

**PENGARUH TEKNIK DISTRAKSI MENGGAMBAR DAN MEWARNAI TERHADAP
DAMPAK HOSPITALISASI DIRUANGAN ANAK RSUD
PROF. DR ALOEI SABOE KOTA GORONTALO**

Andi Akifa Sudirman¹, Dewi Modjo², Priska Botutihe^{3*}

¹⁻³Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah
Gorontalo

Email Korespondensi: priskabotutihe@gmail.com

Disubmit: 05 Agustus 2024

Diterima: 22 April 2025

Diterbitkan: 01 Mei 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i5.16759>

ABSTRACT

To reduce the impact of anxiety due to hospitalization experienced by children, a medium is needed that can reveal children's anxiety, one of which is play therapy. To determine the effect of drawing and coloring distraction techniques on the impact of hospitalization in the children's room at Prof. Dr. Aloei Saboe Hospital, Gorontalo City. Quantitative using pre-experimental method with One Group Pre-Post Test Design approach. The sample used in this study were 10 child respondents who were treated in the pediatric room of Prof. Dr. H. Aloei Saboe Hospital Gorontalo City. Based on the results of the paired t-test test, it was found that there was a significant change in the pain scale owned by 10 respondents which can be seen with a P-Value of $0.000 < 0.05$, which means that there is a significant influence before and after the provision of drawing and coloring distraction techniques on the impact of hospitalization anxiety in children. The right form of approach is very helpful for the success of nurses, especially in children who experience fear during medical examinations, so it is necessary to have activities that can reduce fear such as play therapy.

Keywords: *Coloring, Distraction Techniques, Drawing, Hospitalization*

ABSTRAK

Untuk mengurangi dampak kecemasan akibat hospitalisasi yang dialami anak diperlukan suatu media yang dapat mengungkapkan rasacemas anak salah satunya yaitu terapi bermain. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh teknik distraksi menggambar dan mewarnai terhadap dampak hospitalisasi diruangan anak RSUD Prof. Dr Aloei Saboe Kota Gorontalo. kuantitatif dengan menggunakan metode pra-eksperimental dengan pendekatan *One Group Pra-Post Test Desig*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 10 responden anak yang dirawat diruang anak RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo. Berdasarkan hasil uji paired t-test didapatkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan terhadap skala nyeri yang dimiliki oleh 10 responden yang dapat dilihat dengan nilai P-Value $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh secara signifikan sebelum dan setelah dilakukan pemberian teknik distraksi menggambar dan mewarnai terhadap dampak hospitalisasi kecemasan pada anak. Bentuk pendekatan yang tepat sangat membantu keberhasilan perawat terutama pada

anak yang mengalami rasa takut selama pemeriksaan medis, sehingga perlu adanya kegiatan-kegiatan yang dapat menurunkan rasa takut seperti terapi bermain.

Kata Kunci: Hospitalisasi, Teknik Distraksi, Menggambar, Mewarnai

PENDAHULUAN

Anak adalah individu yang unik dan mempunyai kebutuhan sesuai tahap perkembangannya. Sebagai individu yang unik, anak memiliki berbagai kebutuhan yang berbeda satu dengan yang lain sesuai tumbuh kembang. Kebutuhan fisiologis seperti nutrisi dan cairan, aktivitas, eliminasi, tidur dan lain-lain, sedangkan kebutuhan psikologis, sosial dan spiritual yang akan terlihat sesuai tumbuh kembangnya. Anak sangat rentan terhadap penyakit, oleh karena itu sangat diperlukan tindakan preventif. Akan tetapi apabila anak mengalami sakit dan keluarga tidak dapat mengatasi karena kondisi anak terlalu parah, maka perawatan di rumah sakit sangat dibutuhkan. Perawatan anak di rumah sakit dapat dibantu untuk mengatasi atau meringankan penyakitnya. (Rumakamar et al., 2022)

Anak yang menjalani perawatan di rumah sakit pada dasarnya memberikan respon penerimaan yang buruk ketika dilakukan pemeriksaan medis, diantaranya anak menjadi lebih agresif dan tidak kooperatif dengan petugas kesehatan. Kondisi ini mempersulit perawat dalam melaksanakan tindakan pemeriksaan medis. Rasa takut akan cedera tubuh dan nyeri sering terjadi diantara anak-anak. Seringkali anak sulit diajak bekerja sama oleh perawat dalam melaksanakan pemeriksaan medis maupun asuhan keperawatan karena adanya rasa takut menghadapi petugas kesehatan. (Rhomantri et al., 2021)

Hospitalisasi adalah suatu proses oleh karena suatu alasan yang berencana dan darurat, mengharuskan anak untuk tinggal di rumah sakit, menjalani terapidan perawatan sampai pemulangnya kembali kerumah (Supartini, 2000). Hospitalisasi anak dapat menjadi suatu pengalaman yang menimbulkan trauma baik pada anak maupun orang tua sehingga menimbulkan reaksi tertentu yang akan sangat berdampak pada kerja sama anak dan orang tua dalam perawatan anak selama di rumah sakit. (Rahayu, 2017)

Berdasarkan Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) pada tahun 2021. Persentase anak umur 0-17 tahun didapatkan sebesar 11,75% yang mempunyai keluhan kesehatan dalam sebulan terakhir dan mengakibatkan terganggunya kegiatan sehari-hari. Sedangkan menurut kelompok usia, yaitu pada anak usia 7-12 tahun sebesar 9,88%. Anak yang mengalami keluhan kesehatan menjalani rawat inap di rumah sakit pemerintah sebesar 31,96% dan di rumah sakit swasta sebesar 41,49%. Tidak ada perbedaan yang signifikan dalam persentase anak perempuan dan anak laki-laki yang sakit.

Saat anak yang mengalami sakit dan menjalani perawatan di rumah sakit, mereka akan terpaksa berpisah dari lingkungan yang dirasakan nyaman, penuh kasih sayang, dan menyenangkan, yaitu rumah, permainan, dan teman sepermainannya (Siti, 2021). Anak yang di rawat di rumah sakit akan mengalami tindakan pengobatan dan

keperawatan sesuai dengan penyakit dan kebutuhan dasarnya. Salah satu tindakan yang rutin dilakukan adalah prosedur invasif, yaitu meliputi tindakan medis, tindakan keperawatan dan prosedur diagnostik. (Rhomantri et al., 2021)

Perasaan cemas merupakan dampak dari hospitalisasi yang dialami oleh anak karena menghadapi stressor yang ada dilingkungan rumah sakit. Perasaan tersebut dapat timbul karena menghadapi sesuatu yang baru dan belum pernah dialami sebelumnya, rasa tidak nyaman dan merasakan sesuatu yang menyakitkan. Kecemasan merupakan perasaan paling umum yang dialami oleh pasien anak. Terutama pada mereka yang baru pertama kali mengalami perawatan anak di rumah sakit, dan orang tua yang kurang mendapat dukungan emosi dan sosial keluarga, kerabat bahkan petugas kesehatan akan menunjukkan perasaan cemasnya. Terjadinya stres hospitalisasi pada anak dapat berpengaruh terhadap perawatan anak selama di rumah sakit dan dapat berpengaruh terhadap proses penyembuhan. Reaksi hospitalisasi yang ditunjukkan oleh anak bersifat individual dan sangat bergantung pada tahapan usia perkembangan anak, pengalaman sebelumnya terhadap sakit, sistem pendukung yang tersedia dan kemampuan coping yang dimiliki. (Purwati, 2017)

Untuk mengurangi dampak kecemasan akibat hospitalisasi yang dialami anak diperlukan suatu media yang dapat mengungkapkan rasa cemas anak salah satunya yaitu terapi bermain. Terapi bermain merupakan kegiatan untuk dapat membantu proses penyembuhan anak dan sarana dalam melanjutkan perkembangan yang optimal. Salah satu terapi bermain yang bisa dilakukan pada anak adalah terapi

bermain mewarnai gambar. (Aryani & Zaly, 2021)

Teknik distraksi adalah salah satu pendekatan yang dapat dilakukan untuk mengalihkan fokus dan perhatian anak pada nyeri ke stimulus yang lain. Distraksi digunakan untuk memusatkan perhatian anak agar menjauhi rasa nyeri ataupun rasa sakit, dan teknik distraksi pada anak dapat efektif dalam mengurangi nyeri. Distraksi intelektual yaitu pengalihan perhatian selain nyeri yang diarahkan kedalam tindakan-tindakan dengan menggunakan daya intelektual yang anak miliki seperti melakukan teknik distraksi menggambar dan mewarnai, yang digunakan untuk mengalihkan perhatian pasien terhadap sesuatu yang membuatnya tidak nyaman, cemas atau takut dengan cara memberikan gambar untuk diwarnai sehingga mengabaikan rasa tidak nyaman dan menunjukkan respon penerimaan yang baik. (Safari & Azhar, 2019)

Melalui menggambar dan mewarnai seorang dapat menuangkan simbolisasi tekanan atau kondisi traumatis yang dialaminya kedalam coretan dan pemilihan warna. Melalui mewarnai gambar, seseorang secara tidak sadar telah mengeluarkan muatan amigdalanya, yaitu mengekspresikan rasa sedih, cemas, tertekan, stres, menciptakan gambaran-gambaran yang membuat anak kembali merasa bahagia, dan membangkitkan masa masa indah yang pernah anak alami. (Jawiah et al., 2022)

Aktivitas terapi ini bahkan memberi cara untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya dengan lebih aman dibandingkan dengan komunikasi verbal. Aktivitas bermain mewarnai juga dapat menimbulkan perasaan tertarik dan menyenangkan pada anak serta memancing partisipasi

mereka karena dalam proses terapi ini anak melakukan sesuatu, tidak hanya terlibat dalam pembicaraan. Terkadang dengan banyak pembicaraan anak merasa kesal. Berbeda dengan bermain mewarnai gambar, seseorang secara tidak sadar telah mengekspresikan rasa sedih, rasa tertekan, stres, menciptakan gambaran-gambaran yang membuat seseorang kembali merasa bahagia dan membangkitkan masa-masa indah yang pernah dialami bersama orang-orang yang dicintai. Melalui kegiatan ini, anak dapat mengalihkan rasa takutnya dan mendapat efek relaksasi melalui kesenangannya melakukan. (Kusmawati, 2019)

Studi pendahuluan yang dilakukan di ruang rawat inap anak RSUD Prof. Dr Aloi Saboe Kota Gorontalo pada tanggal 09 Oktober 2023 didapatkan jumlah anak yang dirawat di ruang perawatan anak pada bulan Mei sebanyak 237 anak, pada bulan Juli terdapat 212 anak, dan pada bulan Juli terdapat 269 anak. Dimana diantaranya adalah anak dengan usia prasekolah (2-6 tahun). Dari uraian diatas dan melihat fenomena yang terjadi dilapangan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Pengaruh Teknik Distraksi Menggambar Dan Mewarnai Terhadap Dampak Hospitalisasi Diruangan Anak RSUD Prof. Dr Aloi Saboe Kota Gorontalo.

TINJAUAN PUSTAKA

Distraksi merupakan sistem aktivasi retikular yang dapat menghambat stimulus meyakinkan jika seseorang menerima masukan sensoris yang cukup ataupun berlebihan. Stimulus yang menyenangkan dapat melepaskan hormon endorfin. Distraksi merupakan kegiatan mengalihkan perhatian klien ke hal lain dan

dengan demikian dapat menurunkan ketakutan terhadap nyeri bahkan dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri (Dewi, 2024).

Distraksi Visual dan Audio visual Cara yang sering di gunakan pada teknik ini adalah dengan mengalihkan perhatian pasien pada hal-hal yang digemari seperti: melihat filem keluarga, menonton televisi, membaca koran, melihat pemandangan, melihat gambar-gambar, dan melihat buku cerita bergambar, bermain game (Hermansyah, 2020).

Manfaat teknik distraksi menggambar Mengurangi kecemasan, Mengurangi nyeri, Meningkatkan toleransi terhadap nyeri, Membantu anak merasa bahagia dan tidak takut, Menjadi salah satu bentuk hiburan.

Cara melakukan teknik distraksi menggambar Memilih gambar yang menarik, Memilih warna yang variatif, Memilih cerita yang menghibur, Memfokuskan perhatian pada gambar yang digambar (Nurbaniah, 2018).

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode pra-eksperimental dengan pendekatan *One Group Pra-Post Test Design*. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Intervensi yang diberikan yaitu melakukan teknik distraksi menggambar dan mewarnai kepada anak. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 10 responden anak yang dirawat diruangan anak RSUD Prof. Dr. H. Aloi Saboe Kota Gorontalo. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* yaitu teknik penetapan sampel secara

kebetulan/Inccidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel. Instrument penelitian yang digunakan yaitu SOP teknik distraksi menggambar dan mewarnai dan lembar kuesioner tingkat kecemasan anak. Teknik Analisa data yaitu menggunakan analisis univariat dalam hal ini untuk

mendiskripsikan masing-masing variabel tingkat kecemasan anak sebelum dan sesudah dilakukan teknik distraksi menggambar dan mewarnai, kemudian analisis bivariat menggunakan uji statistik uji paired t-test dengan menggunakan derajat kemaknaan α sebesar 5% ($p < 0.05$).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Anak Sebelum Diberikan Intervensi

| Tingkat Kecemasan | Frekuensi | Presentase |
|-------------------|-----------|------------|
| Kecemasan ringan | 2 | 20 |
| Kecemasan sedang | 6 | 60 |
| Kecemasan berat | 2 | 20 |
| Total | 10 | 100 |

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi frekuensi dampak hospitalisasi sebelum diberikan intervensi kepada responden yang diteliti di ruangan anak RSUD Prof. dr. Aloe Saboe

terbanyak yaitu pada dampak hospitalisasi dengan kecemasan sedang yaitu ada sebanyak 6 responden (60%) dan pada kecemasan ringan dan berat masing-masing ada 2 responden (20%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Anak Sesudah Diberikan Intervensi

| Tingkat Kecemasan | Frekuensi | Presentase |
|-------------------|-----------|------------|
| Kecemasan ringan | 2 | 20 |
| Kecemasan sedang | 6 | 60 |
| Kecemasan berat | 2 | 20 |
| Total | 10 | 100 |

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi frekuensi dampak hospitalisasi setelah diberikan intervensi kepada responden yang diteliti di ruangan anak RSUD Prof. dr. Aloe Saboe

terbanyak yaitu pada dampak hospitalisasi dengan kecemasan sedang yaitu ada sebanyak 6 responden (60%) dan pada kecemasan ringan ada 4 responden (40%).

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Teknik Distraksi Menggambar Dan Mewarnai Terhadap Dampak Hospitalisasi

| | Tingkat Kecemasan | | | |
|-----------|-------------------|----|-------|---------|
| | Mean | N | SD | P-Value |
| Pretest | 2.00 | 10 | 0.667 | 0,000 |
| Post-test | 1.60 | 10 | 0.516 | |

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan hasil penelitian pada 10 responden yang dilakukan analisis bivariat pada pre dan post intervensi pemberian teknik distraksi menggambar dan mewarnai didapatkan skala nyeri sebelum dilakukan pre-intervensi dengan mean 2.00, SD 0.667 dan P-Value 0,000. Sedangkan untuk post-intervensi mean 1.60, SD 0.516 dan P-Value 0,000. Berdasarkan hasil uji

paired t-test didapatkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan terhadap skala nyeri yang dimiliki oleh 10 responden yang dapat dilihat dengan nilai P-Value $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh secara signifikan sebelum dan setelah dilakukan pemberian teknik distraksi menggambar dan mewarnai terhadap dampak hospitalisasi kecemasan pada anak.

PEMBAHASAN

Dampak Hospitalisasi Anak Sebelum Diberikan Intervensi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa distribusi frekuensi dampak hospitalisasi sebelum diberikan intervensi kepada responden yang diteliti di ruangan anak RSUD Prof. dr. Aloe Saboe terbanyak yaitu pada dampak hospitalisasi dengan kecemasan sedang yaitu ada sebanyak 6 responden (60%) dan pada kecemasan ringan dan berat masing-masing ada 2 responden (20%).

Penelitian diketahui bahwa sebagian besar anak yang mengalami cemas di anak RSUD Prof. dr. Aloe Saboe adalah anak yang berjenis kelamin perempuan sejumlah 6 anak. Reaksi anak terhadap hospitalisasi dipengaruhi oleh faktor jenis kelamin. Perempuan lebih cemas dari pada laki-laki karena lebih mudah dipengaruhi oleh tekanan-tekanan lingkungan. Perempuan juga lebih sensitif, kurang sabar, dan mudah mengeluarkan air mata. Penelitian

oleh (Safari & Azhar, 2019) memperkuat bahwa anak laki-laki memiliki ketahanan yang lebih besar terhadap adaptasi dibandingkan perempuan. Perempuan lebih mudah mengalami kecemasan dari pada laki-laki karena perempuan lebih sensitif dan mudah dipengaruhi oleh tekanan lingkungan.

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Aryani & Zaly, 2021) menunjukkan bahwa responden di paviliun anak di RSPAD hampir mengalami kecemasan berat sebanyak 29 anak (82.9 %) sebelum

diberikan terapi bermain. Sesudah diberikan terapi bermain menunjukkan sebanyak 28 anak (80%) mengalami kecemasan sedang.

Kecemasan (*ansietas*) adalah gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability/RTA*, masih baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak

mengalami keretakan kepribadian/ *Splitting of Personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. (Andari, 2023)

Menurut Wong (2020), upaya untuk mengatasi kecemasan pada anak adalah melibatkan orang tua anak agar orang tua berperan aktif dalam perawatan anak, memodifikasi lingkungan rumah sakit agar anak tetap merasa nyaman dan tidak asing dengan lingkungan baru, serta peran dari petugas kesehatan rumah sakit (dokter, perawat) dimana diharapkan petugas kesehatan khususnya perawat harus menghargai sikap anak karena selain orang tua perawat adalah orang yang paling dekat dengan anak selama perawatan di rumah sakit. Sekalipun anak menolak orang asing (perawat), namun perawat harus tetap memberikan dukungan dengan meluangkan waktu secara fisik dekat dengan anak mengajak bermain dengan menggambar dan mewarnai.

Berdasarkan hasil diatas disimpulkan bahwa hospitalisasi di rumah sakit memerlukan kerjasama yang baik antara pasien, keluarga pasien, perawat dan petugas kesehatan lainnya untuk mempercepat kesembuhan pasien terutama anak-anak yang masih perlu menyesuaikan diri dengan keadaan rumah sakit dan sakit yang dideritanya. Perawat juga perlu memberikan konseling kepada orangtua/keluarga pasien yang mengalami stress atau kecemasan selama anak dirawat di rumah sakit.

Dampak Hospitalisasi Anak Setelah Diberikan Intervensi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa distribusi frekuensi dampak hospitalisasi setelah diberikan intervensi kepada responden yang diteliti di ruangan anak RSUD Prof. dr. Aloe Saboe terbanyak yaitu pada dampak hospitalisasi dengan

kecemasan sedang yaitu ada sebanyak 6 responden (60%) dan pada kecemasan ringan ada 4 responden (40%). Keadaan ini menunjukkan bahwa kondisi fisik anak lebih baik, anak sudah mulai bisa beradaptasi dengan lingkungan, dan kecemasan berkurang. Melalui bermain, anak melepaskan ketakutan, kecemasan, mengekspresikan kemarahan dan permusuhan. Bermain merupakan cara koping yang paling efektif untuk mengurangi kecemasan.

Bermain pada anak di rumah sakit menjadi media bagi anak untuk mengekspresikan perasaan tanpa kata-kata, dimana bermain mewarnai gambar membuat seseorang secara tidak sadar telah mengekspresikan rasa sedih, tertekan, stres dan membuat kembali merasa bahagia. Pentingnya terapi bermain di rumah sakit untuk memberikan perawatan yang holistik dan berkualitas dalam upaya untuk meringankan beban psikologis anakanak yang dirawat di rumah sakit. (Pamungkas, 2019)

(Rachmawati, 2022) berpendapat bahwa melalui terapi distraksi mewarnai gambar, seorang dapat menuangkan simbolisasi tekanan atau kondisi traumatis yang dialaminya kedalam coretan dan pemilihan warna. Dinamika secara psikologis menggambarkan bahwa individu dapat menyalurkan perasaan - perasaan yang tersimpan dalam bawah sadarnya dan tidak dapat dimunculkan kedalam realita melalui gambar. Melalui mewarnai gambar, seseorang secara tidak sadar telah mengeluarkan muatan amigdalanya, yaitu mengekspresikan rasa sedih, tertekan, stres, menciptakan gambaran - gambaran yang membuat kita kembali merasa bahagia, dan membangkitkan masa - masa indah yang pernah kita alami bersama orang - orang yang kita cintai. Melalui aktifitas mewarnai

gambar, emosi dan perasaan yang ada didalam diri bisa dikeluarkan, sehingga dapat menciptakan koping yang positif. Koping positif ini ditandai dengan perilaku dan emosi yang positif. Keadaan tersebut akan membantu dalam mengurangi stress/cemas yang dialami anak.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Purwati, 2017) menunjukkan bahwa kecemasan hospitalisasi pada anak prasekolah di Ruang Melati RSUD Kota Madiun sesudah diberikan terapi bermain mewarnai gambar sebagian besar mengalami kecemasan ringan yaitu sejumlah 15 anak (71,4%), cemas sedang sebanyak 6 anak atau (28,6%), dan tidak ada yang mengalami kecemasan berat ataupun panik dengan gambaran wajah rileks, lebih terbuka dan lebih kooperatif.

Berdasarkan hasil diatas disimpulkan bahwa kecemasan pada anak yang sedang dirawat bisa berkurang karena adanya dukungan orang tua yang selalu menemani anak selama dirawat, teman-teman anak yang berkunjung ke rumah sakit atau anak yang sudah membina hubungan yang baik dengan petugas kesehatan sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan. Selain itu, mengurangi kecemasan anak akibat hospitalisasi sangat diperlukan, karena selain membuat anak menjadi lebih kooperatif juga menunjang proses penyembuhan. Melalui terapi bermain mewarnai gambar dapat meminimalkan atau menurunkan kecemasan pada anak selama perawatan dan anak mempunyai koping yang positif sehingga akan membantu penyembuhan.

Pengaruh Teknik Distraksi Menggambar Dan Mewarnai Terhadap Dampak Hospitalisasi

Berdasarkan hasil penelitian pada 10 responden yang dilakukan

analisis bivariat pada pre dan post intervensi pemberian teknik distraksi menggambar dan mewarnai didapatkan skala nyeri sebelum dilakukan pre-intervensi dengan mean 2.00, SD 0.667 dan P-Value 0,000. Sedangkan untuk post-intervensi mean 1.60, SD 0.516 dan P-Value 0,000. Berdasarkan hasil uji paired t-test didapatkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan terhadap skala nyeri yang dimiliki oleh 10 responden yang dapat dilihat dengan nilai P-Value $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh secara signifikan sebelum dan setelah dilakukan pemberian teknik distraksi menggambar dan mewarnai terhadap dampak hospitalisasi kecemasan pada anak.

Hospitalisasi pada pasien anak dapat menimbulkan kecemasan dan stress pada semua tingkatan usia Anak akan menunjukkan berbagai perilaku sebagai reaksi terhadap pengalaman hospitalisasi. Reaksi anak terhadap hospitalisasi bersifat individual, dan sangat bergantung pada tahapan usia perkembangan anak, pengalaman sebelumnya terhadap sakit, sistem pendukung yang tersedia, dan kemampuan koping yang dimilikinya. (Wowiling et al., 2021)

Kecemasan merupakan respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan dan stress yang dialami anak saat hospitalisasi dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain faktor dari petugas kesehatan (perawat, dokter dan tenaga kesehatan lainnya), lingkungan baru dan keluarga yang mendampingi selama perawatan. Kecemasan yang dialami anak selama hospitalisasi dapat menimbulkan dampak diantaranya proses penyembuhan anak dapat terhambat, menurunnya semangat untuk sembuh dan tidak

kooperatifnya anak terhadap tindakan perawatan. (Ulinuha & Samiasih, 2020)

(Widakido, 2017) menyatakan upaya yang dilakukan untuk menangani kecemasan ada penatalaksanaan farmakologi dan penatalaksanaan non farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi dapat berupa obat anti kecemasan sedangkan non farmakologi berupa teknik relaksasi, teknik distraksi, humor, terapi spiritual dan aroma terapi. Teknik distraksi ada beberapa macam seperti distraksi visual, distraksi pendengaran, distraksi pernafasan dan distraksi intelektual.

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. (Purwati, 2017)

Penelitian yang dilakukan oleh (Siti, 2021) ini membuktikan bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan pada anak pre operasi sirkumsisi sebelum dan sesudah diberikan teknik distraksi. Dari hasil analisis

data yang diperoleh terbukti ada hasil perlakuan yang telah dilakukan oleh peneliti pada 15 orang pasien pre sirkumsisi. Pada awal diberikan distraksi rata-rata tingkat kecemasan adalah 1.73 (mengalami kecemasan sedang). Setelah pemberian teknik distraksi visual film kartun dan diobservasi menit selama 10 menit, ternyata tingkat kecemasan mampu menurun menjadi rata-rata 1.27 dan responden mengalami kecemasan ringan. Beberapa penyebab terjadinya penurunan ini dikarenakan unsur seperti gambar, warna, cerita dan emosi (senang, sedih, seru, semangat) yang terdapat dalam film kartun merupakan unsur otak kanan dan suara yang timbul dari film kartun tersebut merupakan unsur dari otak kiri. Sehingga dengan menonton film kartun animasi otak kanan dan otak kiri anak pada saat yang bersamaan digunakan dua-duanya secara seimbang dan anak fokus pada film kartun.

Pengalaman anak terhadap proses sakit dan dirawat sangat berpengaruh, apabila anak pernah mengalami pengalaman tidak menyenangkan dirawat di rumah sakit akan menyebabkan rasa takut dan trauma sebaliknya apabila anak dirawat di rumah sakit mendapatkan perawatan yang baik dan menyenangkan anak akan lebih kooperatif pada perawat dan dokter. (Waruwu, 2019)

Peneliti berpendapat bahwa pada anak usia prasekola anakyang mengalami hospitalisasi sebagian besar mengalami cemas berat, cemas berat sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah pengalaman anak masuk rumah sakit. Anak yang baru pertama kali di rawat di rumah sakit akan lebih cemas dibandingkan anak yang sudah beberapa kali di rawat di rumah sakit. Oleh karena itu pada

anak yang baru pertama kali dirawat di rumah sakit perlu adanya upaya mengalihkan kecemasan, sakit dan takut yang dialami salah satunya yaitu dengan melakukan teknik distraksi mewarna dan menggambar

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji paired t-test didapatkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan terhadap skala nyeri yang dimiliki oleh 10 responden yang dapat dilihat dengan nilai P-Value $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh secara signifikan sebelum dan setelah dilakukan pemberian teknik distraksi menggambar dan mewarnai terhadap dampak hospitalisasi kecemasan pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahwaliana. (2022). Pengaruh Storytelling Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruang Perawatan Anak Rsup Dr Wahidin Sudirohusodo Makassar. 8.5.2017, 2003-2005. www.Aging-Us.Com
- Andari, R. W. (2023). Pengaruh Audio Visual Video Game Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Pre- Sirkumsisi Di Jember Skripsi Pengaruh Audio Visual Video Game Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Pre-Sirkumsisi Di.
- 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.V>
- Dewi, W. K. (2024). *Penerapan Teknik Distraksi: Bercerita Pada Pasien Dengan Halusinasi Pendengaran* (Doctoral Dissertation, Tugas Akhir, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Hermansyah, Y. (2020). *Pengaruh Distraksi Audio Visual Terhadap Kecemasan Pasien Anak Pre Sirkumsisi Di Praktek Mandiri Perawat Beni Sidoarjo* (Doctoral Dissertation, Fakultas Kesehatan).
- Jawiah, Rehana, R., Martadinata, U. H., Elviani, Y., & Amelia, J. (2022). Pemberian Teknik Distraksi Menggambar Dan Mewarnai Untuk Menurunkan Ansietas Selama Hospitalisasi Pada Anak Dbd Di Rumah Sakit. *Journal Of Complementary In Health*, 2(2), 77-84. <https://doi.org/10.36086/Jch.V2i2.1437>
- Kusmawati, D. (2019). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Saat Hospitalisasi Pada Pasien Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Di Ruang Safir Santosa Hospital Bandung Kopo. *Universitas Bhakti Kencana*, 2, 25-29.
- Nurbaniah, I. (2020). *Asuhan Keperawatan Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah Dengan Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Di Rumah Sakit Roemani Semarang*. 282.
- Nurbaniah, I. (2018). *Asuhan Keperawatan Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah Dengan Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Di Rumah Sakit Roemani Semarang* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).
- Pamungkas, S. A. (2019). Efektivitas Teknik Distraksi Video Film Kartun Dalam Menurunkan

- Rasa Takut Oasien Anak Usia 5-6 Tahun Saat Perawatan Tumpatan Gic Kelas 1 Di Rsub Malang.
- Rachmawati. (2022). Efektivitas Bermain Terapeutik Dan Terapi Musik Lagu Islami Anak Terhadap Penurunan Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Di Ruang Nisa 1 Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.
- Rhomantri, M., Atika Sari, S. H., & Immawati. (2021). Penerapan Teknik Distraksi Menonton Kartun Edukasi Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Anak Usia 1-7 Tahun Saat Tindakan Invasif (Injeksi) Di Rsub Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3), 353-358.
- Rumakamar, H., Taqiyah, Y., & Alam, R. I. (2022). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak. *Window Of Nursing Journal*, 03(01), 83-90. <https://doi.org/10.33096/Won.V3i1.361>
- Safari, G., & Azhar, H. (2019). Pengaruh Teknik Distraksi Film Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia 4-6 Tahun Pre Sirkumsisi Di Klinik. *Healthy Journal*, 7(2), 29-37.
- Seggaf, E. M. A. (2017). Pengaruh Kompres Loe Vera Terhadap Suhu Tubuh Anak Usia Pra Sekolah Dengan Demam Di Puskesmas Siantan Hilir. *Jurnal Kesehatan*, 1(1), 1-14.
- Siki Dpp Ppni, T. P. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (Cetakan li). Dpp Ppni.
- Siti, N. A. (2021). Penerapan Distraksi Audio Visual Dalam Mengatasi Nyeri Akibat Pemasangan Infus Pada Anak Usia Sekolah (6-12) Tahun Saat Hospitalisasi. 2(30), 1-17.
- Slki Dpp Ppni, T. P. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia (Cetakan li). Dpp Ppni.
- Ulinuha, P., & Samiasih, A. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Kecemasan Akibat Pemberian Terapi Nebulizer Dengan Pemberian Terapi Bermain Plastisin Di Rs Roemani Muhammadiyah Semarang: Studi Kasus. 1, 2.
- Ulum, I. Bahrul. (2022). Pengaruh Distraksi Visual Video Game Film Terhadap Kecemasan Anak Sirkumsisi Pengaruh Distraksi Visual Video Game Film. 20010194 Imam Barul Ulum.Pdf
- H Medan. Dk, 53(9), 1689-1699.
- Wawan, S. (2019). Inovasi Terapi Bermain Mewarnai Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Akibat Efek Hospitalisasi Pada Anak Usia Pra Sekolah. 4-11.
- Wowiling, F. E., Ismanto, A. Y., & Babakal, A. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di Ruangan Irina E Blu Rsup. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Keperawatan Unsrat*, 2(2), 105672.