

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Hospitalisasi merupakan keadaan ketika anak harus menjalani perawatan medis di rumah sakit sampai kondisi kesehatannya dinilai cukup stabil untuk kembali kerumah (Mahadir et al., 2025). Pada anak usia prasekolah, pengalaman dirawat di rumah sakit sering kali tidak hanya menimbulkan gangguan fisik, tetapi juga dapat memunculkan masalah psikologis berupa kecemasan. Suasana rumah sakit yang belum familiar, tindakan medis yang menakutkan, serta keterpisahan sementara dari lingkungan sehari-hari dapat menjadi pemicu munculnya kecemasan pada anak. Jika kondisi tersebut tidak ditangani dengan baik, anak dapat mengalami kesulitan.

Kecemasan pada anak selama menjalani hospitalisasi masih menjadi permasalahan di berbagai negara. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 3–10% anak yang dirawat di rumah sakit di Amerika Serikat mengalami kecemasan selama masa perawatan (Purnamasari et al., 2025). Di Indonesia, angka hospitalisasi pada anak juga masih tinggi dan hampir setengah dari anak yang dirawat menunjukkan respons cemas selama berada di rumah sakit. Data di Jawa Tengah pada tahun 2023 menunjukkan dari 2.000 anak yang menjalani rawat inap, sebanyak 1.500 anak mengalami kecemasan (Priastono et al., 2026).

Anak usia prasekolah termasuk kelompok yang lebih rentan mengalami kecemasan karena pada tahap perkembangan ini kemampuan memahami situasi dan mengungkapkan perasaan masih terbatas. Kondisi tersebut menyebabkan anak lebih mudah merasa takut ketika menghadapi lingkungan yang baru. Kecemasan yang muncul selama hospitalisasi dapat terlihat melalui perilaku menangis, menolak tindakan medis, sulit tidur, hingga perubahan perilaku menjadi lebih pasif. Keadaan ini tidak hanya memengaruhi kondisi emosional anak, tetapi juga dapat memperlambat

proses pemulihan dan memperpanjang lama perawatan di rumah sakit (Ameliya et al., 2023).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Anak Stela Maris 4 RS Panti Rahayu Gunungkidul pada tanggal 31 Maret 2026, menunjukkan bahwa dalam tiga bulan terakhir (Januari, Februari, Maret 2026) terdapat 54 anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Berdasarkan wawancara dengan enam perawat yang bertugas di ruang anak, diperoleh fenomena yang sering ditemukan di ruang perawatan anak menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia prasekolah mengalami reaksi emosional negatif selama hospitalisasi. Anak sering terlihat menangis saat tenaga kesehatan mendekat, menolak tindakan medis, sulit ditenangkan, hingga menunjukkan perilaku regresi seperti ingin selalu didampingi orang tua. Kondisi ini menggambarkan bahwa hospitalisasi masih menjadi pengalaman yang menegangkan bagi anak, terutama pada tahap perkembangan prasekolah yang masih memiliki keterbatasan dalam memahami situasi dan mengelola emosi (Fatmawati et al., 2025).

Dampak kecemasan yang tidak teratasi juga dapat mengganggu hubungan antara anak dan tenaga kesehatan, sehingga pelaksanaan tindakan keperawatan menjadi kurang optimal. Anak yang cemas cenderung tidak kooperatif, sehingga prosedur medis menjadi lebih sulit dilakukan. Oleh karena itu, diperlukan suatu intervensi yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga memperhatikan kebutuhan psikologis anak selama menjalani hospitalisasi (Fatmawati et al., 2025).

Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat diberikan untuk membantu menurunkan kecemasan pada anak adalah terapi bermain. Terapi bermain merupakan metode yang sesuai dengan dunia anak karena bermain merupakan aktivitas alami yang dapat membantu anak mengekspresikan emosi, mengurangi ketegangan, serta meningkatkan rasa

aman (Ramadhan & Yuliza, 2022). Dibandingkan dengan intervensi farmakologis, terapi bermain dinilai lebih aman karena tidak menimbulkan efek samping dan dapat dilakukan secara fleksibel di ruang perawatan (Setya et al., 2026).

Terapi bermain merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengurangi kecemasan anak selama menjalani perawatan di rumah sakit. Aktivitas bermain, seperti mewarnai, dapat menjadi media distraksi yang menyenangkan sehingga membantu anak mengekspresikan perasaan, merasa lebih nyaman, dan mengurangi ketegangan selama hospitalisasi. Dengan demikian, terapi bermain dapat membantu menurunkan kecemasan sekaligus meningkatkan kooperatif anak dalam menerima tindakan keperawatan (Madu et al., 2022; Fatmawati et al., 2026). Salah satu bentuk terapi bermain yang sederhana, aman, dan mudah diterapkan adalah kegiatan mewarnai. Aktivitas mewarnai mampu memberikan efek relaksasi dengan cara mengalihkan perhatian anak dari rasa takut terhadap tindakan medis. Selain itu, kegiatan ini dapat meningkatkan fokus, memberikan rasa kontrol, serta membantu anak mengekspresikan emosi secara nonverbal (Yazia & Suryani, 2024). Dari segi keamanan, terapi mewarnai tidak invasif, tidak menimbulkan nyeri, serta dapat dilakukan tanpa alat khusus sehingga cocok diterapkan pada anak yang sedang dirawat.

Anak usia prasekolah berada pada tahap perkembangan yang sangat aktif dalam mengeksplorasi lingkungan melalui bermain, termasuk salah satunya aktivitas menggambar dan mewarnai. Menurut teori perkembangan kognitif Jean Piaget, anak usia 3–

6 tahun berada pada tahap preoperasional, yaitu fase ketika anak mulai menggunakan simbol, warna, dan imajinasi sebagai media untuk mengekspresikan pikiran maupun perasaannya. Aktivitas mewarnai dapat menjadi salah satu bentuk terapi bermain yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak prasekolah karena mampu menstimulasi motorik halus, meningkatkan konsentrasi, kreativitas, serta membantu anak mengekspresikan emosi secara nonverbal. Penelitian menjelaskan bahwa terapi bermain mewarnai mampu meningkatkan perkembangan motorik halus anak melalui koordinasi mata dan tangan serta gerakan jari yang berulang selama proses mewarnai berlangsung (Laeli et al., 2023).

Berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas terapi bermain mewarnai dalam menurunkan kecemasan pada anak. Penelitian (Fatmawati et al., 2025), menunjukkan bahwa kegiatan mewarnai gambar berpengaruh terhadap penurunan kecemasan anak prasekolah di ruang rawat inap. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Yazia & Suryani (2024), yang menyatakan bahwa terapi mewarnai dapat membantu mengurangi kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Penelitian Futri & Risdiana (2023) menunjukkan bahwa pemberian terapi mewarnai efektif menurunkan kecemasan anak prasekolah di rumah sakit, sehingga diharapkan dapat mempercepat penyembuhan/ hospitalisasi.

Walaupun penelitian mengenai terapi bermain mewarnai telah banyak dilakukan, kajian serupa di Rumah Sakit Swasta di Gunungkidul belum pernah dilaporkan. Selain itu, penggunaan *Spence Children Anxiety Scale* (SCAS) untuk menilai

kecemasan anak prasekolah selama hospitalisasi masih jarang digunakan pada penelitian sebelumnya. Instrumen ini dipilih karena mampu menilai gejala kecemasan pada anak secara lebih menyeluruh dan telah memiliki validitas yang baik dalam pengukuran kecemasan anak. Dengan demikian, penggunaan instrumen ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih akurat mengenai kondisi psikologis anak selama menjalani perawatan.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan suatu intervensi yang efektif, aman, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak untuk menurunkan kecemasan selama hospitalisasi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi di Ruang Rawat Anak Rumah Sakit Swasta di Gunung Kidul.

1.2. Rumusan masalah

Apakah terdapat pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap penurunan kecemasan anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi di RS Panti Rahayu dan RS Bethesda Gunungkidul Yogyakarta?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan umum

Mengidentifikasi pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi di RS Panti Rahayu dan RS Bethesda Gunungkidul

Yogyakarta.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi tingkat kecemasan anak usia prasekolah sebelum diberikan terapi bermain mewarnai di RS Panti Rahayu dan RS Bethesda Gunungkidul Yogyakarta.

1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat kecemasan anak usia prasekolah setelah diberikan terapi bermain mewarnai di RS Panti Rahayu dan RS Bethesda Gunungkidul Yogyakarta.

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap perubahan tingkat kecemasan anak usia prasekolah sebelum dan sesudah intervensi di RS Panti Rahayu dan RS Bethesda Gunungkidul Yogyakarta.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan anak, khususnya terkait intervensi nonfarmakologis berupa terapi bermain mewarnai dalam menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Anak

Membantu menurunkan tingkat kecemasan anak selama menjalani hospitalisasi sehingga anak menjadi lebih nyaman dan kooperatif selama perawatan.

1.4.2.2 Bagi Perawat

Menjadi alternatif intervensi keperawatan nonfarmakologis yang mudah, aman, dan efektif untuk mengurangi kecemasan pada anak selama hospitalisasi. Bagi Rumah Sakit

Sebagai bahan pertimbangan dalam meningkatkan mutu

pelayanan keperawatan anak secara holistik, khususnya dalam aspek pemenuhan kebutuhan psikologis pasien anak.

1.4.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi dan bahan perbandingan dalam pengembangan penelitian selanjutnya terkait intervensi terapi bermain atau metode lain dalam menurunkan kecemasan pada anak.