra sekolah setelah diberikan intervensi selama 1 hari, paling rendah adalah 4 point dan paling tinggi 18 point, rata-rata skor stress menurun menjadi 13,13 atau termasuk sedang.

#### 3. Pengaruh pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan stres dampak hospitalisasi pada anak.

Tabel 3 Pengaruh pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan stres dampak hospitalisasi pada anak usia pra sekolah

Mean Selisih T hitung		P value	
Pair 1	Pre_test	21.09	7.969
	Post_Test	13.13	14.614 .000

Data pada tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata skor stress pada responden sebelum diberikan intervensi sebesar 21,09 point (stress sedang), kemudian setelah diberikan intervensi sebesar 13,13 (stress sedang), sehingga ada penurunan skor stress sebesar 7,96 point. Hasil uji statistic menggunakan paired tes didapatkan p value 0,000, artinya terdapat pengaruh pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan stres dampak hospitalisasi pada anak usia pra sekolah di RS SMC Tasikmalaya.

1. Tingkat stress pada anak dampak hospitalisasi sebelum diberikan intervensi terapi bermain mewarnai gambar

Hasil penelitian didapatkan rata-rata skor stress pada anak usia pra sekolah sebelum diberikan intervensi berupa terapi bermain mewarnai gambar sebesar 21,09 point atau termasuk kategori sedang. Kemudian apabila secara keseluruhan dikategorikan maka reponden yang mangalami tingkat stress sedang sebanyak 26 orang (81,3%) dan yang mengalami stress berat sebanyak 6 orang (18,8%).

Hasil pada penelitian ini sesuai dengan temuan yang dikemukakan oleh Rudolph (2002) dalam Sukoati (2012) yang mengatakan bahwa, dalam tahap awal memasuki lingkungan rumah sakit anak masih perlu beradaptasi terhadap penyakit yang dideritanya serta lingkungan yang baru dan asing untuk menjalani aktivitas rutin bersama petugas rumah sakit, dan orang-orang sekitarnya. Anak juga mengalami nyeri karena penyakit atau tindakan perawatan selama pengobatan yang dijalani. Hal ini yang menyebabkan anak memiliki perilaku maladaptif yang cenderung tinggi pada anak yang baru pertama kali masuk rumah sakit.

2. Tingkat stress pada anak dampak hospitalisasi sesudah diberikan intervensi terapi bermain mewarnai gambar

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan rata-rata skor stress pada anak usia pra sekolah setelah diberikan intervensi selama 1 hari, rata-rata skor stress menurun menjadi 13,13 atau termasuk sedang. Apabila seluruhnya dikategorikan mangalami tingkat stress sedang sebanyak 21 orang (65,6%) dan yang mengalami stress ringan sebanyak 11 orang (34,4%).

Pemberian terapi mewarnai membuat anak dapat menghilangkan rasa stress yang ada akibat hospitalisasi dengan aktivitas melalui mewarnai gambar. Hal ini sesuai dengan mekanisme sublimasi, yaitu dengan jalan sumber ketegangan dengan

aktivitas lain yang dapat diterima. Sumber ketegangan telah dialihkan dengan aktivitas yang menimbulkan perasaan senang (Dayani, Budiarti, and Lestari, 2017)

Penelitian Agustin dalam Tanesi (2016) mengatakan bahwa dengan mewarnai dapat membantu proses perawatan anak tanpa menimbulkan rasa takut atau trauma pada anak, serta sesuai pada tahap tumbuh kembang anak dan tidak membutuhkan aktivitas fisik yang berlebihan.

### 3. Pengaruh pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan stres dampak hospitalisasi pada anak usia pra sekolah

Hasil penelitian didapatkan rata-rata skor stress pada responden sebelum diberikan intervensi sebesar 21,09 point (stress sedang), kemudian setelah diberikan intervensi sebesar 13,13 (stress sedang), sehingga ada penurunan skor stress sebesar 7,96 point. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi terapi mewarnai gambar efektif dalam menurunkan stress pada anak. Hal ini diperjelas dengan hasil uji statistic menggunakan paired tes didapatkan p value 0,000, artinya terdapat pengaruh pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan stres dampak hospitalisasi pada anak usia pra sekolah di RS SMC Tasikmalaya.

Hasil peneltian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Idris (2018) yang menemukan dari uji hipotesis didapatkan dengan menggunakan uji Paired T-test dengan nilai p value =  $0.009 < \alpha = 0.05$  (5%) dengan hitung sebesar 3.006 yang berarti tolak  $H_0$  dan Terima  $H_1$ . Terapi bermain (mewarnai) efektif terhadap penurunan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia pra sekolah (3-6 tahun) di ruang melati RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi.

Begitupun dengan Tanesi (2018) dalam penelitiannya menggunakan analisis Wilcoxon signed rank testdidapatkan nilai p value nilai signifikan sebesar  $0,000 < \alpha = 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara terapi mewarnai gambar dengan penurunan tingkat kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi mewarnai gambar menjadi salah satu cara untuk menurunkan kecemasan.

Hal serupa juga ditemukan pada pada penlitian Aryani (2021) Hasil uji t test diperoleh nilai p =0,000 jika  $\alpha = 0,05$  maka  $p < \alpha$  dan  $H_a$  diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi aktivitas bermain mewarnai gambar terhadap penurunan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah di Paviliun RSPAD Gatot Soebroto tahun 2019. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kegiatan terapi bermain sebagai salah satu intervensi untuk membantu menurunkan kecemasan khususnya anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara pemberian terapi bermain mewarnai gambar dan penurunan tingkat stres pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis bermain dapat efektif dalam mengurangi stres dan kecemasan pada anak-anak yang dirawat di rumah sakit. Namun, fokus khusus pada aktivitas mewarnai gambar sebagai bentuk terapi bermain memberikan wawasan baru yang belum banyak dieksplorasi dalam penelitian sebelumnya.

Secara teoritik, bermain memiliki peran penting dalam perkembangan emosional dan kognitif anak, terutama dalam konteks yang penuh tekanan seperti hospitalisasi. Menurut teori perkembangan psikososial Erik Erikson, bermain membantu anak-anak untuk mengatasi konflik internal dan ketidakpastian yang mereka hadapi dalam situasi baru atau menakutkan. Aktivitas mewarnai gambar, khususnya, memungkinkan anak-anak untuk mengekspresikan emosi mereka secara non-verbal dan memberikan mereka rasa kontrol dalam lingkungan yang mungkin terasa tidak terkontrol. Temuan penelitian ini mendukung teori tersebut dengan menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam aktivitas mewarnai cenderung menunjukkan penurunan signifikan dalam tingkat stres mereka, dibandingkan dengan anak-anak yang tidak menerima intervensi ini.

Ketika disandingkan dengan penelitian sebelumnya, hasil ini juga menunjukkan bahwa terapi bermain yang sederhana seperti mewarnai gambar dapat memiliki dampak yang setara atau bahkan lebih efektif dibandingkan intervensi yang lebih kompleks atau mahal. Penelitian ini memperkuat argumen bahwa intervensi non-farmakologis yang mudah diterapkan dapat secara signifikan meningkatkan kesejahteraan psikologis anak selama masa perawatan. Selain itu, hasil ini juga menekankan pentingnya pendekatan holistik dalam perawatan anak di rumah sakit, yang tidak hanya fokus pada aspek fisik tetapi juga pada kesejahteraan emosional dan mental anak.

Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi pada literatur yang ada dengan menyediakan bukti empiris tambahan mengenai manfaat terapi bermain dalam konteks hospitalisasi anak. Selain itu, penelitian ini juga membuka ruang untuk pengembangan intervensi serupa yang dapat diimplementasikan secara luas di berbagai fasilitas kesehatan, terutama di negara-negara dengan sumber daya terbatas.

#### 4. SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dapat disimpulkan bahwa: 1) Tingkat stress pada anak dampak hospitalisasi sebelum diberikan intervensi terapi bermain mewarnai gambar rata-rata sekor sebesar 21,09 pont atau termasuk kategori sedang. 2) Tingkat stress pada anak dampak hospitalisasi sesudah diberikan intervensi terapi bermain mewarnai gambar dengan rata-rata skor stress menurun menjadi 13,13 atau termasuk sedang. 3) Terdapat pengaruh pemberian terapi bermain mewarnai gambar terhadap penurunan stres dampak hospitalisasi pada anak usia pra sekolah di RS SMC Tasikmalaya dengan p value 0,000. Temuan ini mengonfirmasi teori dan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa bermain, termasuk aktivitas mewarnai, dapat menjadi alat efektif dalam membantu anak-anak mengatasi stres dalam situasi yang penuh tekanan seperti perawatan di rumah sakit. Dengan demikian, terapi bermain mewarnai gambar dapat dianggap sebagai intervensi yang praktis dan efektif dalam mendukung kesejahteraan psikologis anak selama hospitalisasi, memberikan mereka cara yang aman dan menyenangkan untuk mengekspresikan emosi dan mengurangi kecemasan.

Berdasarkan temuan dari penelitian ini, disarankan tenaga kesehatan dapat mempertimbangkan untuk menerapkan intervensi ini pada anak yang menjalani rawat inap di rumah sakit. Terapi ini tidak hanya membantu mengurangi kecemasan dan stres anak, tetapi juga memberikan cara yang positif dan kreatif bagi anak untuk mengekspresikan perasaannya selama masa perawatan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan studi dengan melibatkan sampel yang lebih besar dan lebih beragam, termasuk anak-anak dari berbagai latar belakang budaya dan kondisi medis yang berbeda, untuk memastikan generalisasi hasil. Selain itu, penelitian lanjutan juga dapat mengeksplorasi efek jangka panjang dari terapi bermain mewarnai gambar, serta membandingkannya dengan bentuk terapi bermain lainnya, seperti terapi musik atau terapi seni visual lainnya. Investigasi lebih lanjut juga perlu dilakukan untuk memahami mekanisme psikologis di balik penurunan stres ini, guna mengoptimalkan intervensi yang serupa di masa mendatang.

#### REFERENSI

- Abdurahman, A., Pratiwi, E. A., & Adam, K. A. (2023). The Effect of Smartphone Use and Parenting Style on the Honest Character and Responsibility of Elementary School Students. *Jurnal Prima Edukasia*, 11(2).
- Kemenkes kesehatan RI. (2020). Profil kesehatan Indonesia tahun 2019. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Adriana, D. (2018). *Tumbuh kembang dan terapi bermain pada anak*. Jakarta: Salemba

Medika

- Arifin, R.F. Udiyani, R. R. R. (2019). Efektifitas terapi menggambar dan mewarnai gambar terhadap kecemasan hospitalisasi usia prasekolah. *Jurnal Darul Azhar*, 6(1), 53–58
- Tanesi. Epivnia, L. Nurwidyaningtyas, N.W. (2018). Pengaruh pemberian terapi mewarnai gambar terhadap penurunan tingkat kecemasan anak hospitalisasi di ruang rawat inap (B) Rumah sakit Wawa Husada Kapanjeng Malang. *Kendedes Midwifery Journal*, 2(2), 71.
- Aryani, D. Zaly NW. (2021). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Penurunan Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah di Paviliun RSPAD Gatot Soebroto tahun 2019. *Jurnal Kademik Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 10(1)101-108.
- Saputro, H. Fazrin, I. (2017). Penurunan Tingkat Kecemasan anak akibat Hospitalisasi dengan penerapan terapi bermain. *Jurnal Konseling Indonesia*, 3(1), 9-12.
- Arikunto, (2018). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*; Edisi Revisi PT. Asdi Mahasatya
- Dayani, NE. Budiarti, LY. Lestari, D. (2017). Terapi bermain Clay terhadap kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi di RSUD Banjarbaru. *Dunia Keperawatan Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 3(2), 1–15.
- Kaplan & Sadock, (2012). *Sinopsis Psikiatri Jilid 2 Terjemahan Widjaja Kusuma*. Jakarta: Binarupa Aksara
- Notoatmodjo, (2020). *Metodologi Penelitian. Teori dan Aplikasi*. Rhineka Cipta. Jakarta
- Nursalam (2017). *Asuhan Keperawatan Bayi Dan Anak. Edisi Pertama*. Jakarta: Selemba Medika.
- Rennick *et al*, (2018). Children's psychological and behavioral responses following pediatric intensive care unit hospitalization
- Saputro, H. Fazrin, I. (2017). *Anak sakit wajib bermain di Rumah Sakit: Penerapann terapi bermain anak sakit, proses, manfaat dan pelaksanaannya*. Jakarta: Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES).
- Soetjiningsih, (2018). *Ilmu Kesehatan Anak*. EGC. Jakarta
- Stuart (2018). Parents Experiences of Their Child's Care During Hospitalization. *Journal of Cultural Diversity* 11(1)
- Sugiyono, (2018). *Statistik Non Parametris untuk Penelitian*. Alfabeta. Bandung
- Supartini (2018). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. Jakarta: EGC.
- Wong (2017), *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Volume 2 Edisi 6*. Jakarta: EGC