

## **PENGARUH TERAPI AKTIVITAS BERMAIN MEWARNAI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN ANAK DIRAWAT INAP RSUD KABUPATEN TANGERANG**

**Rianti, Ria Setia Sari, Neneng Gantini, Alif fuadi**

Universitas Yatsi Madani

[\\*riasetia233@gmail.com](mailto:*riasetia233@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Mengatasi kecemasan salah satunya yaitu dengan bermain. Pada anak bermain adalah kegiatan sehari-hari yang selalu mereka lakukan sehingga bermain merupakan sarana yang cocok sebagai terapi menurunkan kecemasan pada anak. Salah satu permainan yang dapat dilakukan pada anak yaitu terapi bermain mewarnai. Tujuan pada penelitian ini Untuk mengetahui pengaruh terapi aktivitas bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan pada anak dirawat inap di RSUD Kabupaten Tangerang. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Pre Eksperimental Design* dan rancangan penelitian *One-Grup Pretest-Posttest Design*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner serta uji analisis yang digunakan adalah *wilcoxon Signed Ranks Test*. Hasil pada penelitian ini yaitu dengan nilai Sig.=0,004 pada variabel tingkat kecemasan. Maka dapat disimpulkan "Ha diterima" (Sig 0.004< 0.05), Artinya ada pengaruh terapi aktivitas bermain mewarnai terhadap nilai tingkat kecemasan anak dirawat inap di RSUD Kabupaten tangerang

**Kata kunci: Anak, Kecemasan, Terapi bermain**

### **ABSTRACT**

One of the ways to overcome anxiety is to play. In children, playing is a daily activity that they always do, so playing is a suitable means as a therapy to reduce anxiety in children. One of the games that can be done for children is coloring play therapy. The purpose of this study was to determine the effect of coloring play activity therapy on the level of anxiety in children hospitalized at Tangerang District Hospital. The type of research used is quantitative research with Pre Experimental Design research design and One-Group Pretest-Posttest Design research design. The instrument used is a questionnaire and the analytical test used is the Wilcoxon Signed Ranks Test. The results in this study are the value of Sig. = 0.004 on the anxiety level variable. So it can be concluded "Ha is accepted" (Sig 0.004 < 0.05), meaning that there is an effect of coloring play activity therapy on the value of the anxiety level of children hospitalized in Tangerang District Hospital..

**Key word: Child, Anxiety, Play therapy**

### **PENDAHULUAN**

Kecemasan merupakan keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan yang disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan yang tidak menyenangkan itu sering kabur sulit menunjuk dengan tepat, tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan (Titik Lestari, 2015).

Terdapat beberapa cara untuk mengatasi kecemasan salah satunya yaitu dengan terapi bermain mewarnai. Bermain dapat dilakukan oleh anak yang sehat

maupun sakit. Terapi bermain merupakan kegiatan untuk mengatasi masalah emosi dan perilaku anak-anak karena responsif terhadap kebutuhan unik dan beragam dalam perkembangan mereka. Anak-anak tidak seperti orang dewasa yang dapat berkomunikasi secara alami melalui kata-kata, mereka lebih alami mengekspresikan diri melalui bermain dan beraktivitas (Heri Saputro, 2017).

Bermain sangat penting bagi mental, emosional, dan kesejahteraan sosial anak. Seperti kebutuhan perkembangan mereka, kebutuhan bermain tidak berhenti pada saat anak sakit atau di rumah sakit. Sebaliknya, bermain di rumah sakit memberikan manfaat utama yaitu meminimalkan munculnya masalah perkembangan anak, selain itu tujuan terapi bermain adalah untuk menciptakan suasana aman bagi anak-anak untuk mengekspresikan diri mereka, memahami bagaimana sesuatu dapat terjadi, mempelajari aturan sosial dan mengatasi masalah mereka serta memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk berekspresi dan mencoba sesuatu yang baru (Wong, 2009).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Rumah Sakit Umum Kabupaten Tangerang pada tanggal Mei 2022, dari bulan Januari sampai bulan April jumlah pasien anak yang dirawat di RSUD kabupaten Tangerang berjumlah 150 orang pasien. Hasil studi pendahuluan setiap anak yang dirawat di Rumah sakit baik anak yang pertama kali atau yang dirawat yang sudah lebih dari satu kali, anak mengalami kecemasan anak sering menangis, tidak kooperatif dalam diberikan asuhan keperawatan karena takut kepada tenaga Kesehatan sehingga membutuhkan hiburan seperti bermain mewarnai untuk mengurangi kecemasan anak ketika sedang melakukan kemoterapi.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh terapi aktivitas bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan anak dirawat inap RSUD Kabupaten Tangerang.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre-experimental design* dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest design* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan anak dirawat inap. *Pretest* dilakukan sebelum diberikan intervensi berupa terapi bermain, kemudian setelah diberikan terapi bermain dilakukan *posttest* sebagai test akhir untuk melihat perubahan kecemasan responden pada saat di rawat di rumah sakit. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien anak yang dirawat di RSUD kabupaten tangerang. Penelitian ini melibatkan 25 responden yang telah ditetapkan dengan metode pengambilan sampel total sampling. Lokasi penelitian bertempat di RSUD Kabupaten Tangerang. Alat pengumpulan data penelitian berupa kuesioner dari *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* yang terdiri dari 14 pertanyaan yang sudah dimodifikasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Analisa ini hanya menyederhanakan atau meringkas kumpulan data menjadi informasi yang berguna meliputi karakteristik responden (umur dan jenis kelamin anak), dengan uraian berikut ini :

## 1. Data Demografi

Variabel	Frekuensi	Presentasi (%)
<b>Umur</b>		
• 3 tahun	2	8,0 %
• 4 tahun	6	24,0 %
• 5 tahun	5	20,0 %
• 7 tahun	3	12,0 %
• 8 tahun	3	12,0 %
• 9 tahun	2	8,0 %
• 12 tahun	4	16,0 %
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	19	76,0 %
Perempuan	6	24,0 %
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa umur anak berkisar antara 3-12 tahun, sebagian besar responden berada pada kisaran umur 4 tahun sebanyak 6 responden (24,0%), dan berdasarkan karakteristik jenis kelamin mayoritas laki-laki adalah 19 responden (76,0 %).

## 2. Tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi aktivitas bermain mewarnai

No.	Tingkat kecemasan	Pre test	
		N	%
1.	Tidak cemas	0	0 %
2.	Cemas ringan	17	68,0%
3.	Cemas sedang	8	32,0%
4.	Cemas berat	0	0 %
5.	Panik	0	0%
Jumlah		25	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi tingkat kecemasan anak di RSUD Kabupaten Tangerang sebelum diberikan intervensi terapi aktivitas bermain mewarnai sebagian besar tergolong cemas ringan yaitu sebanyak 17 responden (68,0%), sedangkan sebagian kecil yaitu tergolong cemas sedang yaitu sebanyak 8 responden (32,0 %).

## 3. Tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi aktivitas bermain mewarnai

No.	Tingkat kecemasan	Pre test	
		N	%
1.	Tidak cemas	0	0 %
2.	Cemas ringan	24	96,0 %
3.	Cemas sedang	1	4,0%
4.	Cemas berat	0	0 %
5.	Panik	0	0%

Jumlah	25	100%
--------	----	------

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi tingkat di RSUD Kabupaten Tangerang sesudah diberikan intervensi terapi aktivitas bermain mewarnai sebagian besar tergolong cemas ringan yaitu sebanyak 24 responden (96,0%), sedangkan sebagian kecil yaitu tergolong cemas sedang yaitu sebanyak 1 responden (4,0 %).

4. Perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi aktivitas bermain mewarnai

No.	Tingkat kecemasan	Pre test		Post test	
		N	%	N	%
1.	Tidak cemas	0	0 %	0	0 %
2.	Cemas ringan	17	68,%	24	96,%
3.	Cemas sedang	8	32,%	1	4,0%
4.	Cemas berat	0	0 %	0	0 %
5.	Panik	0	0%	0	0%
Jumlah		25	100%	25	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi tingkat kecemasan anak sebelum dilakukan intervensi terapi aktivitas bermain mewarnai berada dalam kategori cemas ringan sebanyak 17 responden (68,0%), namun setelah dilakukan intervensi terapi aktivitas bermain mewarnai tingkat kecemasan menunjukkan perbaikan, dimana hampir seluruh responden berada pada kategori cemas ringan sebanyak 24 responden (96,0%) sehingga selisih keduanya yaitu (28%). Sedangkan pada cemas sedang sebelum diberikan intervensi terapi aktivitas bermain mewarnai sebanyak 8 responden (3,02 %) dan setelah diberikan intervensi terapi aktivitas bermain mewarnai menurun menjadi 1 responden ( 4,0 %) sehingga selisih keduanya yaitu (28 %).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan hasil nilai mean perbedaan sebelum dilakukan intervensi terapi aktivitas bermain mewarnai adalah 6,40 dengan Std Deviation 4,243 dan sesudah terapi aktivitas bermain mewarnai adalah 12,44 dengan Std Deviation 2,544. Terdapat selisih (Negative Ranks) nilai kecemasan yaitu 16 responden pre test dan post test menunjukkan adanya penurunan dari nilai pre test dan post test. Dan terdapat selisih (positif Ranks) nilai kecemasan yaitu 5 responden pre test dan post test menunjukkan adanya peningkatan dari nilai pre test dan post test. Serta terdapat kesamaan (Ties) nilai pre test dan post test yaitu 4 nilai. Data hasil uji statistik menunjukkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dapat diketahui nilai *P Value* dari data tersebut adalah 0.004 ( $P < 0.05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan yaitu antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi aktivitas bermain mewarnai pada anak leukemia yang menjalani kemoterapi.

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Bermain juga diartikan sebagai cara alamiah anak mengungkapkan konflik dalam dirinya tanpa disadari (Wong, 2009). Menurut penelitian Ikbal Fradianto (2014). Dari analisa perubahan tingkat

kecemasan sebelum dan sesudah dengan menggunakan uji T berpasangan didapatkan hasil nilai  $p = 0,000$  dimana nilai  $p < 0,05$ . Pada penelitian ini ada pengaruh terapi bermain lilin terhadap penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah di Ruang Anak RSUD dr. Soedarso Pontianak.

Penelitian lain yang senada dilakukan oleh Nor Ella Dayani (2015). Hasil analisis statistik kecemasan menggunakan uji t independent didapatkan nilai  $p\text{-value } 0,000 < \alpha 0,05$  yang berarti terdapat pengaruh terapi bermain clay terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang menjalani hospitalisasi di RSUD Banjar baru. Penelitian yang dilakukan Anang Widiyatmoko (2018). Dalam uji paired t-test, Diperoleh nilai t hitung sebesar  $(7,602) > t \text{ tabel } (2,045)$  maka  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh signifikan terapi bermain super bubbles terhadap kecemasan akibat hospitalisasi anak usia pra sekolah di RSUD Surakarta. Serta penelitian yang dilakukan oleh Fauzia Latif (2018) Hasil uji paired sample t-test diperoleh signifikan (2-tailed)  $0,001$  lebih kecil dari  $P\text{-value } 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima, sehingga ada pengaruh terapi bermain comedy cart terhadap tingkat kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi.

### **SIMPULAN**

Efek program terapi aktivitas bermain mewarnai dalam penelitian ini memberikan dampak yang positif pada responden. Kegiatan mewarnai dapat memberikan efek rileks pada responden karena aktivitasnya yang mengasyikan, pengenalan responden dengan gambar serta warna yang cocok untuk diberikan pada gambar yang ada. Selain kegiatan mewarnai yang menarik bagi anak, warna itu sendiri juga mempunyai manfaat bagi orang yang melihatnya.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terima kepada pihak yang telah memberikan kontribusi pada kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan lancar. Tim penulis mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Yatsi Madani, RSUD Kabupaten Tangerang yang telah membantu kegiatan penelitian ini sehingga berjalan dengan baik. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada para responden.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dayani, Nor Ella, dkk. (2015). *Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Menjalani Hospitalisasi Di Rsud Banjarbaru*. Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat. DK Vol.3/No.2/September/2015
- Fradianto Ikbal. (2014). *Pengaruh Terapi Bermain Lilin Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rsud Dr. Soedarso Pontianak*. Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. Pontianak.
- Latif Fauzia, (2018). *Pengaruh Terapi Bermain Comedy Cart Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rsud Dr. Moewardi Surakarta*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah. Surakarta

Lestari, Titik. (2015). *Kumpulan teori untuk kajian pustaka penelitian kesehatan*. Jogjakarta : Nuha Medika

Saputro, Heri dan Fazrin Intan. (2017). *Anak sakit wajib bermain dirumah sakit, penerapatan terapi bermain anak sakit, proses, manfaat dan pelaksanaannya*. Ponorogo : Forum ilmiah kesehatan

Setiawan, SD. (2015). *The effect of chemotherapy in cancer patient to anxiety*. Faculty of medicine, Universitas Lampung. J Majority Volume 4 Nomor 4 Februari 2015.94

Widiyatmoko, Anang (2018). Pengaruh terapi bermain super bubbles terhadap kecemasan akibat hospitalisasi pada anak pra sekolah di RSUD Surakarta : Jurnal

World Health Organization, (2014). *Health Topics: Cancer* <http://www.who.int/topics/cancer/en/> diakses 20 januari 2018