

Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia
Volume 2, Nomor 4, July 2023, Halaman 172-175
ISSN: 2986-7002
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8165237>

Terapi Mewarnai Dalam Mengurangi Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia 6-12 Tahun di Rumah Sakit Bhayangkara Palembang

Nila Alfa Fauziah¹, Eka Rora Suci W², Syukur Hidayat³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan
Universitas Kader Bangsa

Email: nilaalfa.naf@gmail.com¹, ekarora965@gmail.com²

Abstrak

Hospitalisasi merupakan keadaan yang mengharuskan anak tinggal di rumah sakit, menjalani terapi dan perawatan karena suatu alasan yang berencana maupun kondisi darurat. Tinggal dirumah sakit dapat menimbulkan stress bagi anak-anak, remaja, dan keluarga mereka. Terapi mewarnai penting untuk mengurangi stress akibat hospitalisasi (kesehatan mental, emosional dan sosial, oleh karena itu sangat penting adanya ruang mewarnai khusus bagi anak untuk memberi rasa aman dan menyenangkan. Kegiatan ini dilaksanakan dengan melibatkan anak usia 6-12 tahun yang dirawat inap di Rumah Sakit Bhayangkara Palembang. Metode pelaksanaan yaitu memberikan pasien anak tindakan terapi mewarnai. Hasil bahwa anak dapat mewarnai sehingga memberikan dampak penurunan terhadap kecemasan anak yang di hospitalisasi.

Kata kunci: *Terapi mewarnai, Hospitalisasi anak, Kecemasan*

PENDAHULUAN

Hospitalisasi adalah suatu keadaan krisis pada anak, saat anak 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 stressor bagi anak baik terhadap anak maupun orang tua dan keluarga. Hospitalisasi merupakan suatu proses karena alasan berencana atau darurat yang mengharuskan anak untuk tinggal dirumah sakit untuk menjalani terapi dan perawatan. Meskipun demikian, dirawat di rumah sakit tetap merupakan masalah besar dan menimbulkan ketakutan, cemas, bagi anak (Oktiawati, 2017).

Berdasarkan data WHO (*Word Health Organizational*) 2018 bahwa 3% - 10% pasien anak yang dirawat di Amerika Serikat mengalami stress selama hospitalisasi. Sekitar 3% - 7% dari anak usia sekolah yang dirawat di Jerman juga mengalami hal yang serupa, 5% - 10% anak yang hospitalisasi di Kanada dan selandiarbaru juga mengalami tanda stress selama di rumah sakit (Hadi, dkk., 2018). Anak yang mengalami hospitalisasi di Indonesia populasinya semakin meningkat setiap tahunnya, lebih dari 1,6 juta anak usia 6-12 tahun menjalani hospitalisasi dikarenakan injuri dan berbagai faktor lainnya. Pada semasa anak-anak sekitar 30% anak sudah pernah mengalami perawatan di hospitalisasi. Survei Kesehatan Nasional (SUSENAS) pada tahun 2014 jumlah anak pra sekolah di Indonesia sebesar 20,72% dari jumlah total penduduk Indonesia, diperkirakan dari 35 per 100 anak mengalami hospitalisasi sebanyak 15,26% biasanya anak-anak akan membutuhkan waktu yang lebih lama dibandingkan pada usia dewasa (Rukmana, 2020).

Terapi mewarnai penting untuk mengurangi stress akibat hospitalisasi (kesehatan mental, emosional dan sosial). Oleh karena itu, sangat penting adanya ruang mewarnai khusus bagi anak untuk memberi rasa aman dan menyenangkan. Dalam pelaksanaan aktivitas mewarnai dirumah sakit, perlu diperhatikan prinsip-prinsip mewarnai dan permainan yang sesuai dengan usia atau tingkat pertumbuhan serta perkembangan anak sehingga tujuan

mewarnai yaitu untuk mempertahankan proses tumbuh kembang dapat dicapai secara optimal. Disamping itu, keterlibatan orang tua dalam aktivitas mewarnai sangat penting karena anak akan merasa aman sehingga dia mampu mengekspresikan perasaannya secara bebas dan terbuka (Susilaningrum, dkk., 2013), karena anak usia 6-12 tahun kebanyakan lebih suka dengan mengenal nama-nama hewan.

Pada studi pendahuluan yang dilakukan dengan observasi dan wawancara pada 3 orang perawat diruang anak, dua orang perawat mengatakan terapi mewarnai belum terjadwal untuk anak-anak dikarenakan berkaitan dengan waktu dan beban kerja yang berat. Seorang perawat mengatakan tingkat kecemasan anak terjadi pada saat pemasangan infus, pada saat pemasangan infus anak tersebut ketakutan dan menangis. Tingkat kecemasan yang terjadi di ruangan anak terdapat cemas berat dan cemas sedang. Terapi mewarnai ditujukan pada anak usia 6-12 tahun yang mengalami hospitalisasi. Tujuan pengabdian ini yaitu untuk menurunkan kecemasan anak yang sedang dirawat inap di rumah sakit, sehingga anak memiliki aktivitas yang menyenangkan selama ia mengalami hospitalisasi.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Rumah Sakit Bhayangkara Palembang pada bulan Agustus tahun 2022. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan kepada 40 orang. Kegiatan ini berupa terapi mewarnai untuk mengurangi kecemasan anak usia 6-12 tahun yang mengalami hospitalisasi. Langkah-langkah yang dilakukan adalah dengan mendatangi ruangan pasien satu per satu, melakukan perkenalan identitas, memberikan informasi kegiatan dengan sejelas-jelasnya kepada anak dan keluarganya, melakukan kesepakatan atau *informed consent* dan melakukan kesepakatan mengenai kegiatan yang akan dilakukan, mengukur kecemasan anak sebelum melakukan kegiatan terapi mewarnai, kemudian membagikan gambar untuk terapi mewarnai, dan mengukur kecemasan anak setelah dilakukan terapi mewarnai. Alat ukur kecemasan menggunakan kuesioner yang terdiri dari beberapa pertanyaan dalam bentuk objektif melalui metode checklist.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hospitalisasi merupakan suatu proses yang mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit untuk menjalani terapi dan perawatan. Selama proses tersebut, anak dan orang tua dapat mengalami berbagai kejadian yang menurut beberapa penelitian ditunjukkan dengan pengalaman yang sangat traumatic dan penuh dengan stres (Supartini, 2014).

Terapi mewarnai yang dilakukan di Rumah sakit menjadi media bagi anak untuk mengekspresikan perasaan tanpa kata-kata, dimana mewarnai gambar membuat seseorang secara tidak sadar telah mengekspresikan rasa sedih, tertekan, stredan membuat kembali merasa bahagia (Aizah and Wati, 2014). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Li Chung Ho & Kwok (2016) yaitu menekankan pentingnya terapi mewarnai dirumah sakit untuk memberikan perawatan yang holistik dan berkualitas dalam upaya untuk meringankan beban psikologis anak-anak yang dirawat di Rumah Sakit.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada anak usia 6-12 tahun yang mengalami hospitalisasi sebelum dilakukan terapi mewarnai di ruang Madinah Rumah Sakit Bhayangkara Palembang sebagian besar tergolong kecemasan berat yaitu sebanyak 19 anak (47,5%) dan setelah dilakukan kegiatan terapi mewarnai sebagian besar tergolong tidak mengalami cemas sebanyak 35 anak (87,5%). Sehingga terapi mewarnai dapat dijadikan salah satu tindakan atraumatic care yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan anak usia 6-12 tahun yang mengalami hospitalisasi.



Gambar 1. Terapi Bermain Mewarnasi

Idris & Reza (2018) dalam penelitiannya mendapatkan hasil bahwa 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. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aryani & Zaly (2021) menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi aktivitas bermain mewarnai gambar terhadap penurunan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah di Paviliun RSPAD Gatot Soebroto. Rumah sakit merupakan penyebab stress bagi anak dan orang tuanya, lingkungan fisik rumah sakit seperti bangunan/ruang rawat, alat-alat, bau khas, pakaian putih petugas kesehatan maupun lingkungan sosial, seperti sesama pasien anak, ataupun interaksi dan sikap petugas kesehatan itu sendiri.

Perasaan seperti takut, cemas, tegang, nyeri dan perasaan yang tidak menyenangkan lainnya sering kali dialami anak. Untuk itu, anak memerlukan media yang dapat mengekspresikan perasaan tersebut dan mampu bekerja sama dengan petugas kesehatan selama perawatan. Media yang paling efektif adalah melalui kegiatan permainan. Permainan yang terapeutik didasari oleh pandangan bahwa mewarnai bagi anak merupakan aktivitas yang sehat dan diperlukan untuk kelangsungan tumbuh-kembang anak dan memungkinkan untuk dapat menggali dan mengekspresikan perasaan dan pikiran anak, mengalihkan perasaan nyeri, dan relaksasi. Dengan demikian, kegiatan mewarnai harus menjadi bagian integral dari pelayanan kesehatan anak di rumah sakit (Supartini, 2014).

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marni Retno Ambarwati dkk (2018) yaitu terapi mewarnai dapat menurunkan kecemasan pada anak di TK Negeri Pembina Sidoharjo. Selain dapat menurunkan kecemasan, terapi mewarnai dapat juga sebagai upaya dalam penerapan atraumatic care sesuai dengan penelitian Breving., dkk (2015) yang menunjukkan adanya pengaruh penerapan atraumatic care terhadap respon kecemasan anak.

KESIMPULAN

Kegiatan terapi mewarnai yang dilakukan pada anak usia 6-12 tahun, yang di rawat inap di Rumah Sakit Bhayangkara Palembang terlaksana dengan baik. Anak-anak tampak senang mengikuti terapi mewarnai, sehingga tidak hanya berfokus pada rasa sakit yang dirasakannya selama hospitalisasi, dan juga anak tampak tenang karena terapi ini juga melibatkan kolaborasi dengan orang tua/wali dari anak yang dihospitalisasi tersebut, terdapat penurunan kecemasan pada anak yang diukur setelah dilakukan terapi mewarnai.

Referensi

- Aizah, S., & Wati, S. E. (2014). Upaya menurunkan tingkat stres hospitalisasi dengan ktifitas mewarnai gambar pada anak usia 4-6 tahun di ruang anggrek rsud gambiran kediri. *Ejornal Kedokteran Universitas Airlangga*, 25(1), 6–10. Retrieved from [http://lp2m.unpkediri.ac.id/jurnal/pages/efektor/Nomor25/Hal 6-10](http://lp2m.unpkediri.ac.id/jurnal/pages/efektor/Nomor25/Hal%206-10).
- Ambarwati dan Nasution. (2020). *Buku Pintar Asuhan Keperawatan Bayi dan Balita*. Yogyakarta: Cakrawala Ilmu.
- Aryani, D & Zaly, N.W. (2021). Pengaruh terapi bermain mewarnai gambar terhadap kecemasan hospitaslisasi pada anak prasekolah. *Jurnal Akademka Baiturrahim Jambi (JABJ)*. Vol 10, No 1. <http://.doi.10.36565/jab.v10i1.289>.
- Idris, M & Reza, M. (2018). Efektifitas terapi bermain (mewarnai) erhadap penurunan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di ruang melati rsud kota bekasi. *Jurnal Afiat*. Vol.4 No.2.
- Li, W. 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>
- Mendri dan Prayogi. (2017). *Asuhan keperawatan pada anak sakit dan bayi resiko tinggi*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Marniaty. (2021). Pengaruh penerapan atraumatic care terhadap respon kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi. *Jurnal ilmu keperawatan (online)*.vol:3.No.2
- Oktiawati, dkk. (2017). *Teori dan konsep keperawatan pediatrik*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Supartini, Y. (2014). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. Jakarta: EGC.
- Wowilling, dkk, (2019). Pengaruh terapi mewarnai mewarnai gambar terhadap tingkat kecemasan anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi diruang anirine E Blu RSUP. Prof.DR.R.D.Kandau Manado. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.