

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hospitalisasi adalah ketika seorang anak perlu dirawat di rumah sakit selama waktu tertentu. Perubahan dari lingkungan rumah ke ruang rawat dapat menyebabkan tekanan psikologis pada anak. Mereka tidak hanya harus menghadapi prosedur medis, tetapi juga beradaptasi dengan suasana baru, yang dapat menimbulkan rasa takut, kecemasan, dan penolakan terhadap tindakan medis (Dewanti Belinda Ayu, 2023).

Menurut data WHO (2012), angka hospitalisasi anak di Amerika Serikat berkisar antara 3-10% untuk kelompok usia toddler hingga anak sekolah. Di Jerman, prevalensinya mencapai 3-7%, dengan rawat inap pada toddler sekitar 5-10%. UNICEF mencatat ada 8,4 juta anak berusia 0-14 tahun, dan sekitar 84% di antaranya pernah dirawat di rumah sakit. Di Indonesia, Riskesdas (2013) melaporkan bahwa 2,8% anak menjalani rawat inap, sementara data dari RSPAD Gatot Soebroto (2018) menunjukkan 1.445 kasus hospitalisasi anak, dengan dominasi usia 3-12 tahun (Aryani & Zaly, 2021). Di Jawa Tengah, prevalensinya bahkan mencapai 5,39%, dengan angka tertinggi pada usia 0-4 tahun sebesar 7,365 (Dewanti Belinda Ayu, 2023). Berdasarkan data yang diperoleh di RS PKU Muhammadiyah Temanggung, diketahui bahwa selama periode tahun 2024 hingga Agustus 2025 terdapat 317 anak usia 3 tahun, 247 anak usia 4 tahun, 243 anak usia 5 tahun, dan 184 anak usia 6 tahun yang

menjalani rawat inap. Berdasarkan pengalaman praktik di rumah sakit tersebut, diperkirakan sekitar 60% anak yang dirawat mengalami ansietas menjalani hospitalisasi. Ansietas yang muncul ditunjukkan melalui perilaku seperti menangis, rewel, takut terhadap tindakan medis, sulit tidur, serta ketergantungan pada orang tua. Data ini menunjukkan bahwa ansietas selama menjalani hospitalisasi menjadi kondisi yang cukup sering dijumpai pada anak usia prasekolah dan perlu mendapatkan penanganan yang tepat untuk mencegah dampak psikologis lebih lanjut (RS PKU Muhammadiyah Temanggung, 2025).

Ansietas yang muncul selama masa hospitalisasi sering kali ditunjukkan melalui perilaku seperti menangis, kesulitan tidur, penolakan untuk makan, ketergantungan berlebihan pada orang tua, bahkan regresi perkembangan seperti mengompol atau menolak berinteraksi dengan tenaga kesehatan (P. I. Sari et al., 2023). Jika tidak ditangani, kondisi ini dapat menghambat proses penyembuhan, memperpanjang durasi rawat inap, dan berisiko mengganggu perkembangan anak (Aryani & Zaly, 2021). Respon hospitalisasi pada anak prasekolah dapat berupa respon fisik, emosional, dan kognitif. Secara fisik, anak sering menunjukkan gejala seperti jantung berdebar, gangguan tidur, nafsu makan rendah, dan keringat berlebih. Respon emosional antara lain anak tampak gelisah, mudah menangis, rewel, serta ketergantungan pada orang tua. Sedangkan respon kognitif, anak menunjukkan penolakan terhadap tindakan medis, sulit berkonsentrasi, bahkan terkadang kembali pada perilaku regresif (Riski Nadian Wardani et al, 2023). Anak-anak yang dirawat di rumah sakit sering mengalami masalah keperawatan seperti kekurangan nutrisi karena

menolak makan sebagai protes terhadap hospitalisasi, risiko cedera karena kurang kooperatif, gangguan rasa nyaman karena keluhan fisik seperti nyeri kepala, risiko gangguan perkembangan karena keterbatasan aktivitas, dan ansietas.

Ansietas merupakan respon emosional individu terhadap ancaman yang tidak spesifik, ditandai dengan rasa khawatir dan upaya untuk mengantisipasi bahaya (Tim Pokja SDKI, 2017). Ansietas pada anak dapat terjadi karena dipicu oleh ketakutan terhadap tindakan medis, lingkungan yang asing, dan keterpisahan dari orang tua. Jika masalah ansietas tidak segera ditangani, dapat memperburuk kondisi anak, baik secara fisik maupun psikologis, serta menghambat proses perawatan secara keseluruhan. Baik pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis dapat digunakan untuk mengatasi ansietas anak. Pendekatan farmakologis melibatkan penggunaan obat atau sedatif, tetapi memiliki keterbatasan karena dapat menyebabkan kantuk berlebihan, gangguan pernapasan, dan ketergantungan (Ellenfika Lorenza et al., 2024). Sebaliknya, intervensi nonfarmakologis lebih disarankan karena relatif aman, menyenangkan, dan tidak menimbulkan efek samping. Tindakan nonfarmakologi untuk mengatasi masalah ansietas pada anak hospitalisasi antara lain: teknik distraksi, teknik imajinasi terbimbing, dukungan emosional, terapi musik, terapi seni, dan terapi bermain (Tim Pokja SIKI, 2021).

Terapi bermain adalah salah satu intervensi yang dapat diberikan pada anak-anak kecil sebelum sekolah yang dirawat di rumah sakit untuk mengurangi rasa cemas karena berada di lingkungan rumah sakit yang tidak dikenal,

tindakan medis yang membuat takut, serta jauh dari orang tua. Bermain itu bukan hanya sesuatu yang seru bagi anak-anak; bermain juga membantu mereka menunjukkan apa yang mereka rasakan, menolong mereka menyesuaikan diri, dan mengurangi rasa takut yang mereka punya. Anak-anak bisa merasa lebih tenang dan lebih mau ikut serta dalam perawatan mereka saat mereka bermain (Bata dkk., 2023). Anak-anak tetap harus bermain meskipun sedang sakit, karena bermain membantu mereka tidak terlalu memikirkan rasa takut, menunjukkan apa yang mereka rasakan, dan merasa lebih nyaman. Beberapa kegiatan terapi bermain yang bagus untuk anak-anak meliputi menyusun teka-teki gambar, bermain alat musik, bermain peran, mendengarkan cerita, melihat buku dengan gambar, dan membuat gambar atau memberi warna.

Mewarnai dipandang sederhana, menyenangkan, dan efektif karena mampu menstimulasi kreativitas, melatih koordinasi motorik halus, serta menjadi sarana penyaluran emosi. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa terapi bermain dan mewarnai membuktikan menurunkan tingkat ansietas, sehingga dapat dijadikan alternatif intervensi mudah, murah, dan bermanfaat dalam praktik keperawatan anak yang berada rumah sakit (Priati, 2025). Terapi bermain: mewarnai dianggap paling sesuai untuk anak usia prasekolah karena selain menyenangkan, juga melatih motorik halus, meningkatkan konsentrasi, menyalurkan imajinasi, serta memberikan efek relaksasi. Sesudah mengikuti terapi bermain berupa mewarnai, anak terlihat lebih tenang, tidak mudah gelisah, dan lebih kooperatif saat menjalani perawatan. Hasil penelitian memperlihatkan

bahwa tingkatan ansietas pada anak yang semula berada pada kategori sedang, dengan skor FIS 3 dan SCAS 60, setelah diberikan terapi mewarnai selama tiga hari menurun menjadi kategori ringan dengan skor FIS 2 dan SCAS 35. Temuan ini menegaskan bahwa mewarnai tidak hanya sekedar permainan, tetapi juga merupakan intervensi efektif untuk membantu anak beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit serta mengurangi sikap rewel maupun penolakan terhadap tindakan medis (P. I. Sari et al., 2023).

Penelitian dengan judul Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah menemukan adanya pengurangan signifikan tingkatan kecemasan pada anak setelah diberikan intervensi mewarnai (Aryani & Zaly, 2021). Demikian juga dengan penelitian oleh Dewanti Belinda Ayu (2023) yang berjudul Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Pada Anak Prasekolah Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar memperlihatkan bahwa kegiatan mewarnai selama 30 menit mampu menurunkan kecemasan terhadap anak prasekolah. Serta hasil penelitian yang dilakukan oleh (Damanik & Siregar, 2024) yang berjudul Penerapan Terapi Bermain Untuk Mengontrol Ansietas Anak Usia Pra Sekolah Demam Tifoid Yang Mendapatkan Perawatan di Rumah Sakit, menunjukkan bahwa anak dengan demam tifoid yang mengikuti kegiatan terapi dengan bermain mengalami pengurangan ansietas dari kategori sedang hingga menjadi ringan dan tidak cemas.

Berdasarkan kegiatan tersebut, saya merasa tertarik melakukan penelitian dengan judul “ Penerapan Terapi Bermain: Mewarnai Untuk Menurunkan

Ansietas (Hospitalisasi) Pada Anak Usia 3-6 Tahun Di Ruang Multazam Rumah Sakit Pku Muhammadiyah Temanggung”.

B. Rumusan Masalah

Apakah terapi bermain mewarnai dapat mengurangi ansietas pada anak hospitalisasi?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan penerapan terapi bermain mewarnai dalam menurunkan ansietas akibat hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi manifestasi hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun.
- b. Mengidentifikasi masalah ansietas anak usia 3-6 tahun.
- c. Mendeskripsikan terapi bermain: mewarnai pada anak usia 3-6 tahun.
- d. Menguraikan pengaruh terapi bermain mewarnai terhadap level ansietas anak berusia 3-6 tahun yang menjalani hospitalisasi.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman, dan memperluas wawasan mengenai penerapan metodologi penelitian dalam pemecahan masalah pada pasien.

2. Bagi Pasien

Membantu anak merasa lebih aman selama menjalani perawatan, serta menjadi alternatif pendampingan obat bagi orang tua dalam mendukung proses penyembuhan anak.

3. Bagi Lembaga Pendidikan

Menjadi referensi dan bahan pembelajaran dalam bidang keperawatan anak, terutama mengenai pelaksanaan terapi bermain untuk mengurangi ansietas akibat hospitalisasi.

4. Bagi Pelayan Kesehatan

Menjadi bahan masukan bagi pelayanan kesehatan dalam memberikan terapi bermain sebagai upaya membantu mengurangi ansietas anak selama hospitalisas.