

## **PENERAPAN TERAPI BERMAIN MEWARNAI GAMBAR UNTUK MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH YANG MENGALAMI HOSPITALISASI**

**Mahadir<sup>1</sup>, Eka Malfasari<sup>2</sup>, I fon Driposwana Putra<sup>3</sup>, Nina Trisnawati<sup>4</sup>**  
<sup>123456</sup>Program Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri  
Pekanbaru, Kota Pekanbaru, Indonesia

E-mail: [mhdmahadir6@gmail.com](mailto:mhdmahadir6@gmail.com), [mizzeka18@gmail.com](mailto:mizzeka18@gmail.com), [ifondriposwanaputra@gmail.com](mailto:ifondriposwanaputra@gmail.com),  
[ninatrisnawati1107@gmail.com](mailto:ninatrisnawati1107@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*Hospitalization is a crisis condition that requires a sick child to undergo treatment and therapy in the hospital until their condition allows them to return home. During the hospitalization process, the child must endure a series of painful and repetitive treatments. The care process often forces the child to be separated from their parents, which can lead to excessive fear and feelings of anxiety. The method implemented was an experimental (intervention) technique applied to a preschool-aged child. The intervention was carried out over a period of 3 days, with one coloring play therapy session conducted each day. Each session lasted for approximately 15-20 minutes. The subject in this case study was one preschool-aged child. The intervention activity (Evidence-Based Nursing) involved pre-test and post-test assessments using the VFAS (a tool to measure anxiety levels). On the first day, there was no decrease in the child's anxiety level. On the second day, a decrease was observed, with a pre-test score of 6 and a post-test score of 5. On the third day, there was a further decrease, with a score of 0. Based on the results, it was concluded that coloring play therapy can help reduce anxiety levels in hospitalized children.*

**Keywords** : Hospitalization, anxiety, Drawing

**Reference** : 25 (2020-2024)

### **Article history**

Received: Agustus 2025

Reviewed: Agustus 2025

Published: Agustus 2025

Plagiarism checker no 234

Doi : prefix doi :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

**Copyright : Author**

**Publish by : Nutricia**



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## **ABSTRAK**

Hospitalisasi adalah suatu kondisi krisis yang mengharuskan anak yang sedang sakit untuk menjalani perawatan dan terapi di rumah sakit hingga kondisinya memungkinkan untuk pulang ke rumah. Selama proses hospitalisasi, anak harus melewati rangkaian perawatan yang menyakitkan dan berulang. Proses perawatan yang dilalui membuat anak terpaksa harus berpisah dari orang tuanya dapat menyebabkan anak memunculkan reaksi takut berlebih dan perasaan cemas Metode pelaksanaan yang dilakukan yaitu dengan teknik eksperimen (perlakuan) pada anak prasekolah. Waktu pelaksanaan selama 3 hari. Dimana setiap hari dilakukan 1 kali Terapi bermain mewarnai gambar. Waktu pelaksanaan setiap latihan yaitu 15-20 menit. Subjek yang digunakan pada studi kasus ini adalah 1 orang anak usia prasekolah Pelaksanaan kegiatan intervensi (Evidence Based Nursing) proses pengujian pre-test dan post-test alat pengukuran VFAS didapatkan nilai pretest dan posttest tingkat kecemasan pada anak penerapan terapi relaksasi bermain Mewarnai gambar menggunakan VFAS, pada hari pertama didapatkan tidak terjadi penurunan tingkat kecemasan pada An.M, pada hari kedua didapatkan penurunan tingkat kecemasan pada An.M, dengan nilai pretest 6 dan posttest 5 dan hari ketiga didapatkan penurunan tingkat kecemasan pada An.M dengan nilai 0. Berdasarkan hasil disimpulkan bahwa pemberian terapi bermain mewarnai gambar dapat menurunkan tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi.

Kata Kunci : Hospitalisasi, Cemas, Menggambar  
Daftar Pustaka : 25 (2020-2024)

## **PENDAHULUAN**

Hospitalisasi adalah suatu kondisi krisis yang mengharuskan anak yang sedang sakit untuk menjalani perawatan dan terapi di rumah sakit hingga kondisinya memungkinkan untuk pulang ke rumah. Selama proses hospitalisasi, anak harus melewati rangkaian perawatan yang menyakitkan dan berulang. Beberapa perawatan yang harus dilalui anak selama hospitalisasi adalah pemasangan jarum infus, pengambilan sampel darah, pemasangan NGT, CT Scan hingga radiografi. Proses perawatan yang dilalui membuat anak terpaksa harus berpisah dari orang tuanya dan dapat menyebabkan anak memunculkan reaksi takut berlebih, khawatir dan perasaan cemas (Fiteli, 2024).

Tanda dan gejala kecemasan adalah merasa tegang, mudah marah, takut pada sesuatu yang akan terjadi, perhatian mulai teralih, sesekali mengalami napas pendek, naiknya tekanan darah dan nadi, muka berkerut dan bibir bergetar, mulut kering, gelisah, konstipasi, sulit tidur, dan merasa tidak aman (Muhammad A *et al.*, 2021). Kecemasan (*anxiety*) adalah perasaan kekhawatiran seseorang tentang peristiwa menakutkan yang akan terjadi dimasa

depan , tidak bisa dikendalikan dan bila terjadi, maka akan dinilai sebagai sesuatu yang mengerikan (Aseta *et al.*, 2023).

Mayoritas anak yang harus dirawat di rumah sakit atau hospitalisasi akan mengalami respon yang berlebihan akibat lingkungan yang baru, seperti perasaan cemas, ketakutan, serta menangis terus-menerus. Kecemasan merupakan perasaan takut serta ketidakpastian dengan alasan yang tidak jelas (Perdana & Tambunan, 2024). Beberapa faktor penyebab anak-anak mengalami kecemasan saat hospitalisasi diantaranya lingkungan rumah sakit yang asing, kondisi fisik seperti rasa sakit dan penyakit yang anak alami, prosedur perawatan dan pemeriksaan medis di rumah sakit (Dolok Saribu *et al.*, 2021). Selain itu, adanya perbedaan bentuk ruangan, suasana, serta aktivitas rumah sakit yang berbeda dengan rumah mengakibatkan anak mudah mengalami kecemasan (Pramudita & Maryatun, 2023). Perasaan cemas yang paling banyak dialami oleh anak seperti menangis, ketakutan secara berlebihan baik kepada petugas dan orang yang baru dijumpai. Anak yang menjalani hospitalisasi mengalami *anxiety* atau gangguan kecemasan yang disebabkan oleh perpisahan seperti perpisahan dengan lingkungannya yang nyaman di rumah, perpisahan dengan saudaranya serta dengan orangtua (Purnama *et al.*, 2020).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 mengatakan sebanyak 5 juta anak usia pra sekolah yang menjalani hospitalisasi di dunia mengalami kecemasan dikarenakan prosedur tindakan bedah dan saatmenjalani perawatan (Padila *et al.*, 2020). Di Indonesia, sebanyak 2.8% atau 82.666 anak di Indonesia yang menjalani hospitalisasi mengalami kecemasan (Pramudita & Maryatun, 2023). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Nasional (SUSENAS) pada tahun 2022 sebanyak 30,82% anak usia 0-17 tahun dari total penduduk Indonesia dan sekitar 35 dari 100 anak mengalami kecemasan saat menjalani perawatan di rumah sakit.

Berdasarkan masalah, Anak memerlukan media yang dapat mengatasi kecemasan akibat hospitalisasi dan mampu bekerja sama dengan petugas kesehatan selama dalam perawatan. Beberapa media yang dapat mengatasi kecemasan akibat hospitalisasi anak adalah pendekatan empirik dan pendekatan melalui metode permainan. Pendekatan empirik dilakukan dengan menanamkan kesadaran diri terhadap para tenaga kesehatan yang terlibat dalam hospitalisasi. Pendekatan melalui metode permainan merupakan cara alamiah bagi anak untuk mengungkapkan konflik dalam dirinya yang tidak disadari. Kegiatan yang dilakukan sesuai keinginan sendiri untuk memperoleh kesenangan. Bermain merupakan kegiatan menyenangkan berupa kegiatan fisik, intelektual, emosi, sosial, sekaligus belajar dan perkembangan mental. Konsep bermain anak usia prasekolah yaitu inisiatif, anak mulai

berkembang dan ingin mengetahui lebih banyak lagi mengenai hal - hal disekitarnya. Dengan demikian, isi bermain anak lebih banyak menggunakan simbol - simbol dalam permainan (dramatik *role play*) dan permainan yang dapat meningkatkan keterampilan (*skill play*). *Skill play* merupakan permainan yang memberikan kesempatan anak untuk mengembangkan kemampuan motorik, baik motorik kasar dan motorik halus. Salah satu metode *skill play* adalah mewarnai gambar. Mewarnai gambar merupakan suatu bentuk kegiatan kreativitas, dimana anak diajak untuk memberikan suatu atau beberapa goresan warna pada bentuk atau pola gambar (Suprpti & Astuti, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Yazia *et al.*, 2024) data menunjukkan hasil uji statistik terhadap pengaruh art therapy terhadap penurunan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) dengan menggunakan alat uji statistik Uji Paired Sampel Correlation didapatkan nilai P 0.000 dimana nilai P nya < 0.05. artinya ada perbedaan nyata antara sebelum dan sesudah pemberian terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah (3-6 tahun)

## **METODE**

Pelaksanaan EBN (*Evidence Based Nursing*) yang dilakukan adalah Terapi bermain Bermain Mewarnai Gambar anak usia prasekolah. Metode pelaksanaan yang dilakukan yaitu dengan teknik *eksperiment* (perlakuan) pada anak prasekolah. Keberhasilan pelaksanaan tindakan intervensi dilakukan dengan diukur sebelum dan sesudah dilakukan tindakan penerapan terapi bermain mewarnai gambar.

Waktu pelaksanaan dilakukan selama 3 hari. Dimana setiap hari dilakukan 1 kali Terapi bermain mewarnai gambar. Waktu pelaksanaan setiap latihan yaitu 15-20 menit. Tempat pelaksanaan di RSUD Arifin Achmad.

## **HASIL**

### **A. Pengkajian**

#### **1. Hasil Pengkajian Klien (An.M)**

Keluarga klien mengatakan klien mengalami demam tinggi yang naik turun sejak 5 hari yang lalu disertai mual, muntah, tidak nafsu makan dan anak selalu rewel . Ibu pasien mengatakan riwayat kesehatan yang lalu yakni demam, dan batuk pilek. Klien baru pertama kali masuk rumah sakit dan tidak memiliki riwayat alergi dan tidak ada obat-obatan yang dikonsumsi. An. M merupakan anak Tunggal. Lahir dengan cara spontan pada usia kehamilan 39 minggu ditolong oleh bidan dengan berat badan lahir 2900 kg dengan panjang 54 cm. An. M memiliki riwayat imunisasi lengkap. Ibu klien mengatakan bahwa An.M sudah sekolah PAUD, kesehariannya ia suka bermain Bersama teman

temannya dipaud dan saat dirumah ia hanya bermain dengan dengan teman teman dikompleknya. Pada saat pengkajian, anak tampak rewel, selalu memastikan keberadaan ibunya disampingnya, wajah anak tampak tegang. Hasil dari pengukuran VFAS (*Visual Facial Anxiety Scale*) dengan skor A7 (kecemasan tingkat sedang).

## **B. Diagnosa Keperawatan**

### **1. Pasien Kelolaan Klien (An.M)**

<b>Analisa Data</b>	<b>Masalah Keperawatan</b>
<b>Data Subjektif :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ibu pasien mengatakan bahwa selama di rumah sakit An. M hanya di tempat tidur, selalu meringis meminta pulang</li><li>- Ibu pasien mengatakan anaknya baru pertama kali dirawat dirumah sakit</li></ul>	
<b>Data Objektif :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Saat dilakukan pengkajian anak tampak selalu memastikan keberadaan ibunya disampingnya, wajah anak tampak meringis</li><li>- Saat berbicara anak tampak menghindar dan berlindung dibalik ibunya</li><li>- VFAS berat (skor A8)</li><li>- Nadi 130 x/ menit</li><li>- Suhu 38,1°C</li><li>- <i>Respiratory rate</i> 30x/menit</li></ul> <p>Tekanan Darah 120/78mmHg</p>	<b>Ansietas b.d Hospitalisasi</b>
<b>Data Subjektif :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Pasien mengeluh lemah</li></ul>	
<b>Data Objektif :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Nadi : 121x/mnt</li><li>- Turgor kulit menurun</li><li>- Membran mukosa kering</li></ul> <p>Suhu 38.1 °C</p>	<b>Hipertermia b.d Proses Penyakit</b>

## **C. Intervensi Keperawatan**

<b>No</b>	<b>Diagnosa Keperawatan</b>	<b>Tujuan Dan Kriteria Hasil</b>	<b>Intervensi</b>
1.	Ansietas b.d Hospitalisasi	<b>Tingkat ansietas [L.09093]</b> Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3 x 24 jam, maka tingkat ansietas menurun, dengan kriteria hasil: 1. Verbalisasi kebingungan menurun 2. Perilaku gelisah menurun 3. Perilaku tegang menurun 4. Konsentrasi membaik	<b>[ Terapi relaksasi [I.09326] Observasi</b> - Identifikasi penurunan tingkat energi, ketidakmampuan berkonsentrasi, atau gejala lain yang mengganggu kemampuan kognitif - Identifikasi Teknik relaksasi yang pernah efektif digunakan - Identifikasi kesediaan, kemampuan, dan penggunaan Teknik sebelumnya - Periksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah Latihan - Monitor respons terhadap terapi relaksasi <b>Terapeutik</b> - Ciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman, jika memungkinkan - Berikan informasi tertulis tentang persiapan dan prosedur teknik relaksasi - Gunakan pakaian longgar - Gunakan nada suara lembut dengan irama lambat dan berirama - Gunakan relaksasi sebagai

strategi penunjang dengan analgetik atau Tindakan medis lain, jika sesuai

### **Edukasi**

- Jelaskan tujuan, manfaat, Batasan, dan jenis relaksasi yang tersedia (mis: musik, meditasi, napas dalam, relaksasi otot progresif)
- Jelaskan secara rinci intervensi relaksasi yang dipilih
- Anjurkan mengambil posisi nyaman
- Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi
- Anjurkan sering mengulangi atau melatih Teknik yang dipilih
- Demonstrasikan dan latih Teknik relaksasi (mis: napas dalam, peregangan, atau imajinasi terbimbing)

---

2. Hipertermia b.d penyakit	<b>Termoregulasi [L. 14134]</b> Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3 x 24 jam, maka termoregulasi membaik, dengan kriteria hasil: 1. Menggigil menurun 2. Suhu tubuh membaik 3. Suhu kulit membaik	<b>Manajemen [I. 15506]</b> <b>Observasi</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Identifikasi penyebab hipertermia (mis: dehidrasi, terpapar lingkungan panas, penggunaan inkubator)</li><li>- Monitor suhu tubuh</li><li>- Monitor kadar elektrolit</li><li>- Monitor haluaran urin</li><li>- Monitor komplikasi akibat hipertermia</li></ul>	<b>Hipertermia</b>
-----------------------------	---	---	--------------------

---

**Terapeutik**

- Sediakan lingkungan yang dingin
- Longgarkan atau lepaskan pakaian
- Basahi dan kipasi permukaan tubuh
- Berikan cairan oral
- Ganti linen setiap hari atau lebih sering jika mengalami hyperhidrosis (keringat berlebih)
- Lakukan pendinginan eksternal (mis: selimut hipotermia atau kompres dingin pada dahi, leher, dada, abdomen, aksila)
- Hindari pemberian antipiretik atau aspirin
- Berikan oksigen, jika perlu

#### **Edukasi**

- Anjurkan tirah baring

#### **Kolaborasi**

- Kolaborasi pemberian cairan dan elektrolit intravena, jika perlu

### **Tingkat Kecemasan Anak Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi Relaksasi Bermain Mewarnai gambar**

Pasien	Selasa 25 Februari 2025		Rabu 26 Februari 2025		Kamis 27 Februari 2025	
	pretest	posttest	pretest	posttest	pretest	posttest
An.M	7	7	6	5	2	0

## **PEMBAHASAN**

### **1. Pengkajian Keperawatan**

Pengkajian keperawatan merupakan dasar pemikiran dalam memberikan asuhan keperawatan sesuai dengan kebutuhan klien. Pengkajian yang lengkap dan sistematis sesuai dengan fakta atau kondisi yang ada pada pasien sangat penting untuk merumuskan suatu

diagnosis keperawatan dan dalam memberikan asuhan keperawatan sesuai dengan respon individu (Kartikasari et al., 2020)

Pada saat dilakukan pengkajian keperawatan peneliti melihat secara langsung kondisi pasien, orang tua pasien menerima dengan baik sehingga mudah bagi peneliti mendapatkan informasi yang dibutuhkan untuk menegakkan diagnosa keperawatan. Pengkajian menggunakan format pengkajian keperawatan anak, metode wawancara observasi dan pengkajian fisik pada anak untuk menambah data yang diperlukan sebagai data penunjang. Beberapa data yang didapat yaitu ibu mengatakan bahwa anak pertama kali dirawat dirumah sakit sehingga masih asing dengan lingkungannya. pada saat melihat perawat anaknya selalu rewel. Saat perawat datang anak ketakutan dan menarik diri, tidak mau dilakukan tindakan, baik pemberian obat maupun pemeriksaan lainnya, saat dilakukan pengkajian anak tampak meringis, kontak mata kurang, nadi:121 kali/menit, cemas pada An.M di skala 7 (Sedang) menggunakan VFAS.

Hospitalisasi pada anak adalah pengalaman yang penuh tantangan, baik bagi anak itu sendiri maupun bagi orang dewasa yang mendampingi, yang dikenal dengan sebutan caregiver. Dalam konteks medis, hospitalisasi adalah kondisi ketika seorang anak memerlukan perawatan di rumah sakit untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan, mulai dari penyakit akut hingga gangguan kronis yang memerlukan perawatan intensif. Proses ini tidak hanya memengaruhi kondisi fisik anak, tetapi juga dapat menimbulkan dampak psikologis yang signifikan, baik pada anak maupun pada orang tua atau pengasuhnya. Dampak psikologis ini bisa bersifat jangka pendek maupun jangka panjang, dan sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor yang terkait dengan jenis penyakit, durasi perawatan, serta respons emosional dari caregiver yang mendampingi (Aziz & Zakir, 2022).

Terapi bermain adalah suatu bentuk permainan yang direncanakan untuk membantu anak mengungkapkan perasaannya dalam menghadapi kecemasan dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak menyenangkan baginya (Adriana, 2013). Bermain pada masa pra sekolah adalah kegiatan serius, yang merupakan bagian penting dalam perkembangan tahun-tahun pertama masa kanak-kanak. Hampir sebagian besar dari waktu mereka dihabiskan untuk bermain (Zakiah, 2020).

Penulis berasumsi bahwa pengkajian keperawatan yang lengkap dan sistematis sangat penting untuk diagnosis yang akurat dan perencanaan asuhan yang tepat. Pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan pemeriksaan fisik pada anak memungkinkan identifikasi masalah keperawatan yang tepat, seperti kecemasan akibat hospitalisasi.

Penulis juga mengasumsikan bahwa hospitalisasi dapat menyebabkan kecemasan pada anak, terutama jika ini adalah pengalaman pertama mereka dirawat di rumah sakit. Perasaan cemas, marah, sedih, takut, dan rasa bersalah dapat timbul karena anak mengalami sesuatu yang tidak biasa dialami, yang menimbulkan perasaan negatif pada orang tua. Oleh karena itu, penulis berasumsi bahwa peran orang tua sangat penting dalam mendukung proses pengkajian dan perawatan anak. Keterlibatan orang tua dalam proses pengkajian mempermudah perawat dalam memperoleh informasi yang diperlukan untuk diagnosis dan perencanaan asuhan keperawatan. Selain itu, penulis mengasumsikan bahwa penggunaan format pengkajian keperawatan anak efektif dalam mengidentifikasi masalah. Penggunaan format standar dalam pengkajian keperawatan anak membantu dalam pengumpulan data yang komprehensif dan terstruktur. Penulis juga berasumsi bahwa observasi fisik dan perilaku anak memberikan data objektif yang penting. Pengamatan langsung terhadap kondisi fisik dan perilaku anak, seperti kontak mata, nadi, dan ekspresi wajah, memberikan informasi objektif yang penting dalam menilai tingkat kecemasan anak. Asumsi-asumsi ini mendasari pendekatan penulis dalam melakukan pengkajian keperawatan yang komprehensif untuk mengidentifikasi dan menangani masalah kecemasan pada anak selama hospitalisasi.

## **2. Diagnosa Keperawatan**

Diagnosis keperawatan adalah pernyataan yang menguraikan respon aktual atau potensial klien terhadap masalah kesehatan yang dilakukan oleh perawat yang memiliki ijin dan kompeten untuk mengatasinya. Respon aktual dan potensial klien didapatkan dari data dasar pengkajian, tinjauan literatur yang berkaitan, catatan medis klien masa lalu, dan konsultasi dengan profesi lain yang kesemuanya dikumpulkan selama pengkajian. Tujuan dari diagnosis keperawatan adalah memungkinkan perawat untuk menganalisis dan mensintesis data yang telah dikelompokkan dalam pola kesehatan, dan untuk mengidentifikasi masalah, faktor penyebab masalah, kemampuan klien untuk dapat mencegah atau memecahkan masalah (Fahrurozi, 2021).

Diagnosa keperawatan pada klien yaitu Ansietas b.d Hospitalisasi berdasarkan Penyusunan analisis, data subjektif pada An.M yaitu keluarga mengatakan bahwa anak pertama kali dirawat dirumah sakit dan keluarga mengatakan anaknya rewel dan pada saat melihat perawat anaknya ketakutan. Data objektif yaitu saat perawat datang anak meringis dan menarik diri, tidak mau dilakukan tindakan, baik pemberian obat maupun pemeriksaan lainnya, saat dilakukan pengkajian anak tampak tegang, kontak mata kurang, nadi:121 kali/menit, cemas di skala 7 (Sedang) menggunakan VFAS . Data ini sesuai dengan

karakteristik dari masalah keperawatan Ansietas b.d hospitalisasi.

### **3. Intervensi Keperawatan**

Intervensi keperawatan adalah tindakan yang dilakukan untuk perilaku spesifik dari tindakan yang akan dilakukan oleh perawat. Dari diagnosa yang muncul, selanjutnya dibuat rencana keperawatan sebagai langkah untuk melakukan tindakan pemecahan masalah keperawatan berdasarkan diagnosa keperawatan (Santoso et al., 2022).

Penyusunan intervensi keperawatan ini disesuaikan dengan SLKI (Standar Luaran Keperawatan Indonesia) dan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia). Diagnosa keperawatan yang muncul pada kasus yaitu Ansietas b.d Hospitalisasi dan intervensi yang digunakan yaitu Terapi Relaksasi dengan penerapan bermain Mewarnai gambar. periksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah latihan, monitor respons terhadap terapi relaksasi, jelaskan tujuan, manfaat, batasan, dan jenis relaksasi yang tersedia (mis: terapi bermain mewarnai gambar), jelaskan secara rinci intervensi relaksasi yang dipilih, anjurkan mengambil posisi nyaman, demonstrasikan dan latih teknik relaksasi (mis: terapi bermain mewarnai gambar)

### **4. Implementasi Keperawatan**

Implementasi keperawatan adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan oleh perawat untuk membantu klien dari masalah status kesehatan yang dihadapi ke status kesehatan yang baik yang menggambarkan kriteria hasil yang diharapkan. Ukuran intervensi keperawatan yang diberikan kepada klien terkait dengan dukungan dan pengobatan dan tindakan untuk memperbaiki kondisi dan pendidikan untuk klien/keluarga atau tindakan untuk mencegah masalah kesehatan yang muncul dikemudian hari. Proses pelaksanaan implementasi harus berpusat kepada kebutuhan klien dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kebutuhan keperawatan & strategi implementasi keperawatan & dan kegiatan komunikasi (Safitri, 2019)

Implementasi terapi relaksasi bermain mewarnai gambar dilakukan selama 3 hari yaitu 25-27 Februari 2025, dengan 1 orang anak. Waktu pelaksanaan setiap latihan yaitu 10-20 menit. Tempat pelaksanaan di RSUD Arifin Achmad. Sebelum peneliti melakukan penerapan terapi bermain mewarnai gambar peneliti melakukan kontrak waktu terlebih dahulu di hari senin 24 februari 2025 dengan kedua orang tua anak, Kemudian menyepakati waktu penerapan.

Pada hari pertama penerapan Selasa, 25 Februari 2025 peneliti mengidentifikasi relaksasi yang pernah digunakan oleh anak orang tua anak mengatakan bahwa mereka tidak pernah melakukan teknik relaksasi kepada anaknya, orang tua juga mengatakan tidak tahu jika bermain mewarnai gambar merupakan salah satu terapi untuk menurunkan kecemasan

pada anak, kemudian menjelaskan tujuan, manfaat dari terapi relaksasi bermain mewarnai gambar, melakukan pengkajian VFAS, memberikan terapi bermain mewarnai gambar kepada anak, dan memonitor respons terhadap terapi relaksasi bermain mewarnai gambar.

Pada hari kedua Rabu, 26 Februari 2025, peneliti melanjutkan intervensi keperawatan terapi relaksasi bermain mewarnai gambar, sama seperti hari pertama peneliti melakukan pendekatan kembali kepada anak, melakukan pengkajian VFAS sebelum dilakukan penerapan terapi bermain mewarnai gambar, memberikan terapi bermain mewarnai gambar kepada anak, mengukur VFAS setelah dilakukan terapi bermain mewarnai gambar kepada anak dan memonitor respons terhadap terapi relaksasi bermain mewarnai gambar pada anak.

Pada hari ketiga Kamis 27 Februari 2025, peneliti melakukan intervensi keperawatan terapi relaksasi bermain mewarnai gambar hari terakhir, melakukan pengkajian VFAS sebelum dilakukan penerapan terapi bermain mewarnai gambar, memberikan terapi bermain mewarnai gambar kepada anak, mengukur VFAS setelah dilakukan terapi bermain mewarnai gambar kepada anak dan memonitor respons terhadap terapi relaksasi bermain mewarnai gambar.

Mewarnai gambar merupakan suatu bentuk kegiatan kreativitas, dimana anak diajak untuk memberikan satu atau beberapa goresan warna pada suatu bentuk atau pola gambar, sehingga terciptalah sebuah kreasi seni. Ada banyak manfaat mewarnai gambar bagi anak, antara lain: melatih anak mengenal aneka warna dan nama-nama warna, menstimulasi daya imajinasi dan kreativitas, melatih mengenal objek yang akan diwarnai, melatih anak untuk membuat target, melatih anak mengenal garis batas, melatih keterampilan motorik halus anak sebagai salah satu sarana untuk mempersiapkan kemampuan menulis, melatih kemampuan koordinasi antar mata dan tangan. Mulai dari berbagai cara yang tepat menggenggam krayon hingga memilih warna dan menajamkan krayon sebagai terapi permainan kreatif yang merupakan metode penyuluhan kesehatan untuk merubah perilaku anak selama dirumah sakit (Yuliyanto et al., 2023).

Menurut asumsi penulis, Orang tua belum mengenal terapi mewarnai Gambar penulis beranggapan orang tua awalnya tidak tahu bahwa mewarnai dapat menurunkan kecemasan anak. Pengukuran VFAS menggambarkan perubahan nyata, penulis mengasumsikan skor kecemasan VFAS sebelum dan sesudah setiap sesi adalah indikator valid untuk menilai efektivitas terapi. Selain itu Konsistensi pendekatan selama tiga hari diharapkan menciptakan efek akumulatif yang signifikan dalam menurunkan kecemasan anak.

## **5. Evaluasi Keperawatan**

Evaluasi keperawatan adalah kegiatan yang terus menerus dilakukan untuk menentukan apakah rencana keperawatan efektif dan bagaimana rencana keperawatan dilanjutkan, merevisi rencana atau menghentikan rencana keperawatan. Selain itu juga evaluasi dilakukan untuk melihat perkembangan dari kesehatan pasien. Metode yang dilakukan pada jurnal ini adalah dengan mengobservasi dan menjelaskan keterkaitannya dengan judul pada jurnal. Dan didapatkan hasil bahwa evaluasi yang dilakukan perawat cukup baik diberbagai tempat yang berbeda beda. Hal ini perlu ditingkat kedepannya terutama dalam pendokumentasi evaluasi. Untuk melihat perkembangan kesehatan pasien apakah sesuai dengan tujuan awal atau perencanaan atau tidak (Karina & Ginting, 2020).

Terapi relaksasi bermain mewarnai gambar selama 3 hari dengan mengukur tingkat kecemasan anak sebelum dan sesudah penerapan, dari hasil evaluasi diperoleh bahwa masalah Ansieas teratasi. Hal tersebut dibuktikan pada Selasa 25 Februari 2025 didapatkan data subjektif yaitu Ibu klien An.M mengatakan anaknya masih takut jika ada perawat yang datang, ibu An.M mengatakan mau anaknya dilakukan terapi relaksasi bermain mewarnai gambar. Data objektif yaitu pada An.M didapatkan tingkat kecemasan 7 setelah dilakukan terapi bermain mewarnai gambar, kontak mata klien masih kurang dan klien masih tampak takut. Masalah belum teratasi sehingga intervensi terapi bermain mewarnai gambar masih dilanjutkan hari berikutnya dan juga didapatkan data kriteria hasil keperawatan verbalisasi kebingungan 2 (cukup meningkat), perilaku gelisah 1 (meningkat), perilaku tegang 1 (meningkat), konsentrasi 2 (cukup memburuk).

Rabu, 26 Februari 2025 didapatkan data subjektif yaitu Ibu klien An.M mengatakan anaknya sudah mau berinteraksi walaupun masih sedikit ketakutan. Data objektif yaitu pada An.M didapatkan tingkat kecemasan 6 setelah dilakukan terapi bermain mewarnai gambar, kontak mata 2 klien ada dan klien sesekali mau diajak berbicara serta didapatkan data kriteria hasil keperawatan verbalisasi kebingungan 3 (sedang), perilaku gelisah 3 (sedang), perilaku tegang 3(sedang), Masalah belum teratasi sehingga intervensi terapi bermain mewarnai gambar masih dilanjutkan hari berikutnya.

Pada hari Kamis, 27 Februari 2025 didapatkan data subjektif dari Ibu klien An.M mengatakan bahwa anaknya sudah mau berinteraksi. Data objektif yaitu pada An.M didapatkan tingkat kecemasan 0 setelah dilakukan terapi bermain mewarnai gambar, kontak mata klien ada, anak tampak sudah mau berinteraksi serta tidak menangis dan memeluk ibunya ketika terapi bermain mewarnai gambar, anak tampak tersenyum dan sudah kooperatif dan didapatkan data kriteria hasil keperawatan verbalisasi kebingungan 5

(menurun), perilaku gelisah 5 (menurun), perilaku tegang 5 (menurun) dan konsentrasi 5 (membaik). Masalah teratasi sehingga intervensi terapi bermain mewarnai gambar dihentikan.

Penulis mengasumsikan bahwa evaluasi harus dilakukan secara terus-menerus untuk menilai efektivitas rencana keperawatan dan menentukan apakah intervensi perlu dilanjutkan, direvisi, atau dihentikan. Dokumentasi evaluasi sangat penting Penulis menekankan perlunya pencatatan evaluasi yang lengkap dan jelas agar perkembangan pasien dapat dipantau dengan baik dan keperawatan berjalan berbasis bukti. Penerapan terapi 3 hari cukup untuk menurunkan kecemasan penulis berasumsi bahwa pelaksanaan terapi mewarnai selama tiga hari (25-27 Februari 2025) dengan pengukuran VFAS rutin sebelum dan sesudah sesi akan menurunkan kecemasan anak secara konsisten. Pengukuran subjektif & objektif mencerminkan perubahan nyata Dengan data subjektif dari ibu (interaksi anak meningkat) dan data objektif (skor VFAS turun dari 7 ke 0; perubahan verbalisasi, gelisah, tegang, konsentrasi), penulis berasumsi bahwa hasil ini valid dan sesuai tujuan perawatan. Serta Intervensi dihentikan saat masalah teratasi Penulis mengasumsikan bahwa jika skor kecemasan mencapai 0 dan indikator perilaku membaik signifikan, intervensi dapat dihentikan karena tujuan keperawatan telah tercapai.

## **KESIMPULAN**

1. Hasil pengkajian keperawatan pada anak yang mengalami kecemasan saat hospitalisasi harus dilakukan secara komprehensif dan sistematis, mencakup observasi perilaku, wawancara dengan orang tua, dan pemeriksaan fisik. Data objektif seperti nadi, ekspresi wajah, kontak mata, serta pengukuran kecemasan dengan VFAS, harus dikombinasikan dengan informasi subjektif dari orang tua agar diagnosis keperawatan menjadi akurat dan responsif terhadap kebutuhan individu. Keterlibatan orang tua sangat krusial karena membantu memperoleh informasi valid sekaligus mengurangi kecemasan anak, mendukung prinsip family-centered care yang terbukti meningkatkan hasil perawatan anak-anak yang dirawat inap
2. Hasil Diagnosis keperawatan yang ditegakkan pada pasien yaitu Ansietas berhubungan dengan hospitalisasi didasarkan pada kombinasi data subjektif dan objektif. Data orang tua menunjukkan bahwa anak merasa takut dan rewel karena baru pertama kali dirawat. Data observasi mencatat respons seperti meringis, menarik diri, kontak mata berkurang, nadi meningkat (121 kali/menit), dan kecemasan sedang dengan skor VFAS 7.
3. Hasil Intervensi yang diterapkan pada pasien yaitu terapi relaksasi dengan bermain mewarnai gambar yang dilengkapi observasi fisik, pengaturan suasana, edukasi, dan

monitoring sistematis sesuai SLKI-SIKI terbukti efektif mengurangi kecemasan pada anak selama hospitalisasi.

4. Hasil implementasi keperawatan berupa terapi relaksasi melalui bermain mewarnai gambar selama tiga hari (25-27 Februari 2025, 10-20 menit per sesi) dengan persiapan kontrak waktu bersama orang tua merupakan pendekatan yang berpusat pada kebutuhan anak (berdasarkan SLKI/ SIKI). Intervensi ini mencakup pengkajian respons fisik sebelum dan sesudah (nadi, ketegangan otot, suhu), pemberian edukasi mengenai tujuan dan manfaat terapi, demonstrasi teknik, serta pemantauan berkelanjutan. Prosesnya dirancang agar lingkungan menjadi nyaman dan kolaboratif, sehingga terapi dapat membantu menurunkan kecemasan anak secara efektif dan mencapai hasil keperawatan yang diharapkan.
5. Hasil Evaluasi keperawatan harus dilakukan secara terus-menerus dengan dokumentasi yang baik untuk menilai efektivitas intervensi. Terapi relaksasi bermain mewarnai selama tiga hari terbukti efektif menurunkan kecemasan anak secara signifikan, sehingga intervensi dapat dihentikan saat tujuan perawatan tercapai.

## **SARAN**

### **1. Bagi Masyarakat**

Kegiatan teknik relaksasi dengan teknik terapi bermain mewarnai gambar pada pasien lebih ditingkatkan dan memberikan motivasi serta dukungan kepada pasien dan keluarga untuk memberikan rasa nyaman pada anak.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dapat dijadikan bahan kajian pustaka mengenai teknik relaksasi dengan terapi bermain mewarnai gambar pada pasien usia pra sekolah yang mengalami ansietas atau kecemasan saat hospitalisasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amna, N., Ramadani, D., Keperawatan, D. T., & Abulyatama, U. (2024). Hubungan Penerapan Atraumatic Care terhadap Kecemasan pada Anak yang Mengalami Hospitalisasi. 2.
- Andrian, M., Aristiya, N., Rahayu, S., & Novita, A. (2025). EFEKTIFITAS PEMBERIAN TERAPI SLOW DEEP BREATHING DAN PASIEN DI IGD. 8, 1042-1048.
- Aryani, D., & Zaly, N. W. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar terhadap Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Prasekolah. Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 10(1), 101. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.289>
- Aseta, P. A., Undari Nurkalis, Anis Purwati, & Sri Hastuti. (2023). Tingkat Kecemasan Peserta Didik Smk Keperawatan Menghadapi Ujian Sertifikasi Kompetensi. Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan, 11(02), 173-181. <https://doi.org/10.52236/ih.v11i2.341>
- Aziz, A., & Zakir, S. (2022). Indonesian Research Journal on Education: Jurnal Ilmu Pendidikan. 2(3), 1030-1037.
- Dolok Saribu, H. J., Pujiati, W., & Abdullah, E. (2021). Penerapan Atraumatic Care dengan Kecemasan Anak Pra-Sekolah Saat Proses Hospitalisasi. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 10(2), 656-663. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.653>
- Ersyad Ithok, A., Nurhayati, S., & Immawati. (2022). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Application of Coloring Picture Play Therapy To Reduce an Anxiety Level in Preschool Age Children (3-5 Years). Jurnal Cendikia Muda, 2(2), 220-226.
- Fahrurozi. (2021). Diagnosa Dalam Proses Keperawatan. Jurnal Ilmiah Kesehatan 2021, 21(1), 14-19.
- Fiteli, I. (2024). Gambaran Respon Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Yang Pertama Kali Dirawat Inap Di Rumah Sakit. Jurnal Keperawatan Profesional, 12(1), 84-110. <https://doi.org/10.33650/jkp.v12i1.8220>
- Karina, G., & Ginting, A. (2020). Perbandingan Dalam Mencapai Tujuan Awal.
- Kartikasari, F., Yani, A., & Azidin, Y. (2020). Pengaruh Pelatihan Pengkajian Komprehensif Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Perawat Mengkaji Kebutuhan Klien Di Puskesmas. Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi), 5(1), 79-89. <https://doi.org/10.51143/jksi.v5i1.204>
- Khatimah, H., Endarwati, S., Akhfar, K., Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba, A., Akkes Dharma Husada Kediri, K., Kebidanan Mega Buana, A., & Universitas Syekh Yusuf Al Makassar Gowa, K. (2024). Implementasi Treatment Sauna Pada Ibu Nifas Untuk Mengurangi Kecemasan Berbasis Homecare Implementation of Sauna Treatment for Postpartum Women to Reduce Anxiety Based on Homecare. Jurnal Pengabdian Bidang Kesehatan, 2(2), 42-48.
- Muhammad A, D., Rosyidawati, N. H., Sudrajat, A. A., Khairunnisa, N. H., Rahmawati, B. D. Z., Khatimah, W. H., Apriyani, P., Andriani, A. P. D., Widyastuti, P. A., Suryani, D. S., Nur Azizah, P. F. S., & Yuniasih, D. (2021). Anxiety of Final Semester Students: Mini

Review. Ahmad Dahlan Medical Journal, 2(2), 85-92.  
<https://doi.org/10.12928/admj.v2i2.5432>

- Padila, P., Yanti, L., Pratiwi, B. A., Angraini, W., & Admaja, R. D. (2020). Touch, Talk dan Skill Play terhadap Penurunan Kecemasan Anak Pre-School. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(2), 64-72. <https://doi.org/10.31539/jka.v2i2.1418>
- Perdana, R. G., & Tambunan, D. M. (2024). Pengaruh Terapi Bermain Jenga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah Prasekolah (4-6 Tahun) Akibat Hospitalisasi di Rumah Sakit Murni Teguh Ciledug. *Indonesian Trust Nursing Journal (ITNJ)*, 2(1), 87-92.
- Pramudita, C. D. A., & Maryatun, M. (2023). Penerapan Terapi Bermain Puzzle Pada Anak Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di Bangsal Shofa Rs Pku Muhammadiyah Karanganyar. *OVUM: Journal of Midwifery and Health Sciences*, 3(2), 54-61. <https://doi.org/10.47701/ovum.v3i2.2945>
- Purnama, B. A., Indriyani, P., & Ningtyas, R. (2020). Pengaruh Terapi Story Telling Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah Dengan Hospitalisasi. *Journal of Nursing and Health*, 5(1), 40-51.
- Purwati, D. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Bermain Mewarnai Gambaran Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Prasekolah Selama Hospitalisasi di RSUD Kota Madiun. *Occupational Medicine*, 53(4), 130.
- Rahmania, D. R., Apriliyani, I., & Kurniawan, W. E. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi pada Anak dengan Tindakan Invasif. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 625-634. <https://doi.org/10.37287/jppp.v6i2.2146>
- Safitri, R. (2019). Implementasi Keperawatan Sebagai Wujud Dari Perencanaan Keperawatan Guna Meningkatkan Status Kesehatan Klien.
- Salsabila, I. (2022). Terapi Suportif untuk Mengurangi Perilaku Berdiam Diri Pada Penderita Skizofrenia. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 10(4), 125-129. <https://doi.org/10.22219/procedia.v10i4.19091>
- Santoso, D., Dewe, E., & Murtiani. (2022). Asuhan Keperawatan Hipertermia Pada an S Dengan Febris Di Ruang Firdaus Rsi Banjarnegara. *Jurnal Inovasi Penelitian*, Vol.3 No.(7), 6915-6922.
- Suprapti, E., & Astuti, Y. (2023). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di RS TK. II. 04.05. 01 Dr. Soedjono Magelang. *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 1(4), 122-131.
- Terapi, P., Terhadap, M., Anak, K., Yang, P., Hospitalisasi, M., Ruang, D. I., Inap, R., Influence, T. H. E., Coloring, O. F., On, T., Anxiety, T. H. E., Preschool, O. F., Children, A. G. E., Experienced, W. H. O., In, H., Children, T. H. E., & Room, I. (2024). *Jurnal Keperawatan*. 16, 1381-1392.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI). In *Persatuan Perawat Nasional Indonesia (1st ed.)*. Persatuan Perawat Indonesia.

Yuliyanto, D., Nurrohmah, A., & Purnamawati, F. (2023). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah Di Ruang Anggrek RSUD Dr. Soeratno Gemolong. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia, 2(9), 1-9. <https://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/504>

Zakiah. (2020). Desain dengan menggunakan. 10(1), 39-47