

Terapi Bermain Mewarnai Pada Anak Pra Sekolah yang Menjalani Hospitalisasi di RSUD H. Padjonga Dg. Ngalle Takalar

Dina Oktaviana^{1*}, Patmawati², Ernawati³, Salmah Arafah⁴, Kamriana⁵, Dewiyanti⁶, Cristian Ardiansyah⁷, Alwi⁸, Hamka⁹

¹STIKES Tanawali Takalar

E-mail : dina@stikestanawali.ac.id

Riwayat Artikel :

Diterima: 11 Agustus 2026

Direvisi: 18 Agustus 2026

Diterima: 24 Agustus 2026

Kata Kunci: Hospitalisasi, Terapi bermain, Anak

Abstrak

Hospitalisasi merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan kecemasan pada anak terutama anak usia pra sekolah, salah satunya intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan untuk menurunkan kecemasan anak prasekolah selama hospitalisasi adalah terapi bermain mewarnai. Tujuan dari terapi bermain mewarnai adalah untuk menurunkan kecemasan pada anak usia pra sekolah selain dirawat di rumah sakit dan perilaku kooperatif selama menjalani perawatan. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat adalah dengan memberikan terapi bermain mewarnai pada anak usia pra sekolah yang dirawat di ruang perawatan anak RSUD H. Padjonga Dg. Ngalle Takalar. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi survey ruangan, pemantapan tim, rencana kegiatan dan implementasi terapi bermain mewarnai. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa anak yang mengikuti terapi bermain mewarnai tampak lebih rileks, kecemasan menurun dan anak lebih kooperatif dalam tindakan keperawatan sehingga dapat disimpulkan terapi bermain mewarnai efektif dalam mengurangi kecemasan pada anak pra sekolah yang dirawat di RS H. Padjonga Dg. Ngalle Takalar.

Article History

Received: August 11, 2026

Revised: August 18, 2026

Accepted: August 24, 2026

Keywords: Hospitalization, Play Therapy, Child

Abstract

Hospitalization is an experience that can cause anxiety in children, particularly preschool-aged children. One of the non-pharmacological interventions that can be applied to reduce anxiety among preschool children during hospitalization is coloring play therapy. The purpose of coloring play therapy is to reduce anxiety in preschool-aged children undergoing hospitalization and to promote cooperative behavior during the treatment process. The method used in this community service activity was the implementation of coloring play therapy for preschool-aged children who were hospitalized in the pediatric ward of H. Padjonga Dg. Ngalle Takalar Regional General Hospital. The implementation of this community service activity included a ward survey, team preparation, activity planning, and the implementation of coloring play therapy. The results of this community service activity showed that children who participated in coloring play therapy appeared more relaxed, experienced reduced anxiety, and demonstrated more cooperative behavior during nursing procedures. It can be concluded that coloring play therapy is effective in reducing anxiety among preschool children undergoing hospitalization at H. Padjonga Dg. Ngalle Takalar Regional General Hospital.



Pendahuluan

Hospitalisasi pada anak dapat menimbulkan berbagai dampak salah satunya menurunkan kebahagiaan anak (Claridge & J Powell, 2023). Hospitalisasi pada anak dapat menimbulkan dampak psikologis berupa kecemasan, ketakutan dan stress jika anak tidak bisa beradaptasi dengan lingkungan perawatan (Putri, 2026). Anak usia prasekolah berada pada fase perkembangan kognitif dan emosional yang pesat. Pada fase ini rasa ingin tahu dan kemampuan berkomunikasi anak semakin berkembang (Nurchayanti, 2024).

Pada anak usia dini, bermain merupakan kebutuhan utama anak yang berperan penting sebagai sarana belajar, mengekspresikan emosi dan membangun hubungan sosial (Nurjannah, et al 2021) sehingga perawat perlu menerapkan intervensi sesuai tahap tumbuh kembang anak untuk membantu mengurangi kecemasan selama perawatan di rumah sakit. Salah satu upaya dalam menurunkan tingkat kecemasan anak pada saat dirawat di rumah sakit adalah dengan terapi bermain mewarnai. Terapi bermain sangat berkaitan dengan karakteristik perkembangan anak terutama anak usia pra sekolah dimana bermain merupakan aktivitas alami untuk berkomunikasi, mengekspresikan emosi bahkan untuk menghadapi pengalaman baru yang membuat stress sehingga terapi bermain mewarnai ini dapat menjadi media komunikasi antara anak dengan perawat pada saat hospitalisasi (Godino et al, 2020).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh penulis di ruang perawatan anak RSUD H. Padjonga Dg. Ngalle Takalar, anak yang dirawat akan menangis ketika perawat memasuki ruang perawatan ketika akan melakukan tindakan seperti pemasangan infus atau injeksi obat. Hal ini menggambarkan bagaimana dampak hospitalisasi terhadap anak karena akan membuat stress anak meningkat. Berdasarkan permasalahan inilah penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat yaitu terapi bermain mewarnai untuk mengurangi stress hospitalisasi pada anak yang dirawat di rumah sakit. Dibandingkan terapi bermainnya lainnya, terapi mewarnai khususnya pada anak prasekolah dapat mengembangkan kemampuan motoric halus, kreativitas, imajinasi dan kemampuan mengekspresikan emosi selain itu tidak membutuhkan alat yang rumit dan bisa dilakukan ditempat tidur.

Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat terapi bermain pada anak usia prasekolah dilakukan secara langsung melalui terapi bermain mewarnai yang ditujukan untuk mengurangi tingkat kecemasan dan stress akibat hospitalisasi di ruang perawatan anak di RSUD H. Padjonga Dg. Ngalle Takalar dengan tahap pelaksanaan sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Tim pengabdian masyarakat melakukan pengurusan perizinan persuratan kepada pihak rumah sakit, selanjutnya tim berkoordinasi dengan kepala ruangan perawatan anak RSUD H. Padjonga Dg. Ngalle Takalar untuk melakukan kegiatan terapi bermain. Mulai dari setting ruangan, alat yang digunakan serta anak usia prasekolah yang akan diberikan terapi bermain.mewarnai. Anak akan diberikan buku bergambar dan pensil warna untuk mewarnai. Nantinya akan akan diberikan kebebasan mengekspresikan kreativitas dan emosinya melalui gambar yang akan diwarnai.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan ini tim pengabdian masyarakat akan melakukan edukasi kepada orang tua anak yang akan diberikan terapi bermain mewarnai mengenai manfaatnya bagi anak yang sedang dirawat di rumah sakit sebanyak 15 anak seperti pada table 1, dengan kriteria anak mampu berkomunikasi, mampu mengikuti instruksi sederhana, memiliki kemampuan motorik halus yang cukup dan tidak sedang menjalani perawatan yang mengharuskan anak tetap diam. Selanjutnya tim akan menyiapkan peralatan mewarnai berupa buku gambar dan pensil warna kemudian tim akan membagikan buku bergambar, pensil warna kepada anak. Pelaksanaan dilakukan selama 30 menit selama pelaksanaan berlangsung tim akan mendampingi anak dan orang tua dalam melakukan terapi bermain mewarnai.

3. Tahap Evaluasi

Setelah selesai dilakukan terapi bermain mewarnai, tim pengabdian masyarakat akan melakukan evaluasi dengan menggunakan *Face Anxiety Scale* (FAS) yang diisi oleh tim observer.

Tabel.1 Anak Yang mengikuti Pengabdian

Umur	Jumlah	Persentase (%)
2 tahun	3	20%
3 tahun	5	33%
4 tahun	4	27%
5 tahun	3	20%

Hasil

Setelah dilakukan kegiatan terapi bermain mewarnai pada anak usia prasekolah di RSUD H. Padjonga Dg. Ngalle Takalar sebanyak 15 orang didapatkan hasil anak yang mengalami kecemasan sedang sebelum diberikan terapi sebanyak 12 orang dan yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 3 orang kemudian setelah dilakukan terapi bermain mewarnai didapatkan anak yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 2 orang dan anak yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 13 orang.

Tabel 1. Skala Kecemasan

Tingkat Kecemasan	Pre	Post
Sedang	12 (80%)	2 (13%)
Ringan	3 (20%)	13 (87%)



Gambar 1. Kegiatan Mewarnai Anak didampingi Keluarga



Gambar 2. Hasil Warna sebagai Terapi Bermain

Diskusi

Kegiatan diawali dengan pengkajian tingkat kecemasan anak sebelum diberikan intervensi, kemudian dilanjutkan dengan pemberian terapi bermain dan evaluasi setelah kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami kecemasan sebelum diberikan terapi bermain, yang ditandai dengan rasa takut terhadap lingkungan rumah sakit, tindakan medis, serta perubahan aktivitas sehari-hari selama perawatan. Hospitalisasi pada anak dapat menjadi pengalaman yang menimbulkan stres karena anak menghadapi lingkungan baru, keterpisahan dari keluarga, serta tindakan dan prosedur yang belum dapat dipahami oleh sebagian anak. (Hockenberry & Wilson, 2023).

Pelaksanaan kegiatan terapi bermain mendapatkan respons positif dari anak dan orang tua. Anak terlihat lebih tenang, mampu berinteraksi dengan tenaga kesehatan, serta lebih kooperatif selama menjalani perawatan. Aktivitas bermain memberikan kesempatan bagi anak untuk mengekspresikan emosi dan mengurangi ketegangan akibat lingkungan rumah sakit. Bermain merupakan salah satu kebutuhan dasar anak yang tetap harus dipenuhi meskipun anak sedang sakit atau menjalani perawatan. (Wong et al., 2020).

Hospitalisasi merupakan kondisi yang dapat menyebabkan kecemasan pada anak karena adanya perubahan lingkungan, rutinitas, keterbatasan aktivitas, dan prosedur keperawatan yang harus dijalani. Anak sering kali belum mampu memahami alasan mereka harus dirawat sehingga dapat muncul respons berupa menangis, menolak tindakan, takut terhadap petugas kesehatan, dan menarik diri. Tingkat kecemasan yang muncul dipengaruhi oleh usia anak, pengalaman hospitalisasi sebelumnya, dukungan keluarga, serta kemampuan koping anak. (American Academy of Pediatrics, 2022).

Hasil kegiatan pengmas menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami kecemasan sedang sebelum diberikan terapi bermain. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa hospitalisasi menjadi sumber stres bagi anak. Anak usia prasekolah umumnya memiliki kemampuan berpikir yang masih terbatas sehingga sering menginterpretasikan tindakan medis sebagai sesuatu yang mengancam. Oleh karena itu, diperlukan intervensi keperawatan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak untuk membantu mengurangi dampak psikologis selama perawatan. (Hockenberry & Wilson, 2023).

Pemberian terapi bermain dalam kegiatan ini terbukti membantu menurunkan kecemasan anak selama menjalani perawatan di rumah sakit. Bermain dapat menjadi media komunikasi terapeutik antara perawat dan anak, sehingga anak lebih mudah mengekspresikan perasaan takut, cemas, atau tidak nyaman. Selain itu, aktivitas bermain dapat mengalihkan perhatian anak dari rasa sakit dan prosedur medis yang menimbulkan kecemasan. (Li et al., 2022; Koukourikos et al., 2021). Ketika anak terus-menerus berada dalam situasi rumah sakit, pengalaman yang diterima anak dapat didominasi oleh pemeriksaan medis, pemberian obat baik obat minum dan injeksi serta aturan yang ada di rumah sakit. Kondisi tersebut dapat membuat rumah sakit menjadi

sesuatu yang menakutkan bagi anak. Mewarnai memberikan pengalaman yang menyenangkan, familiar, dan sesuai dengan aktivitas anak sehari-hari. Bermain juga memiliki efek normalisasi karena memungkinkan anak tetap melakukan aktivitas yang sesuai dengan kehidupan anak meskipun sedang sakit (Nazari, et al, 2025).

Terapi bermain yang dapat diterapkan pada anak yang dirawat di rumah sakit adalah kegiatan mewarnai. Aktivitas mewarnai memberikan stimulasi positif melalui kegiatan kreatif yang menyenangkan, membantu meningkatkan relaksasi, serta memberikan rasa kontrol kepada anak terhadap aktivitas yang dilakukan. Anak yang terlibat dalam aktivitas bermain cenderung menunjukkan penurunan perilaku cemas dan peningkatan kemampuan adaptasi terhadap lingkungan rumah sakit. (Gariépy & Howe, 2021)

Kesimpulan

Hasil kegiatan ini mendukung bahwa terapi bermain dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan yang efektif untuk mengurangi kecemasan pada anak selama hospitalisasi. Perawat anak memiliki peran penting dalam memberikan pendekatan atraumatic care, yaitu pelayanan keperawatan yang bertujuan meminimalkan stres psikologis dan fisik pada anak selama proses perawatan. Implementasi terapi bermain secara rutin di ruang rawat anak dapat meningkatkan kenyamanan anak dan membantu proses penyembuhan. Namun hal ini tidak dapat dilakukan pada semua anak yang sedang menjalani perawatan di rumah sakit. Anak dengan kemampuan terbatas pada ekstremitas atas atau anak dengan pengobatan dimana dianjurkan untuk tetap diam maka terapi bermain mewarnai ini tidak dapat dilakukan. (Hockenberry & Wilson, 2023).

Daftar Referensi

- American Academy of Pediatrics. *Pediatric Care: Interdisciplinary Approach to Child Health*. Itasca, IL: American Academy of Pediatrics, 2022.
- Claridge, A. M., & J Powell, O. (2023). Children's experiences of stress and coping during hospitalization: A mixed-methods examination. *Journal of Child Health Care*, 27(4), 531–546. <https://doi.org/10.1177/13674935221078060>
- Godino-Iáñez, M. J., Martos-Cabrera, M. B., Suleiman-Martos, N., Gómez-Urquiza, J. L., Vargas-Román, K., Membrive-Jiménez, M. J., & Albendín-García, L. (2020). *Play therapy as an intervention in hospitalized children: A systematic review*. *Healthcare*, 8(3), 239. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030239>.
- Hockenberry, Marilyn J., Elizabeth A. Duffy, and Karen DiValerio Gibbs. *Wong's Nursing Care of Infants and Children*. 12th ed. St. Louis, MO: Elsevier, 2024.

- Koukourikos, Konstantinos, Liana Tzeha, Panagiota Pantelidou, and Areti Tsaloglidou. "The Importance of Play during Hospitalization of Children." *Materia Socio-Medica* 33, no. 2 (2021): 146–151.
- Kyle, Terri, and Susan Carman. *Essentials of Pediatric Nursing*. 4th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2021.
- Li, Hsiang-Yu, et al. "Effectiveness of Therapeutic Play Interventions for Hospitalized Children: A Systematic Review." *Journal of Pediatric Nursing* 62 (2022): 143–151.
- Nazari, A. M., et al. (2025). The effectiveness of play therapy on depression and anxiety in hospitalized children with cancer: A systematic review. *Supportive Care in Cancer*. <https://doi.org/10.1007/s00520-024-09144-4>.
- Nurcahyanti, F. Perkembangan D. (2024). Sosial Hubungan Dengan Perkembangan Emosional Anak Prasekolah Pada Usia 3 – 6 Tahun. *Primary Education Journal*, 4(2). doi:<https://doi.org/10.36636/primed.v4i2.4514>
- Nurjanah, S., & Santoso, S. (2021). The Effectiveness of Play therapy: Coloring Against Anxiety Reduction in Pre-School Children Who Experience Hospitalization. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(4), 657–662. doi:<https://doi.org/10.30604/jika.v6i4.817>.
- Polit, Denise F., and Cheryl Tatano Beck. *Nursing Research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. 11th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2021.
- Putri, T. A., Novayelinda, R., & Tampubolon, N. R. (2026). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Menjalani Hospitalisasi. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 8(1), 2598–2606. doi:<https://doi.org/10.61878/bnj.v8i1.480>
- Stuart, Gail W. *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. 11th ed. St. Louis, MO: Elsevier, 2022.
- Wong, Donna L., Marilyn J. Hockenberry, David Wilson, Cheryl C. Rodgers, and David Wong. *Wong's Essentials of Pediatric Nursing*. 11th ed. St. Louis, MO: Elsevier, 2020.