



**ARTIKEL**

***LITERATUR REVIEW* PENGARUH TERAPI MEWARNAI  
TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN HOSPITALISASI  
ANAK PRASEKOLAH**

Oleh :

**RUKMANA**

**152191074**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2021**

## LEMBAR PENGESAHAN ARTIKEL

Artikel dengan judul “*Literatur Review* Pengaruh Terapi Mewarnai Terhadap Penurunan Kecemasan Hospitalisasi Anak Prasekolah” yang disusun oleh :

Nama : Rukmana  
NIM : 152191074  
Program Studi : Sarjana Kebidanan

Telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing Skripsi Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, 15 Maret 2021

Pembimbing

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Risma', with a stylized flourish extending from the end.

Risma Aliviani Putri, S.SiT., MPH.  
NIDN. 0604068803

# **LITERATUR REVIEW PENGARUH TERAPI MEWARNAI TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN HOSPITALISASI ANAK PRASEKOLAH**

**Rukmana<sup>1</sup>, Risma Aliviani Putri, S.SiT., MPH<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

<sup>2</sup> Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

Email : [rukmana097@gmail.com](mailto:rukmana097@gmail.com), [putriindra@gmail.com](mailto:putriindra@gmail.com)

## **ABSTRAK**

**Latar belakang :** Kecemasan dapat diakibatkan oleh perasaan cemas serta takut pada orang baru, sedih, takut beradaptasi dengan lingkungan baru, takut bertemu dengan orang asing dan takut saat dilakukan pemeriksaan kesehatan. Upaya untuk mengurangi kecemasan anak dapat dilakukan dengan memberi terapi mewarnai merupakan salah satu teknik untuk menurunkan kecemasan yang dialami oleh anak prasekolah yang dirawat dirumah sakit. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah. **Metode :** Menggunakan metode *literature review* dengan menganalisis lima artikel penelitian pengaruh terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah. **Hasil Penelitian :** Hasil dari kelima artikel terdapat pengaruh pemberian terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah. **Kesimpulan :** Setelah melakukan terapi mewarnai dapat memberikan manfaat kepada anak prasekolah yang dirawat dirumah sakit sehingga dapat membantu dalam proses penurunan kecemasan.

**Kata kunci :** Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi bermain mewarnai

## **ABSTRACT**

**Background :** Anxiety can be caused by feeling anxious and afraid of new people, sadness, fear of adapting to a new environment, fear of meeting strangers and fear of having a medical examination. Efforts to reduce children's anxiety can be done by providing coloring therapy which is one of the techniques to reduce anxiety experienced by preschool children who are hospitalized. The purpose of this study was to determine the effect of coloring therapy on reducing anxiety in hospitalization of preschool children. **Methods:** A literature review study used a meta-analysis by analyzing, concluding, combining and comparing five research articles on the effect of coloring therapy on reducing anxiety in preschool children hospitalization. **Results:** The results of the five articles showed the effect of coloring therapy on reducing anxiety in preschool children hospitalization.

**Conclusion:** After doing coloring therapy it can provide benefits to preschool children who are hospitalized so that it can help in the process of reducing anxiety.

**Keywords:** Hospitalization, Anxiety, Coloring Play Therapy

## **PENDAHULUAN**

Berdasarkan survei UNICEF tahun (2012) menunjukkan bahwa tingkat prevalensi anak yang dirawat dirumah sakit sekitar 84 %. Di Indonesia, masalah anak yang sakit merupakan masalah yang kompleks. Indonesia merupakan negara dengan angka kematian anak sebesar 27 per 1.000 KH (Kelahiran Hidup). Pada anak prasekolah peningkatan aktivitas anak akan membuat mereka sering merasa lelah, karena daya tahan tubuh yang lemah maka rentan terhadap penyakit sehingga anak perlu dirawat dirumah sakit.

Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun (2018) angka kesakitan anak umur 0-2 tahun sebesar 15,14 %, umur 3-5 tahun sebesar 25,8 %, umur 6-12 tahun sebanyak 13,91 %. Apabila dihitung dari keseluruhan jumlah penduduk, angka kesakitan anak prasekolah yang paling tinggi yaitu 25,8 % (Kemenkes RI, 2018).

Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun (2019), jumlah anak prasekolah di Jawa Tengah adalah 1.082.350, pada anak laki-laki sebanyak 555.622, pada anak perempuan sebanyak 526.728. Data anak yang mengalami kecemasan usia prasekolah di berbagai rumah sakit di Semarang pada usia 3 tahun sebanyak 29 anak (74,4%) dan berusia 6 tahun sebanyak 10 anak (25,6%). Diperkirakan 35 dari setiap 100 anak dirawat di rumah sakit dan 45 % di antaranya menderita gangguan kecemasan (Profil Kesehatan, 2019).

Kecemasan merupakan efek dari hospitalisasi anak. Kecemasan hospitalisasi mengacu pada kecemasan yang dialami anak yang dirawat inap, karena anak harus menghadapi stresor di rumah sakit, seperti kecemasan akan berpisah, dan kecemasan yang disebabkan oleh anak yang kehilangan kendali atas dirinya sendiri. Kecemasan yang disebabkan oleh tindakan medis (seperti suntikan) dan pengukuran tanda-tanda vital (Permana, 2017). Masalah dalam kecemasan pada anak akibat hospitalisasi yaitu merasa cemas, perasaan takut pada orang baru, sedih, takut beradaptasi dengan lingkungan baru, takut bertemu dengan orang asing dan takut saat dilakukan pemeriksaan kesehatan.

Macam-macam terapi untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah yaitu art therapy (bentuk psikoterapi yang memungkinkan sebagai bentuk ekspresi emosional dan penyembuhan melalui cara-cara nonverbal) therapeutic peer play, bermain origami, bermain puzzle (dapat meningkatkan daya pikir anak dan konsentrasi anak), play therapy (terapi bermain) dan terapi mewarnai (memberikan kesempatan anak untuk bebas berekspresi yaitu memberikan warna ke media grafik), terapi mewarnai ini cocok digunakan pada anak yang dirawat dirumah sakit (Frecilia, 2013)

Hospitalisasi adalah perawatan di rumah sakit karena keadaan darurat, keadaan darurat ini mengharuskan anak tinggal di rumah sakit untuk perawatan dan pengobatan sampai sembuh (Ismanto & Babakal, 2014). Hospitalisasi sering kali menyebabkan trauma dan peristiwa stres pada anak dan keluarga. Prosedur ini yang telah direncanakan sebelumnya dan efektif untuk menangani keadaan darurat yang disebabkan oleh trauma stresor yang mungkin dialami oleh anak-anak yang terkait dengan rawat inap dapat menghasilkan berbagai reaksi. Sebelum masuk, selama rawat inap dan setelah keluar, anak akan bereaksi terhadap tekanan rawat inap. Selain efek fisiologi gangguan kesehatan, efek rawat inap pada anak juga meliputi kecemasan dan ketakutan, kecemasan akan perpisahan dan kehilangan kontrol dampak rawat inap mungkin memiliki efek negatif, seperti tidak adanya kerjasama anak dalam pelayanan kesehatan (Kyle & Carman, 2015).

### **TUJUAN PENELITIAN**

Untuk mengetahui pengaruh terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah.

### **MANFAAT**

1. Hasil study literatur ini dapat membawa wawasan masyarakat dalam mengatasi kecemasan pada anak prasekolah.
2. Bagi tenaga kesehatan dapat dijadikan pedoman dalam melakukan terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah .

3. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini diharapkan dapat dirujuk dan bahan pembandingan serta sebagai dasar penelitian selanjutnya untuk memperoleh hasil yang lebih baik.

## **METODE**

*Literatur review* adalah uraian tentang teori, temuan dan bahan penelitian yang ditemukan sebagai dasar dalam penelitian. *Literatur review* digunakan sebagai penyusunan kerangka pemikiran dan jelas tentang pemecahan masalah yang telah diuraikan sebelumnya dalam perumusan masalah (Neuman, 2011).

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan mencari artikel melalui google scholar, pubmed, research gate, e-resourch, perpunas dan portal garuda dengan kriteria jurnal yang digunakan yaitu jurnal yang telah terakreditasi atau memiliki ISSN (Internasional Standar Serial Number) dan DOI (Digital Obyek Identificatif). Artikel yang digunakan pada penelitian literatur review ini sebanyak 5 jurnal yang dipilih untuk melakukan review merupakan artikel penelitian kuantitatif, artikel yang dijadikan referensi yaitu artikel 10 tahun terakhir penerbitan (2013-2020).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Relevansi Metode**

Penelitian ini dilakukan studi *Literature review* tentang pengaruh terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah. Penelitian yang digunakan pada lima artikel yang di telaah termasuk dalam penelitian kuantitatif yaitu data yang dipaparkan berupa angka-angka. Kekurangan dari penelitian kuantitatif yaitu pengambilan data cenderung berasal dari niali tertinggi, penelitian tidak subjektif, orientasi hanya terbatas pada nilai dan jumlah, dibatasi oleh peluang untuk menggali responden dan kualitas perangkat pengumpulan data orisinal, kelebihan dari penelitian kuantitatif yaitu penelitian penelitian lebih berjalan sistematis, mampu memanfaatkan teori yang ada, penelitian lebih berjalan objektif, spesifik, jelas dan rinci (Sugiyono, 2012).

Metode Penelitian dalam artikel ini yaitu *quasi eksperimen*, *pre eksperimen* dan *eksperimen*. *Quasy eksperimen* adalah sebuah penelitian

*eksperimental* yang memiliki kelompok kontrol dan intervensi, kelemahan ada pada randomisasi. Dengan kata lain, penelitian semu tidak menerapkan randomisasi kelompok baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. (Ni Made Ratminingsih, 2010). Kelebihan penelitian *quasy experimental* ini yaitu responden berperilaku natural hasil dari penelitian akan mendekati kebenaran karena lingkungan yang dibuat bukanlah lingkungan buatan, kekurangan penelitian ini yaitu tidak dapat memastikan apa yang menyebabkan sesuatu yang sedang diamatinya, sehingga validitas internalnya rendah, validitas internal adalah dikarenakan penelitian tidak dapat mengontrol partisipan (Santoso, 2010).

*Pre eksperimen* adalah rancangan yang meliputi satu kelompok atau kelas yang diberikan pra dan pasca uji. Rancangan *one group pretest dan posttest design* dilakukan terhadap satu kelompok tanpa adanya kelompok kontrol atau pembandingan (Sugiyono, 2012). Kelebihan dari penelitian ini adalah karena ada pretest sebelum perlakuan dan posttest setelah perlakuan, dimungkinkan untuk membandingkan variabel terkait dalam kelompok eksperimen yang sama. Kekurangan dari penelitian ini yaitu membutuhkan waktu yang lama untuk penelitian.

Pemilihan sample dalam penelitian ini menggunakan *accidental sampling*, *purposive sampling* dan *non probability convenience sampling*. *Accidental sampling* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja pasien yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2016). Kelebihan dari teknik *accidental sampling* yaitu salah satu pengambilan sampel yang paling murah dan hemat waktu, memberi kebebasan terhadap peneliti yang bersangkutan untuk menentukan sampel, tidak membutuhkan waktu yang lama, peneliti dapat menyelesaikan dengan cepat menggunakan teknik ini. Kekurangan dari teknik ini tidak terlalu akurat sehingga kurang dapat dipertanggungjawabkan, terlalu rentan dalam kebiasaan analisis. Mayoritas penelitian dengan teknik teknik tersebut menghasilkan kesimpulan yang berpihak.

Teknik *purposive sampling* merupakan salah satu teknik sampling non probability sampling, *purposive sampling* adalah suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Nursalam, 2016). Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sample memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu penulis memilih teknik *purposive sampling* yang menetapkan pertimbangan-pertimbangan atau kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel yang digunakan dalam penelitian.

Kelebihan dari teknik *purposive sampling* adalah salah satu metode pengambilan sampel yang paling murah dan hemat waktu, metode teknik pengambilan sampel yang tersedia jika sumber data primer dapat berkontribusi untuk penelitian terbatas jumlahnya. Kekurangan dari teknik terhadap kesalahan dalam penilaian oleh peneliti, tingkat bias yang tinggi dan tingkat keandalannya rendah, tidak mampu menggeneralisasikan hasil temuan penelitian (Sugiyono, 2012).

*Non equivalent control group design* yaitu penelitian menggunakan kelompok satu kelompok eksperimen dengan kelompok pembanding yang sebelumnya diberikan pretest yang diberikan kepada kedua kelompok, kemudian diberikan intervensi, dan setelah diberikan intervensi kedua kelompok diberikan posttest (Sugiyono, 2012). *One group pretest-posttest* yaitu pengukuran dilakukan (pretest) sebelum dan sesudah (posttest) perlakuan kemudian hasil perbandingan pretest dengan hasil pengukuran posttest (Juhana Nasudin, 2019).

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan *Faces Anxiety Scale* (FAS), Lembar observasi dan *Preschool Anxiety Scale Revised* (PASR), *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS). *Faces Anxiety Scale* (FAS) adalah untuk mengukur kecemasan pada pasien anak yang sedang menjalani tindakan medis. Skala penilaian nilai terendah 0 dan nilai tertinggi 4. Skor 0 tidak mengalami kecemasan, skor 1 kecemasan ringan, skor 2 kecemasan sedang, skor 3 kecemasan berat dan skor 4 kecemasan berat sekali (dikembangkan oleh McMurtry, 2010).

## **Relevansi Hasil**

Pada artikel penelitian yang digunakan dalam review secara garis besar mempunyai tujuan yang sama untuk mengetahui apakah terapi mewarnai dapat menurunkan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah. Hasil dari penelitian artikel yang ditelaah menyebutkan bahwa terapi mewarnai dapat menurunkan kecemasan hospitalisasi anak.

Artikel pertama merupakan penelitian dari Pratiwi dan Deswita (2013) yang berjudul “Perbedaan Pengaruh Terapi Mewarnai Gambar Dengan Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah di IRNA anak RSUP Dr. M Djamil Padang”. Proporsi responden berdasarkan umur terbanyak pada umur 5 tahun dengan jumlah 7 responden (45,7%) pada kelompok mewarnai gambar dan umur 6 tahun dengan jumlah 7 responden (46,7%) pada kelompok bermain puzzle. Selanjutnya proporsi responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan dengan 10 responden (66,7%) pada kelompok mewarnai gambar dan 10 responden (66,7%) pada kelompok bermain puzzle. Berdasarkan diagnosa medis pada kedua kelompok terbanyak yaitu penyakit akut dengan jumlah 11 responden (73,3%) pada kelompok mewarnai gambar dan 8 responden (53,3%) pada kelompok bermain puzzle.

Dari 30 responden sesudah diberikan terapi mewarnai gambar dan terapi bermain puzzle, kelompok mewarnai gambar yaitu 8.80 dan kelompok bermain puzzle yaitu 5.93 maka dapat dilihat bahwa terapi mewarnai gambar dapat menurunkan kecemasan pada anak dibanding terapi bermain puzzle. P value = 0,010 ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat perbedaan bermakna penurunan skor kecemasan antara kelompok mewarnai gambar yang mendapatkan terapi bermain mewarnai gambar dengan kelompok bermain puzzle yang mendapatkan terapi bermain puzzle.

Artikel kedua merupakan peneliti dari Debora, Arisska dan Sitompul, Dania Relina (2018) yang berjudul “Pengaruh Terapi Mewarnai Gambar Dengan Pasir Warna Terhadap Kecemasan Anak Prasekolah 3-5 Tahun”. Berdasarkan jenis kelamin yang mengalami kecemasan dapat membuktikan bahwa responden

perempuan lebih banyak dari responden laki-laki dengan presentase 56,7% atau sebanyak 17 orang, dan hasil wawancara dari kepala ruangan di ruangan tersebut mengatakan bahwa banyak anak perempuan yang di rawat dari pada anak laki-laki. Jenis kelamin bukan faktor dominan terhadap munculnya kecemasan, pada wanita tingkat kecemasan lebih tinggi yaitu 2:1 dari pada laki-laki.

Dari 30 responden tingkat kecemasan anak sebelum diberikan terapi mewarnai gambar dengan pasir warna (pretest) yang paling tinggi adalah kecemasan sedang yaitu 53,3 %, kecemasan ringan ada 26,7%, dan kecemasan berat ada 20 %. Tingkat kecemasan anak sesudah diberikan terapi mewarnai gambar dengan pasir warna (posttest) yang paling tinggi adalah kecemasan ringan yaitu 76,6 %. Hasil uji statistik setelah melakukan analisis dengan menggunakan program SPSS dan menemukan hasil nilai signifikansinya diketahui bahwa nilai sign. (2-tailed) sebesar  $0.000 < 0.05$  ( $\alpha$ ) karena nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terapi mewarnai gambar dengan pasir warna dapat mengurangi kecemasan akibat hospitalisasi.

Artikel ketiga merupakan penelitian dari Nova Gerungan dan Eirene Walelang dengan judul “Mewarnai Gambar Terhadap tingkat Kecemasan Anak Usia prasekolah Yang Dirawat di rumah Prof. Dr. R. D. Kandou Manado” Dari 30 responden tingkat kecemasan anak sebelum diberikan aktivitas mewarnai gambar sebagai terapi, terdapat 13.3% responden mengalami kecemasan sedang dan 86.7% responden mengalami kecemasan berat. Tingkat kecemasan sesudah diberikan terapi mewarnai gambar terdapat 13.3% responden yang mengalami kecemasan ringan dan 86.7% responden mengalami kecemasan sedang. Hasil uji statistik wilcoxon untuk melihat pengaruh aktivitas mewarnai terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang dirawat inap menunjukkan bahwa nilai signifikan  $p=0.000$ , maka ada pengaruh yang signifikan dari terapi mewarnai gambar terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi.

Artikel keempat merupakan penelitian dari Sri Ramdaniati, Susy Hermaningsih, Muryati (2016), yang berjudul studi perbandingan terapi seni dan terapi bermain dalam mengurangi kecemasan pada anak prasekolah yang

mengalami Hospitalisasi. Dari 30 responden sebelum dan sesudah dilakukan intervensi 52 % mengalami kecemasan sedang, intervensi terapi seni dan terapi bermain masing-masing dilakukan selama 3 hari dengan durasi 30 menit. Pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling*. Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi diukur menggunakan skala wajah. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan kelompok terapi seni  $p=0,00$  dan ada perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan kelompok terapi bermain (0,00). Namun uji statistik dengan menggunakan Man Whitney membuktikan bahwa tidak ada perbedaan tingkat kecemasan yang melakukan terapi seni dan terapi bermain ( $p=0.26$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi seni dan terapi bermain dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

Pada artikel kelima menurut helmi juwita, dkk. (2019) penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kecemasan anak, perilaku kooperatif anak menganalisis hubungan mereka dengan bermain intervensi terapeutik di Ruang Angrek Rumah Sakit Umbu Rara Meha Waingapu. Penelitian ini menggunakan desain metode pra eksperimen dengan jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan desain praeksperimental dengan pendekatan desain kelompok sebelum dan sesudah test. Penelitian ini dilakukan pada bulan juni-juli 2018 di RS Umbu rara meha Waingapu. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah pada pasien yang dirawat dirumah sakit. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner yang dikembangkan oleh sekolah *Spence Children'sAnxiety Scale (SCAS)* dan perilaku anak yang kooperatif. Hasilnya diuji dengan T-Test Tingkat kecemasan sebelum intervensi bidan sebanyak 19 responden dan kecemasan berat 8 responden, sedangkan kecemasan setelah intervensi sebanyak 7 tidak mengalami kecemasan dan 22 responden mengalami kecemasan ringan, kecemasan sedang 1 tanggapan dan kecemasan berat menjadi 0 responden. Perilaku kooperatif sebelum intervensi kurang kooperatif 16 responden (53,3%) cukup kooperatif sebanyak 11 orang (36,7%) dan setelah intervensi

perilaku kooperatif meningkat menjadi 12 orang (40%). Hasil uji Wilcoxon menemukan Asymp. Sig. (2-tailed) senilai 0,000 yang artinya ada pengaruh terapi bermain pada kecemasan dan perilaku kooperatif anak di ruang Anggrek di Rumah Sakit Umbu Rara Meha Waingapu.

### **Pernyataan Hasil**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah setelah dilakukan terapi mewarnai. Secara garis besar hasil dari kelima artikel penelitian menyatakan bahwa ada pengaruh terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah. Berdasarkan hasil uji statistik pada masing-masing dari kelima artikel penelitian menjelaskan bahwa ada pengaruh yang signifikan terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah, satu artikel meneliti perbedaan terapi mewarnai gambar dengan terapi bermain puzzle terhadap kecemasan anak prasekolah dan hasilnya ada perbedaan bermakna dalam penurunan skor kecemasan antara kelompok mewarnai gambar yang mendapatkan terapi bermain gambar dengan kelompok bermain puzzle yang mendapatkan terapi bermain puzzle.

Penurunan kecemasan lebih banyak pada kelompok terapi mewarnai gambar dari pada kelompok terapi bermain puzzle. Hal ini sesuai dengan menggambar atau mewarnai merupakan salah satu permainan yang memberikan kesempatan anak untuk bebas berekspresi dan sangat terapeutik (sebagai permainan penyembuhan). Mewarnai gambar juga dapat memberikan rasa senang karena pada dasarnya anak usia prasekolah sangat aktif dan imajinatif. Terapi bermain dapat digunakan sebagai media psikoterapi atau pengobatan terhadap anak (Kapti, 2013).

Salah satu bentuk kegiatan yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan yaitu melalui kegiatan terapi bermain mewarnai. Menurut Saputro & Fazrin (2017), terapi bermain merupakan salah satu aspek penting dari kehidupan anak dan salah satu alat paling efektif untuk mengatasi stres anak ketika dirawat di Rumah Sakit. Karena hospitalisasi menimbulkan krisis dalam kehidupan anak

dan sering disertai stres berlebihan, maka anak-anak perlu bermain untuk mengeluarkan rasa takut dan cemas yang dialami sebagai alat koping dalam menghadapi stres. Mewarnai gambar merupakan salah satu terapi permainan kreatif yang sangat terapeutik dan memberi anak kesempatan untuk bebas mengekspresikan perasaannya, sebagai cara berkomunikasi tanpa kata (Suparto dalam Agustina & Puspita, 2010). Melalui mewarnai gambar dapat memberikan rasa senang karena pada dasarnya anak usia prasekolah yang sangat aktif dan imajinatif, selain itu anak masih tetap dapat melanjutkan perkembangan kemampuan motorik halus dengan mewarnai gambar meskipun masih menjalani perawatan di Rumah Sakit (Ismanto, & Babakal, 2014).

Setelah diberikan terapi mewarnai dengan cara memberikan beberapa goresan warna pada suatu bentuk gambar di buku gambar, sehingga terbentuk sebuah kreasi, anak akan mengembangkan kemampuan dan keterampilan motorik halusnya, perkembangan kognitifnya, melalui kontak dengan gambarannya, anak menjadi senang, sehingga dapat mengurangi kecemasan di lingkungannya dan menjadi percaya diri. Didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan kecemasan setelah diberikan terapi mewarnai. Dengan mewarnai dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak dengan warna yang di hasilkan, menurunkan tingkat kecemasan anak selama perawatan dengan mengajak mereka bermain menggunakan alat permainan yang tepat. Sementara gambar merupakan sebuah media yang dapat merangsang otak. Dengan menggambar, anak akan berpikir dan melakukan analisa terhadap segala pengalaman yang mungkin pernah dilihat dan diamatinya. (Femi olivia, 2013).

Pemberian terapi mewarnai secara intervensi dengan memberikan aktivitas mewarnai gambar sebagai terapi dalam mengatasi kecemasan pasien anak yang dilakukan selama 2 hari berturut-turut. Hari pertama setelah pre-test dengan mengobservasi tingkat kecemasan maka langsung diberikan terapi bermain mewarnai gambar dan pemberian terapi dilaksanakan selama 35 menit. Pada hari kedua diberikan terapi bermain mewarnai gambar yang berlangsung selama 35 menit sebelum dilakukan posttest atau mengobservasi tingkat kecemasan

responden. Setelah diberikan terapi bermain mewarnai gambar maka dilakukan post-test atau mengobservasi tingkat kecemasan. Terapi mewarnai yang digunakan adalah kertas bergambar yang telah disiapkan kemudian anak hanya memberikan warna pada gambar tersebut. Menurut Nurul (2014) Adapun langkah-langkah mewarnai gambar, yang pertama menyiapkan buku gambar berisi gambaran yang akan diwarnai dan warna lain yang akan digunakan baik spidol warna, pensil warna, dan pewarna lainnya. Selanjutnya biarkan anak memilih spidol warna untuk mewarnai gambar tersebut.

### **Keterbatasan**

Dalam penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan dimana antara lain :

1. Sulitnya mencari artikel penelitian internasional melalui pubmed dan scopus.
2. Sulitnya mencari artikel baik nasional maupun internasional yang serupa untuk dilakukan penelitian *literatur review*.
3. Dari artikel ada yang tidak menyebutkan berapa lama diberikan terapi mewarnai dan berapa durasinya
4. Instrumennya berbeda-beda sehingga untuk membandingkan hasil sulit
5. Keterbatasan penelitian karena tidak melakukan penelitian terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi secara langsung sehingga tidak bisa melihat tingkat kecemasan secara langsung.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil review artikel ke 5 jurnal memiliki hasil dan tujuan yang sama yaitu terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi, dengan terapi mewarnai gambar anak secara tidak sadar telah mengeluarkan muatan amigdalanya, yaitu mengekspresikan rasa sedih, tertekan dan setres, melalui gambaran-gambaran. Emosi dan perasaan yang ada didalam diri bisa dikeluarkan melalui terapi mewarnai gambar, sehingga dapat menciptakan coping yang positif. Manfaat dari terapi mewarnai bagi anak yaitu membantu mengenal beberapa warna dan membuat anak menjadi kreatif, langkah-langkah mewarnai gambar, yang pertama menyiapkan buku gambar berisi gambaran yang akan diwarnai, dan

pewarna yang akan digunakan baik itu spidol warna, pensil warna, dan pewarna lainnya. Selanjutnya biarkan anak memiliki spidol warna untuk mewarnai gambar tersebut.

## **SARAN**

Diharapkan hasil dari review artikel dapat menambah ilmu penelitian selanjutnya dengan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh terapi mewarnai terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak prasekolah, yang lebih luas atau faktor lain yang mungkin signifikan berpengaruh perlu dilakukan penelitian lebih mendalam dengan meminimalkan faktor perancu lainnya, dan dapat dijadikan tambahan wawasan bagi mahasiswa maupun praktisi pendidikan lainnya sebagai acuan untuk memberikan dan melaksanakan asuhan pada anak prasekolah sesuai *evidence based*.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aizah siti dan Erna wati sui. 2014. *Upaya Menurunkan Tingkat Stres Hospitalisasi dengan Aktifitas Mewarnai gambar Pada Anak Usia 4-6 tahun Di ruang Anggrek RSUD Gambiran Kediri.* Kediri : Universitas Nusantara PGRI Kediri. No. 25. Vol. 01.
- Babakal, A. Ismanto Y. A. Wowiling. E.F. 2013. *Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi Diruangan Irina E BLU RSUP.PROF. DR. R.D KANDAO MANADO.* Jurnal. Universitas Samratulangi Manado.
- Boyoh, D. (2018). *Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di Ruangan Anak Di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung.* Jurnal Skolastik Keperawatan, 4(2), 62-69.
- Debora, A., & Sitompul, D. R. (2018). *Pengaruh Terapi Mewarnai Gambar Dengan Pasir Warna Terhadap Kecemasan Anak Prasekolah 3-5 Tahun.* Jurnal Keperawatan Suaka INSAN (JKSI), 3(2), 1-7.
- Deswita, D. (2016). *Perbedaan Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Dengan Bermain Puzzle Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah Di*

- Irna Anak Rsup Dr. M. Djamil Padang. Ners Jurnal Keperawatan, 9(1), 13-17.
- Dinkes Propinsi Jawa tengah. Profil Kesehatan Jawa Tengah. 2018. Semarang : Dinas Kesehatan.
- Helmi Juwita, dkk. 2019. Effectiveness of Multimodal Interventions Play Therapy: Colouring and Origami Against Anxiety Levels in Toddler Ages. Journal of Health Science and Provention. Vol.3 No. 35.
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. Buku Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta : Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. 2019. Profile Kesehatan Indonesia. Diakses pada tanggal 19 November 2020 pukul 11.18 WIB
- Kyle & Carman. 2015. Buku Ajar Keperawatan Pediatri (Essetials of Pediatric Nursing). Volume 2. Edisi 2. Jakarta: EGC
- Nursalam. 2016. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Nova Gerungan dan Eirene Walelang. 2020. Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang di rawat di RSUP Prof. Dr. R. D Kandou Manado. Jurnal Skolastik Keperawatan. Vol. 6. No. 2.
- Sri Ramdaniati, dkk. 2016. Comparison Study of Art Therapy and Play Therapy in Reducing Anxiety on Pre-School Children Who Experience Hospitalization. Journal of nursing. Vol.6. No. 1.
- Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Suyantno. 2010. Menghitung Besar Sampel Penelitian Kesehatan Masyarakat. Universitas Diponegoro.