

Original Article

## **Terapi Bermain Menggambar Efektif Menurunkan Kecemasan Anak 3–6 Tahun Akibat Hospitalisasi**

**Fahla Ramadhan<sup>1\*</sup>, Jumari<sup>2</sup>, Emi Yuliza<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>*Departemen Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju, Indonesia*

\*Email Correspondent: fahla2101@gmail.com

---

### **Abstract**

**Background:** Hospitalization is required when patients experience physical, psychological, or social changes or disruptions. Hospitalization in children can have various impacts, such as separation-related sadness, loss of emotional control, pain, non-cooperativeness, depression, and more. According to a maternal and child health survey, out of 1,425 hospitalized children, 33.2% experienced severe stress, 41.6% mild stress, and 25.2% experienced no stress.

**Objective:** This study aims to examine the effect of drawing play therapy on preschool-aged children (3-6 years) with hospitalization-induced anxiety during inpatient care at the hospital.

**Method:** The research design employs a Quasi-Experimental approach with a one-group pre-test post-test design. The sample consists of 20 respondents, and data collection instruments include anxiety questionnaires, interviews with the parents of pediatric patients, and documentation sessions.

**Results:** Univariate data analysis revealed that the average age of the child respondents was 4.35 years, with 8 boys (40%) and 12 girls (60%). Bivariate analysis indicated that drawing play therapy had a significant effect on preschool-aged children (3-6 years) with hospitalization-induced anxiety during inpatient care at the hospital, with a p-value of 0.000.

**Conclusion:** Based on the results of the conducted research, it can be concluded that drawing play therapy has an effect on preschool-aged children (3-6 years) with hospitalization-induced anxiety during inpatient care at the hospital.

**Keywords:** anxiety, drawing play therapy, hospitalization, preschool children

Editor: HR

Hak Cipta:

©2021 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional**.

**Pendahuluan**

Anak berusia tiga hingga lima tahun disebut *The Wonder Years*.<sup>1</sup> Pada usia ini seorang anak akan memiliki rasa keingintahuan yang tinggi terhadap sesuatu.<sup>2</sup> Setiap orang tua juga sudah pasti mengidam-idamkan untuk memiliki anak yang sehat, cerdas, berpenampilan menarik, dan berakhlak mulia. Hospitalisasi merupakan kebutuhan klien untuk dirawat karena adanya perubahan atau gangguan pada fisik, psikis, maupun sosial terhadap lingkungan.<sup>3,4</sup> Reaksi anak dalam mengatasi krisis tersebut dipengaruhi oleh tingkat perkembangan usia, pengalaman sebelumnya terhadap proses sakit dan dirawat, serta system dukungan (*Support System*) yang tersedia, serta keterampilan koping dalam menangani stress.<sup>5</sup>

Menurut data WHO (2010) bahwa 10% pasien anak yang dirawat di Amerika Serikat mengalami stres selama hospitalisasi.<sup>6</sup> Di Indonesia yang harus di rawat di rumah sakit cukup tinggi yaitu sekitar 35 per 100 anak.<sup>7</sup> Berdasarkan survei kesehatan ibu dan anak tahun 2010 didapatkan hasil bahwa dari 1.425 anak mengalami dampak hospitalisasi, dan 33,2% diantaranya mengalami dampak hospitalisasi berat, 41,6% mengalami dampak hospitalisasi sedang, dan 25,2% mengalami dampak hospitalisasi ringan.<sup>8</sup>

Terapi Bermain merupakan suatu aktivitas dimana anak dapat melakukan atau mempraktikkan keterampilan, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa.<sup>9</sup> Ada beberapa fungsi bermain di rumah sakit antaralain: mengenalkan pada anak pada lingkungan dan keadaan yang asing.<sup>10</sup>

**Metode**

Desain penelitian ini menggunakan *Quasi Eksperimen* dengan pendekatan *one group pre test–post test design*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah pasien anak berjumlah 20 responden di RS Harrapan Bunda Jakarta. Variabel yang diteliti adalah terapi bermain menggambar sebagai variabel independen dan kecemasan sebagai variabel dependen. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, wawancara dengan orang tua pasien anak, dan sesi dokumentasi. Analisa data pada penelitian ini adalah mencari gambaran karakteristik responden dan pengaruh dari intervensi yang dilakukan terhadap kecemasan anak prasekolah akibat hospitalisasi di Ranap RS Harapan Bunda. Penelitian ini telah dilakukan uji etik di komisi etik Departemen Etika dan Riset Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju.

**Hasil**

**Analisa Univariat**

**Karakteristik Responden**

**Tabel 1.** Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Karakteristik Responden	Jumlah	Mean
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	8	–
Perempuan	12	
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>4,35</b>

Diketahui sampel terdiri atas 30 responden dengan jumlah pembagian 8 orang laki-laki dan 12 orang perempuan. Pengambilan usia pasien berdasarkan usia prasekolah yaitu 3–6 tahun.

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Tanda Gejala Pasien Anak dengan Kecemasan sebelum Diberikan Intervensi

Tanda dan Gejala Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
Ringan (0–10)	3	15
Sedang (11–20)	1	5
Berat (21–30)	16	80
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 rata-rata gambaran penurunan tanda dan gejala pada pasien anak dengan kecemasan di ruangan rawat inap anak dikategorikan menjadi ringan sebanyak 3 responden (15%), sedang 1 responden (5%), dan berat 16 responden (80%).

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Tanda Gejala Pasien Anak Dengan Kecemasan Setelah Diberikan Intervensi

Tanda dan Gejala Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
Ringan (0–10)	12	60
Sedang (11–20)	5	25
Berat (21–30)	3	15
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 rata-rata gambaran penurunan tanda dan gejala pada pasien anak dengan kecemasan di ruangan rawat inap anak dikategorikan menjadi ringan sebanyak 12 responden (60%), sedang 5 responden (25%), dan berat 3 responden (15%).

**Analisa Bivariat**

**Tabel 4.** Distribusi Hasil Uji Normalitas Data

Variable	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	p
Kecemasan sebelum diberikan terapi bermain menggambar	0,885	20	0,022
Kecemasan setelah diberikan terapi bermain menggambar	0,856	20	0,007

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan hasil dari Uji Normalitas *Shapiro-Wilk Test* diperoleh hasil signifikan sebelum diberikan perlakuan bermain menggambar adalah sebesar 0,022, sedangkan hasil yang diperoleh setelah diberikan perlakuan bermain menggambar didapatkan nilai signifikan yaitu sebesar 0,007 dimana hasil tersebut menunjukkan *p-value* > 0.05, artinya dapat disimpulkan bahwa data sebelum dan sesudah diberikan perlakuan bermain menggambar berdistribusi normal.

**Pengaruh Terapi Bermain Menggambar Terhadap Kecemasan Hospitalisasi**

**Tabel 5.** Pengaruh Terapi Bermain Menggambar Terhadap Kecemasan Hospitalisasi

Variable	Mean	Std Deviation	T	df	P
Kecemasan sebelum diberikan bermain menggambar	9,450	8,179	5,167	19	0,000
Kecemasan setelah diberikan terapi bermain menggambar					

Berdasarkan dari tabel diatas menunjukkan hasil dari Uji *t-dependent* atau *paired sample T-Test* terlihat bahwa rata-rata penurunan tanda dan gejala kecemasan sebelum diberikan perlakuan bermain menggambar dan sesudah diberikan perlakuan adalah sebesar 9,450 serta didapatkan nilai *p-value* = 0,000 < 0,05 maka H0 ditolak artinya ada pengaruh bermain menggambar terhadap penurunan tanda dan gejala kecemasan di ruangan rawat inap anak di RS Harapan Bunda Jakarta.

**Pembahasan**

**Gambaran Kemampuan Menurunkan Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Terapi Bermain Menggambar**

Berdasarkan table 2 rata-rata gambaran penurunan tanda dan gejala pada pasien anak dengan kecemasan di ruangan rawat inap anak dikategorikan menjadi ringan sebanyak 3 responden (15%), sedang 1 responden (5%), dan berat 16 responden (80%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh

Aida Rusmariana dan Nur Faridah yang berjudul pengaruh terapi bermain menggambar terhadap anak usia pra sekolah dengan kecemasan akibat hospitalisasi. Analisis yang digunakan adalah *nonparametric* dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Withney*. Hasil uji statistik *Wilcoxon* diperoleh nilai signifikan pada kelompok intervensi adalah 0.001.

Hospitalisasi merupakan kebutuhan klien untuk dirawat karena adanya perubahan atau gangguan fisik, psikis, sosial dan adaptasi terhadap lingkungan. Sakit dan dirawat di rumah sakit merupakan krisis utama yang tampak pada anak.<sup>11</sup> Anak yang dirawat di rumah sakit akan mudah mengalami krisis dan masalah seperti anak mengalami stress, dan anak mempunyai sejumlah keterbatasan dalam mekanisme koping. Reaksi anak dalam mengatasi krisis tersebut dipengaruhi oleh tingkat perkembangan usia, pengalaman sebelumnya terhadap proses sakit dan dirawat, system dukungan (*Support System*) yang tersedia, serta ketrampilan koping dalam menangani stress.<sup>5</sup> Menurut Heri Saputro, Intan Fazrin kecemasan atau ansietas merupakan penilaian dan respon emosional terhadap sesuatu yang berbahaya. Kecemasan sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Kondisi dialami secara subjektif dan dikomunikasikan dalam hubungan interpersonal. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang berlebihan terhadap kondisi ketakutan, kegelisahan, bencana yang akan datang, kekhawatiran atau ketakutan terhadap ancaman nyata atau yang dirasakan.<sup>12</sup> Menurut Aida Rusmariana dan Nur Faridah (2013) peneliti kecemasan anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi mengungkapkan bahwa, jenis kegiatan pengisi waktu anak dihospitalisasi salah satunya menggambar. Terapi bermain yang tidak banyak mengeluarkan energi seperti terapi bermain aktif menggambar bisa di gunakan untuk memenuhi kebutuhan fisik dan fisiko social anak selama hospitalisasi.<sup>13</sup>

### **Gambaran Kemampuan Menurunkan Tanda dan Gejala Kecemasan Setelah Diberikan Terapi Bermain Menggambar**

Hasil analisis rata-rata skor kecemasan berdasarkan tabel 3 rata-rata gambaran penurunan tanda dan gejala pada pasien anak dengan kecemasan di ruangan rawat inap anak dikategorikan menjadi ringan sebanyak 12 responden (60%), sedang 5 responden (25%), dan berat 3 responden (15%). Hasil penelitian ini sejalan dengan yang telah dilakukan oleh Aida Rusmariana dan Nur Faridah berjudul tentang keefektifan terapi bermain menggambar terhadap kecemasan anak usia pra sekolah (3-6 tahun) akibat hospitalisasi dengan tahun 2021 menggunakan metode pre-experiment. Hasil analisis data didapatkan distribusi data nilai rata-rata *post test* sesi pertama adalah 17.00 dan *post test* sesi kelima adalah 6.00. Nilai  $z = -4.322$ . Sedangkan hasil uji *mann whitney* menunjukkan bahwa nilai signifikan yang tergambar dengan *p-value 0.000*.<sup>13</sup>

Menurut Moersintowarti (2012) aktivitas bermain menggambar merupakan suatu kegiatan menyenangkan bagi anak, meskipun hal tersebut tidak menghasilkan tertentu misalnya keuntungan finansial (uang). Anak bebas mengekspresikan perasaan takut, cemas, gembira, atau perasaan lainnya, sehingga dengan memberikan kebebasan bermain orang tua mengetahui suasana hati anak untuk mengurangi kecemasan anak-anak tersebut. Terapi bermain merupakan pedoman bagi tim kesehatan, khususnya untuk memenuhi kebutuhan fisik dan psikososial anak selama hospitalisasi.<sup>14</sup>

Menurut peneliti tanda dan gejala responden sebelum diberikan terapi bermain menggambar responden tampak menangis girang ketakutan atau gelisah secara berlebihan dan setelah diberikan terapi bermain menggambar responden terlihat bisa tersenyum tidak menangis lagi dikarenakan sebagian besar responden cukup fokus saat diberikan terapi bermain menggambar di saat terlihat rewel dan gelisah lebih dari 10 menit setiap harinya. Dengan melihat data penurunan tanda dan gejala kecemasan pada pasien diatas maka terapi bermain menggambar dapat diterapkan pada pasien anak dengan kecemasan oleh perawat ruangan melihat bermain menggambar ini belum pernah diberikan sebelumnya sebagai terapi terhadap pasien anak dengan kecemasan akibat hospitalisasi.

### **Pengaruh Terapi Bermain Menggambar Terhadap dengan Kecemasan Akibat Hospitalisasi di Ruang Rawat Inap Anak**

Berdasarkan hasil statistik dengan jumlah responden sebanyak 20 orang, menunjukkan hasil dari uji *t dependent* atau *paired sample T test* terlihat rata-rata kemampuan dalam menurunkan tanda dan gejala kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain menggambar adalah sebesar

3.000. didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$  maka  $H_0$  ditolak artinya secara statistik terdapat perbedaan yang bermakna antara kemampuan menurunkan tanda dan gejala kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain menggambar. Jadi dapat disimpulkan adanya pengaruh terapi bermain menggambar terhadap penurunan tanda dan gejala kecemasan di ruang rawat inap anak di RS. Harapan Bunda Jakarta Tahun 2021. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Aida Rusmariansa dan Nur Faridah berjudul tentang keefektifan terapi bermain menggambar terhadap kecemasan anak usia pra sekolah (3-6 tahun) akibat hospitalisasi dengan tahun 2021 menggunakan metode *Quasi Experiment*, setelah dilakukan uji statistik menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai  $p\text{-value} 0,002 (<0,05)$ , berarti terdapat pengaruh terapi bermain menggambar kecemasan pasien pada anak dengan hospitalisasi dalam menjalani terapi.<sup>13</sup> Menurut Hajar Pamadhi (dalam Saiful Haq, 2010) menyatakan bahwa menggambar memiliki tujuan menggambar: Alat untuk mengutarakan/ekspresi isi hati, pendapat maupun gagasan. Media fantasi, imajinasi, dan sekaligus sublimasi; Stimulasi bentuk ketika lupa atau untuk menumbuhkan gagasan baru. Alat untuk menjelaskan bentuk serta situasi.<sup>15</sup>

Menurut peneliti adanya pengaruh bermain menggambar terhadap penurunan tanda dan gejala kecemasan akibat hospitalisasi dikarenakan pasien telah diberikan terapi bermain menggambar 6 hari berturut-turut oleh peneliti. Setelah beberapa hari diberikan perlakuan pasien mulai terlihat senang tidak rewel lagi dan mempunyai keinginan yang kuat untuk sembuh dan pulang ke rumah. Sesuai dengan teori bermain menggambar bermanfaat dalam membantu menurunkan dan menstabilkan emosi dan mengalihkan perhatian dari suasana rawat inap yang tidak nyaman bagi anak. Dengan ini menunjukkan musik bermain menggambar untuk membantu menurunkan tanda dan gejala kecemasan akibat hospitalisasi ketika pasien di rawat di rumah sakit ataupun saat di rumah

Berdasarkan evaluasi terapi bermain menggambar yang dilakukan oleh responden selama kurang lebih 6 hari didapatkan hasil bahwa sebanyak rata-rata responden mampu menyampaikan manfaat dari terapi bermain menggambar, responden merasa nyaman dan santai saat diberikan terapi. Sebaiknya pemberian terapi bermain menggambar ini bisa diterapkan di rumah sakit manapun sebagai tambahan dalam melakukan asuhan keperawatan terhadap pasien anak dengan kecemasan akibat hospitalisasi agar tanda dan gejala pasien menurun secara signifikan.

### **Keterbatasan Penelitian**

Peneliti menyadari penelitian ini masih terdapat kelemahan dan banyak keterbatasan yang harus diperbaiki oleh peneliti dimasa yang akan datang. Terdapat keterbatasan jarak karena pandemi dimana peneliti dan responden diharuskan untuk menjaga jarak, dan peneliti tidak bisa melakukan *touch* dengan responden agar lebih bisa terbina hubungan saling percaya karena harus menerapkan protokol kesehatan.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh terapi bermain menggambar terhadap anak usia pra sekolah dengan kecemasan akibat hospitalisasi di ruangan rawat inap anak di RS Harapan Bunda Jakarta Tahun 2021 dengan jumlah responden sebanyak 20 orang, maka dapat disimpulkan:

Kemampuan menurunkan tanda dan gejala kecemasan klien di ruang rawat inap anak sebelum diberikan terapi bermain menggambar sebagian besar menunjukkan tidak adanya penurunan. Kemampuan menurunkan tanda dan gejala kecemasan klien di ruang rawat inap anak setelah diberikan terapi bermain menggambar sebagian besar terjadi penurunan. Ada hubungan bermain menggambar terhadap penurunan tanda dan gejala kecemasan di ruang rawat inap anak RS Harapan Bunda Jakarta Tahun 2021.

### **Konflik Kepentingan**

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

### **Ucapan Terima Kasih**

Terimakasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi membantu proses penelitian ini.

### **Pendanaan**

Sumber pendanaan diperoleh dari peneliti.

### **Daftar Pustaka**

1. Mansur AR, Andalas U. Tumbuh Kembang Anak Usia Prasekolah. *Andalas University Pres.* 2019;1(1).
2. Lestari E, Wulandari RS. Membangkitkan Rasa Ingin Tahu Anak Usia Dini Dengan Cinta dan Cerdik. *Qurroti: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini.* 2021;3(2):104–14.
3. Wahyuningsih A, Febriana D. Kajian Stres Hospitalisasi Terhadap Pemenuhan Pola Tidur Anak Usia Prasekolah Di Ruang Anak Rs Baptis Kediri. *Jurnal Penelitian STIKES Kediri.* 2011;4(2):66–71.
4. Utami Y. Dampak Hospitalisasi Terhadap Perkembangan Anak. *Jurnal ilmiah WIDYA.* 2014;2(2):9–20.
5. Wong HM, McGrath CPJ, King NM, Lo ECM. Oral health-related quality of life in Hong Kong preschool children. *Caries research.* 2011;45(4):370–6.
6. Hadi YMW, Munir Z, Siam WN. Efektifitas Penerapan Metode Family-Centered Care terhadap Pasien Anak dengan Stress Hospitalisasi. *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute.* 2020;3(2):106–9.
7. Nursondang S, Setiawati S, Elliya R. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Pra Sekolah Di Ruang Alamanda Rsud Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2014. *Holistik Jurnal Kesehatan.* 2015;9(2).
8. Organization WH. *World health statistics 2010.* World Health Organization; 2010.
9. Poernomo DISH, Prawesti D. Penurunan Stres Hospitalisasi pada Anak Prasekolah dengan Terapi Bermain di RS. Baptis Kediri. *JURNAL STIKES RS Baptis Kediri.* 2017;10(2).
10. Wong ELY, Wong SYS, Lee N, Cheung A, Griffiths S. Healthcare workers' duty concerns of working in the isolation ward during the novel H1N1 pandemic. *Journal of clinical nursing.* 2012;21(9-10):1466–75.
11. Sipayung R. *Gambaran Kecemasan Anak Sekolah Usia (9-12 Tahun) Yang Dirawat Di Ruang Melati Rsud Tarakan Jakarta.* 2017;
12. Saputro H, Fazrin I. Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit: Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit; Proses, Manfaat dan Pelaksanaannya. In *Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES);* 2017.
13. Rusmariana A, Faridah N, Ariyani R. Efektifitas Terapi Bermain Menggambar Terhadap Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan.* 2013;5(2):96627.
14. Asiyah S, Ns SK, Suminar DR, Si M, Moersintowarti BN, Devy SR. Kompetensi Kader Taman Posyandu Berbasis Tender Loving Care. *Zifatama Jawara;*
15. Ukar DS, Taib B, Alhadad B. Analisis Kreativitas Menggambar Anak Melalui Kegiatan Menggambar. *Jurnal Ilmiah Cahaya PAUD.* 2021;3(1).