

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hospitalisasi merupakan suatu kondisi ketika individu menjalani perawatan di rumah sakit untuk pemeriksaan diagnostik, tindakan medis, pemberian terapi, maupun pemantauan kondisi kesehatan. Pada anak, hospitalisasi dapat menjadi pengalaman yang menimbulkan krisis karena anak harus beradaptasi dengan lingkungan yang asing, prosedur medis yang menimbulkan nyeri, serta keterpisahan dari lingkungan yang familiar (Ningsih et al 2022). Selama proses, anak dan orang tua dapat mengalami berbagai kejadian yang ditunjukkan dengan pengalaman yang traumatik dan penuh stress. Banyak perasaan yang sering muncul pada anak, yaitu cemas, marah, sedih, takut, dan rasa bersalah (Risidiana and Della 2023).

Kecemasan merupakan perasaan paling umum yang dialami oleh pasien anak terutama usia pra sekolah yang berusia antara 3 sampai 6 tahun (Mansur 2019). Pada tahap perkembangan ini, anak belum mampu memahami sepenuhnya alasan perawatan yang dijalani serta memiliki keterbatasan dalam mengekspresikan perasaan secara verbal. Akibatnya, kecemasan sering diekspresikan melalui perubahan perilaku seperti menangis, menolak makan, sering bertanya, gelisah, dan tidak kooperatif terhadap tenaga kesehatan (Wowiling, Ismanto, and Babakal 2014).

Secara global, kecemasan akibat hospitalisasi pada anak masih menjadi permasalahan kesehatan yang signifikan. *World Health Organization* (WHO) 2023 melaporkan prevalensi anak yang membutuhkan perawatan pada anak prasekolah pada tahun 2023 sebanyak 45 % dari keseluruhan jumlah pasien anak yang dirawat di rumah sakit, ditemukan 4%-12% pasien anak di Amerika Serikat yang dirawat mengalami stress dan kecemasan selama pengobatan. Sekitar 3%-6% dari anak usia sekolah yang dirawat di Jerman juga mengalami hal yang serupa, 4%-10% anak di Kanada dan Selandia

baru juga mengalami tanda stress dan kecemasan selama pengobatan (WHO 2023). Prevalensi anak yang membutuhkan perawatan di rumah sakit setiap tahunnya mencapai 57 juta jiwa, 80% diantaranya mengalami trauma berupa ketakutan dan kecemasan saat dirawat (UNICEF, 2023).

Di Indonesia, angka rawat inap anak juga menunjukkan kecenderungan yang tinggi. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2023 mencatat bahwa angka kesakitan anak mencapai lebih dari 45% dari total populasi anak. Dari sekitar 79 juta anak di Indonesia, lebih dari 35 juta anak mengalami gangguan kesehatan dalam satu tahun terakhir (Kemenkes RI, 2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa beberapa provinsi memiliki angka rawat inap anak yang relatif tinggi, antara lain DKI Jakarta sebesar 39%, Jawa Timur 36%, dan Provinsi Bengkulu sebesar 33%.

Di Provinsi Bengkulu, angka rawat inap anak usia prasekolah masih tergolong tinggi seiring dengan meningkatnya kasus penyakit infeksi dan kondisi akut yang memerlukan perawatan di rumah sakit. Data Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Bengkulu tahun 2024 menunjukkan bahwa sebanyak 52,11% anak pernah menjalani rawat inap di rumah sakit pemerintah dan 35,19% di rumah sakit swasta. Jumlah anak usia prasekolah di Kota Bengkulu tercatat sebanyak 174.604 jiwa (BPS Provinsi Bengkulu, 2024).

Data Rekam Medik RSUD dr. M. Yunus Bengkulu menunjukkan bahwa jumlah anak yang menjalani perawatan mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, yaitu sebanyak 722 anak pada tahun 2022, meningkat menjadi 794 anak pada tahun 2023, dan mencapai 1.160 anak pada tahun 2024 (Rekam Medik RSUD dr. M. Yunus Bengkulu, 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa hospitalisasi pada anak di wilayah Bengkulu masih cukup tinggi dan berpotensi menimbulkan respons stres selama perawatan, sehingga memerlukan perhatian dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan anak di rumah sakit.

Adapun gejala yang muncul pada anak dengan kecemasan meliputi perubahan perilaku, seperti menangis terus-menerus, menarik diri dari

interaksi, hingga tampak tidak tertarik pada lingkungan sekitar (Okie Pujianti, Herry Susanto, and Kurnia Wijayanti 2025). Pengalaman, usia, respon terhadap stimulus, jenis kelamin, dukungan keluarga, kondisi lingkungan dan persepsi anak terhadap penyakit merupakan faktor penyebab utama kecemasan pada anak yang dirawat di rumah sakit (Loriza 2023). Kecemasan yang dialami anak tidak hanya berdampak pada aspek psikologis, seperti munculnya rasa takut, cemas, dan penolakan terhadap tindakan medis, tetapi juga berdampak pada aspek fisik (Rischa Hamdanesti, 2024). Dampak fisik tersebut meliputi gangguan fungsi pencernaan, penurunan sistem kekebalan tubuh, kelemahan sistem saraf, kesulitan tidur, gangguan irama jantung, penurunan fungsi pernapasan, serta munculnya perilaku antisosial (Loriza 2023). Adanya perilaku anak yang demikian, akan mengakibatkan kurang optimalnya proses pelayanan keperawatan, sehingga akan mengurangi proses penyembuhan. Apabila hal tersebut berlangsung lama dan terus menerus maka anak kehilangan kontrol diri serta bisa depresi (Suryani and Velga, 2024).

Melihat besarnya dampak kecemasan tersebut, diperlukan upaya penanganan yang tepat dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun non farmakologis. Terapi farmakologis diberikan sesuai indikasi medis dan resep dokter, sedangkan terapi non farmakologis meliputi teknik relaksasi, terapi mural, aromaterapi, terapi musik, dan terapi bermain (Rianti and Sukmawati 2023). Pada anak usia prasekolah (3–6 tahun), pendekatan nonfarmakologis lebih dianjurkan karena lebih aman dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Pada usia ini, anak belum mampu mengungkapkan emosi secara verbal dengan baik, sehingga membutuhkan media yang dapat membantu mengekspresikan perasaan secara tidak langsung. Salah satu intervensi yang dinilai efektif untuk tujuan tersebut adalah terapi bermain (Diel et al, 2024).

Secara teoritis, terapi bermain sangat sesuai diterapkan pada anak usia 3–6 tahun karena pada tahap perkembangan ini anak berada pada fase praoperasional, dimana aktivitas bermain menjadi sarana utama dalam mengekspresikan pikiran, perasaan, dan emosi. Terapi bermain tebak gambar dan mewarnai merupakan bentuk permainan yang bersifat sederhana, menyenangkan, serta sesuai dengan kemampuan kognitif dan motorik halus anak usia prasekolah. Aktivitas tebak gambar dapat membantu mengalihkan perhatian anak dari rasa takut dan cemas, sekaligus merangsang kemampuan kognitif dan bahasa, sedangkan kegiatan mewarnai berperan dalam memberikan efek relaksasi, meningkatkan konsentrasi, serta membantu anak menyalurkan emosi secara positif. Terapi bermain tebak gambar dan mewarnai terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak karena mampu menciptakan suasana yang aman dan nyaman, mengurangi stres psikologis, serta meningkatkan rasa kontrol anak terhadap lingkungan sekitarnya. Terapi ini diberikan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 20–30 menit pada setiap sesi (Diel et al, 2024).

Efektivitas terapi bermain dalam menurunkan kecemasan anak telah dibuktikan melalui berbagai penelitian. Penelitian Diel et al (2024) menunjukkan bahwa terapi bermain tebak gambar memiliki dampak positif dalam menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi. Intervensi dalam penelitian tersebut diberikan sebanyak 3 kali selama 3 hari berturut-turut, dengan durasi 20–30 menit pada setiap sesi. Setelah pemberian terapi, tingkat kecemasan anak menunjukkan penurunan yang signifikan; anak tampak lebih tenang, lebih kooperatif, dan mampu beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit. Nilai p-value sebesar 0,000 ($< 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian terapi bermain tebak gambar terhadap penurunan tingkat kecemasan anak. Penelitian Risdiana and Della (2023) menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001 ($< 0,05$), yang berarti bahwa terapi bermain mewarnai berpengaruh signifikan dalam menurunkan kecemasan anak prasekolah selama menjalani perawatan di rumah sakit. Terapi diberikan 1 kali per hari selama 2–3 hari berturut-turut dengan durasi

15–20 menit per sesi, disesuaikan dengan kondisi anak. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Suryani dan Velga (2024) juga memperkuat bukti efektivitas terapi bermain. Intervensi mewarnai diberikan sebanyak 2 kali dalam 2 hari berturut-turut, dengan durasi 20–30 menit setiap sesi. Analisis menggunakan paired sample t-test menunjukkan p-value 0,000 ($< 0,05$), menandakan bahwa terapi mewarnai terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, hasil pengamatan langsung di Ruang Edelweis RSUD dr. M. Yunus Bengkulu pada tanggal 11 September 2025, terdapat 36 anak yang sedang menjalani perawatan. Dari jumlah tersebut, 19 anak menunjukkan respons menangis dan perilaku menolak saat akan dilakukan tindakan pemasangan infus. Kecemasan pada anak selama hospitalisasi muncul akibat lingkungan rumah sakit yang asing, prosedur invasif, serta keterpisahan dari orang tua. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi yang dapat membantu anak beradaptasi selama perawatan. Terapi bermain seperti tebak gambar dan mewarnai diperkirakan mampu menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan kenyamanan emosional, serta mendukung penyesuaian anak di rumah sakit. Mengingat kecemasan yang tidak ditangani dapat berdampak negatif terhadap proses penyembuhan, peneliti tertarik melakukan intervensi terapi bermain tebak gambar dan mewarnai pada anak usia prasekolah. Oleh karena itu, peneliti mengajukan proposal skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Bermain Tebak Gambar dan Mewarnai Terhadap Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi di RSUD dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2026”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang telah diuraikan, masalah dalam penelitian ini adalah masih tingginya tingkat kecemasan pada anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi di rumah sakit. Maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat Pengaruh Terapi

Bermain Tebak Gambar dan Mewarnai Terhadap Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi di RSUD dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2026?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahui Pengaruh Terapi Bermain Tebak Gambar dan Mewarnai Terhadap Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi di RSUD dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2026.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, lama dirawat, riwayat hospitalisasi sebelumnya di RSUD dr. M. Yunus Bengkulu tahun 2026.
2. Diketahui skor kecemasan pada anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi sebelum diberikan terapi bermain tebak gambar dan mewarnai di RSUD dr. M. Yunus Bengkulu tahun 2026.
3. Diketahui skor kecemasan pada anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi setelah diberikan terapi bermain tebak gambar dan mewarnai di RSUD dr. M. Yunus Bengkulu tahun 2026.
4. Diketahui pengaruh pengaruh terapi bermain tebak gambar dan mewarnai terhadap kecemasan anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi di RSUD dr. M. Yunus Bengkulu tahun 2026.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Insitusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan, kebidanan, maupun tenaga kesehatan lainnya, khususnya dalam memahami efektivitas terapi bermain tebak gambar dan mewarnai dalam menurunkan kecemasan pada anak usia pra sekolah yang menjalani hospitalisasi.

1.4.2 Bagi Rumah Sakit

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan bukti ilmiah mengenai manfaat terapi bermain tebak gambar dan mewarnai sebagai bagian dari

intervensi non farmakologis untuk mengurangi kecemasan anak selama perawatan. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi RSUD dr. M. Yunus Bengkulu untuk mengembangkan program terapi bermain sebagai standar layanan yang ramah anak, sehingga menciptakan lingkungan hospitalisasi yang lebih suportif dan efektif.

1.4.3 Bagi Pasien

Penelitian ini diharapkan dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan anak usia pra sekolah selama menjalani hospitalisasi melalui penerapan terapi bermain. Dengan demikian, anak dapat lebih nyaman, kooperatif, dan beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit, sehingga proses perawatan dapat berjalan lebih optimal. Terapi ini juga berpotensi memberikan dampak positif terhadap kondisi emosional keluarga.

1.4.4 Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam menerapkan intervensi terapi bermain tebak gambar dan mewarnai pada anak yang mengalami hospitalisasi. Selain itu, hasil penelitian diharapkan menjadi dasar ilmiah dalam pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based practice*) untuk menurunkan kecemasan anak secara holistik sesuai kebutuhan perkembangan anak.