



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 2 Tahun 2024 Page 3468-3476

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Pengaruh Terapi Menggambar Terhadap Tingkat Stres Pada Anak Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2022

Lindawati F. Tampubolon<sup>1</sup>, Agustaria Ginting<sup>2</sup>, Bella Cyntia Natio<sup>3✉</sup>

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth, Medan

Email: [bellatio.business@gmail.com](mailto:bellatio.business@gmail.com)<sup>3✉</sup>

### Abstrak

Stres hospitalisasi merupakan suatu reaksi yang dialami anak karena situasi dan lingkungan asing selama proses perawatan dan pengobatan di Rumah Sakit. Apabila stres hospitalisasi tidak ditangani dengan baik akibatnya sering menimbulkan efek negatif yang sangat berbahaya bagi perkembangan, kesehatan fisik serta psikologis. Stres anak berkepanjangan dapat menimbulkan gangguan baik mental maupun trauma. Tujuan penelitian Pengaruh Terapi Menggambar Terhadap Tingkat Stres Pada Anak di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan. desain Penelitian menggunakan eksperimental dengan metode *one group pretest - post test*, populasi 40 orang, teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan Jumlah sampel 18 responden, data di ambil secara langsung menggunakan kuesioner HARS sebelum dan sesudah perlakuan terapi menggambar. Hasil penelitian ditemukan skor *pretest* stres dengan mean = 12.00 dan standar deviasi = 4.087, sedangkan *posttest* stres = 7.56 dan standar deviasi = 1.723. Berdasarkan hasil uji statistik *paired T-test* sebelum dan sesudah intervensi terapi menggambar didapatkan nilai  $p=0.001 < 0,05$ , artinya bahwa ada pengaruh terapi menggambar terhadap tingkat stres pada anak di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2022. Diharapkan kepada Rumah sakit Santa Elisabeth Medan dapat mempertimbangkan memberikan sarana bermain khususnya terapi menggambar di ruangan rawat inap anak untuk menurunkan tingkat stres hospitalisasi anak.

Kata Kunci: *Terapi Menggambar, Stres*

## Abstract

Stress hospitalization is a reaction experienced by children due to unfamiliar situations and environments at the child's age during the treatment and treatment process at the hospital. If the stress of hospitalization is not handled properly the consequences often cause negative effects that are very dangerous for physical and psychological development and health. Prolonged stress in children can cause mental disorders and trauma. The purpose of this study was the effect of drawing therapy on stress levels in children at Santa Elisabeth Hospital Medan. The study used a correlation with a one group pretest - post test design while the total population was 40 people. Where a sample of 18 respondents used purposive sampling technique, data was taken directly using the HARS questionnaire before after drawing therapy treatment. The results of the study found that the stress pretest score with mean = 12.00 and standard deviation = 4.087, while the post-test stress = 7.56 and standard deviation = 1.723. Based on the results of the statistical paired T-test before and after the drawing therapy intervention, the p value = 0.001 < 0.05. This means that there is an effect of drawing therapy on stress levels in children at Santa Elisabeth Hospital Medan in 2022. The author hoping that the Santa Elisabeth Hospital Medan will consider to build a playground for arth therapy purpose to lower a stress level of hospitalization.

Keywords: *Drawing Therapy, Stres*

## PENDAHULUAN

Stres hospitalisasi merupakan suatu reaksi yang dialami oleh anak dengan lingkungan asing selama proses perawatan di Rumah Sakit. Hal ini sering ditemukan pada anak yang dirawat di rumah sakit akan mengalami krisis perubahan status kesehatan dan lingkungan. Selain itu juga sering ditemukan trauma pada anak seperti cemas berlebihan akibat perpisahan sementara dengan keluarga, bahkan kehilangan kendali sehingga dapat mengakibatkan cedera tindakan pada anak (Sitorus et al., 2020).

Hospitalisasi dapat mengancam perubahan psikologi anak karena tidak terbiasa dengan lingkungan dan prosedur tindakan medis serta tidak mengetahui alasan rawat inap, sehingga mengakibatkan anak sering tampak marah, cemas, gelisah dan merasa tidak berdaya. Maka sebagai tenaga keperawatan diharapkan selain membantu anak juga berkolaborasi dengan orang tua untuk menghadapi persoalan yang sedang dialami anak. Berkaitan dengan upaya mengatasi masalah baik pada anak maupun orang tua selama proses perawatan di rumah sakit, dapat dilakukan beberapa teknik permainan maupun terapi menggambar (Muhamad Idris, 2018).

Tingkat stres hospitalisasi masih cukup tinggi hal ini terbukti ditemukan dalam penelitian (Sitorus et al., 2020), yang mendapatkan bahwa anak yang sedang mengalami hospitalisasi mengalami stress kategori ringan sebesar 20,5% sedang sebesar 60,8 % dan

stress berat sebesar 16,7%. Anak yang berjenis kelamin perempuan mengalami stres dengan kategori sedang sebesar 57,5% sedangkan anak laki laki dengan kategori sedang sebesar 68,4%. Hal senada juga ditemukan dalam penelitian lain dimana anak dengan hospitalisasi yang mengalami stres sedang sebesar 13,3% dan stres berat sebesar 86,7% (Gerungan, 2020). Berdasarkan hasil penelitian diatas perlu suatu tindakan yang nyata seperti terapi bermain pada anak yang mengalami hospitalisasi dalam menurunkan tingkat stres (Muhamad Idris, 2018).

Terapi bermain mampu mengalihkan perhatian anak terhadap rasa sakit selama proses tindakan medis dan juga anak dapat mengungkapkan perasaan dan kekhawatirannya melalui kegiatan bermain seperti terapi mewarnai, bermain boneka dan menggambar. Tujuan permainan diatas membuat anak mengungkapkan perasaannya dan lebih rileks selama proses perawatan. (Kusumaningtiyas, 2020).

Terapi menggambar memberikan kesempatan untuk berkreasi dan mengekspresikan perasaannya tanpa menggunakan kata, serta apabila dilakukan dengan sukarela sesuai kesenangannya akan memberikan kepuasan tersendiri pada anak. Selain itu terapi ini juga memberikan efek penurunan kecemasan anak selama mengalami hospitalisasi (Hartini & Winarsih, 2019). Ketika seorang anak sedang mengalami terapi menggambar, akan terjadi sebuah aktivitas atau sebuah proses interaksi pembelajaran yang mencakup indera penglihatan, perasaan, serta proses berpikir (Nelson et al., 2020).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan Rancangan penelitian eksperimental. Jenis penelitian ini adalah *Pre – experimental study* dengan rancangan *one grup pretest and posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien anak yang dirawat di ruang anak (ruang Santa Teresia) RS Santa Elisabeth Medan per bulannya lebih kurang 40 pasien. Sampel yang diambil pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 18 responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Rata-Rata Tingkat Stress Anak Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Menggambar

Terapi Menggambar	Mean	SD	SE	<i>p</i> value	n
<i>Pre-test</i>	12.00	4.087	0,963	0,001	18
<i>Post-test</i>	7.56	1,723	0,406		

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa rata-rata adalah nilai tingkat stres pada anak pre intervensi yaitu sebesar 12.00 dengan standar defiasi 4.087. sedangkan pada pengukuran kedua didapatkan rata rata nilai tingkat stres pada anak adalah sebesar 7.56 dengan standar defiasi sebesar 1.723. Terlihat nilai perbedaan mean antara pengukuran pertama dan kedua sebesar 4.44 dengan standar defiasi 3.185. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p= 0.001$  artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai tingkat stres pengukuran pertama dan pengukuran kedua.

## Pembahasan

### Tingkat Stres Pre Intervensi

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 18 responden ditemukan rata-rata tingkat stres anak sebesar 12.00 dengan standar defiasi 4.087 adapun skor tingkat stres anak ditemukan paling rendah 6 dan paling tinggi 12. Hasil estimasi interval menunjukkan bahwa rentang stres anak berada diantara 9.97 sampai dengan 14.03.

Hospitalisasi pada pasien terutama pada anak selalu mengalami berbagai reaksi berupa menangis, ketakutan, takut berinteraksi dengan tenaga medis, semuanya itu bagian dari kecemasan yang akhirnya berujung pada stres. Hal itu senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Listiana et al.,(2020) yang mengatakan dampak dari hospitalisasi seperti resiko trauma anak, cemas akibat perpisahan, kehilangan kendali, dan mengakibatkan stres hospitalisasi pada anak.

Gerungan, (2020) dalam penelitian yang menunjukkan bahwa gambaran tingkat kecemasan pada 30 responden sebelum diberikan terapi mewarnai gambar yaitu terdapat 4 (13.3%) responden pada tingkat stres sedang dan 26 (86.7%) responden pada tingkat stres berat. Hasil observasi yang dilakukan peneliti, anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi cenderung mengalami kecemasan sebelum diberikan terapi mewarnai gambar yang ditunjukkan dengan sikap anak tampak gelisah, tegang, menangis karena takut, dan tidak kooperatif dengan dokter atau perawat saat dilakukan tindakan.

Aryani & Zaly, (2021) menyatakan bahwa Tingkat stres pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi sebelum diberikan terapi bermain mewarnai gambar di ruang paviliun anak RSPAD sebagian besar tergolong stres berat sebanyak 29 anak (82.9 %). Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain zlingkungan rumah sakit, berpisah dengan orang terdekat, kehilangan kendali dan cedera tubuh maupun nyeri.

## Tingkat Stres Post Intervensi

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 18 responden menunjukkan rata-rata tingkat stres anak sebesar 7.56 dengan standar defiasi 1.723 adapun skor tingkat stres anak ditemukan paling rendah 5 dan paling tinggi 12. Hasil estimasi interval menunjukkan bahwa rentang stres anak berada diantara 6.70 sampai dengan 8.41.

Gerungan, (2020) dalam penelitiannya menunjukkan gambaran tingkat stres pada 30 responden sesudah diberikan terapi mewarnai gambar yaitu terdapat 4 (13.3%) responden pada tingkat stres ringan dan 26 (86.7%) responden pada tingkat stres sedang, dan terdapat adanya pengaruh yang signifikan dari terapi bermain mewarnai gambar terhadap tingkat stres anak usia prasekolah akibat hospitalisasi dengan hasil uji statistik *Wilcoxon test* diperoleh nilai  $p = 0.000 < 0.05$ . Aryani & Zaly, (2021) juga menyatakan bahwa tingkat stres pada anak usia prasekolah mengalami hospitalisasi sesudah diberikan terapi bermain sebagian besar tergolong stres sedang 28 anak (80%). Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan terapi menggambar berpengaruh terhadap penurunan tingkat stres pada anak yang dihospitalisasi, hasil penelitian menunjukkan tingkat stress menurun pasca pemberian terapi menggambar kepada anak.

## Pengaruh Terapi Menggambar Terhadap Tingkat Stres

Hasil univariat berdasarkan pengukuran pertama pada tingkat stres anak ditemukan bahwa rerata sebesar 12.00 sedangkan pada pengukuran kedua rerata tingkat stres sebesar 7.56. Kemudian hasil analisis bivariat pada pengaruh terapi menggambar dengan penurunan tingkat stres diketahui ada hubungan yang bermakna antara pengukuran pertama dan pengukuran kedua.

Stres pada anak sering ditemukan bila berada di tempat yang baru terutama bila anak mengalami hospitalisasi, juga disertai dengan pengalaman yang buruk dimasa lalu. Disamping itu anak bisa juga mengalami stres apabila bertemu dengan orang asing, apalagi dengan tindakan tindakan medis berupa pemberian infus, terapi dan obat-obatan lainnya yang membuat anak menjadi tidak nyaman, janagankan Tindakan yang diberikan, hanya Melihat baju perawat saja anaknya sudah takut, sehingga butuh suatu terapi uantuk pengalihan cara fikir pada anak berupa menggambar yang merupakan salah satu Teknik pengolahan stress.

Pengolahan stres anak saat hospitalisasi sangat dibutuhkan untuk mencegah tingkat stress yang lebih berat dan membuat anak merasa nyaman dan diperhatikan. Hal ini dapat dilakukan dengan berbagai pola permainan seperti mendengar musik, bermain bersama teman sebaya, dan salah satunya ialah memberikan terapi bermain dengan cara

menggambar agar dapat menurunkan tingkat stres sekaligus meringankan penderitaan serta mempercepat proses penyembuhan.

Dewa Gede, Agung Agus S, Cristin Wiyani, (2017) juga menyatakan bahwa ada pengaruh yang significant antara terapi menggambar terhadap penurunan tingkat stres. Hal itu dapat dilihat peneliti bahwa kebanyakan responden merasa senang dan focus terhadap tindakan terapi menggambar, rileks, serta terlihat responden senang dan gembira melakukan Tindakan menggambar tersebut.

Permatasari et al., (2021), juga menemukan adanya pengaruh yang significant antara terapi bermain mewarnai terhadap penurunan tingkat stres pada anak yang sedang menjalani *physical distancing*. Terapi ini bertujuan untuk mengalihkan pikiran, selain itu bisa dijadikan sebagai salah satu teknik dalam merelaksasikan tubuh serta saraf sehingga anak merasa nyaman dan tenang.

Terapi menggambar merupakan terapi yang sangat membantu anak saat *hospitalisasi* karena merupakan suatu teknik yang mudah dilakukan, alat alat yang murah dan mudah didapatkan, tidak menjadi beban bagi anak, karena sesuai dengan tumbuh kembang anak. hal inilah membuat si anak lebih rileks, leluasa, suasana ceria dan senang serta dapat berinteraksi orang disekitarnya termasuk peneliti dan perawat, oleh karena itu dapat dikatakan bahwa terapi menggambar termasuk kategori terapi ekspresif dan terapeutik dimana seorang anak dapat menuangkan perasaan.

Penelitian Aryani & Zaly, (2021), pengaruh antar terapi aktifitas bermain mewarnai gambar dengan tingkat stres hospitalisasi prasekolah memiliki keterkaitan yang kuat, sebab bermain merupakan salah satu kegiatan anak dan berpeluang terlepas dari ketegangan dan stres yang sedang dialami dan juga digolongkan sebagai suatu proses penyembuhan penyakit. Selama perlakuan terapi menggambar kondisi ruangan dibuat nyaman mungkin dengan cara berbicara pelan dan lembut dengan responden.

#### SIMPULAN

1. Rerata pengukuran tingkat stress anak pada *pre test* ditemukan mean 12.00 dan standar defiasi 4.087 dimana CI 95% = (9.97- 14.03).
2. Rerata pengukuran tingkat stres anak pada *post test* ditemukan mean 7.56 dan standar defiasi 1.723 dimana CI 95% =(6.70- 8.41).
3. Ada pengaruh pemberian terapi menggambar terhadap penurunan tingkat stres pada hospitalisasi anak dengan nilai  $p < \alpha 5\%$ .

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2019). Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6527>
- Aryani, D., & Zaly, N. W. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar terhadap Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Prasekolah. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 101. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.289>
- Burns, N., & Grove, S. K. (2017). the Practice of Nursing Research: Appraisal, Synthesis, and Generation of Evidence. *Elsevier*, 8, 1–1192.
- Dalam, P., Stres, M., Pada, H., & Wonogiri, F. C. (2021). *10.36419/avicenna. v4i1.458*. 4(1), 45–56.
- Das, N., & Sahoo, P. (2022). *Title of the Article: " Effectiveness of Art Therapy vs . Play Therapy on level of anxiety among hospitalized Children -A Randomized Controlled Trial ."*January.
- Dewa Gede, Agung Agus S, Cristin Wiyani, R. E. (2017). Terhadap Stres Pada Lansia. *Pengaruh Art Tehrapy Terhadap Stres Lansia*, 13, 192–202.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Ratnawati, D. (2019). Pengaruh Audiovisual Menonton Film Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Saat Prosedur Injeksi Pada Anak Prasekolah. *Journal of Health Sciences*, 12(02), 15–29. <https://doi.org/10.33086/jhs.v12i02.996>
- Fauziyyah, S. A., Ildil, I., & Putri, Y. E. (2020). Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(3), 109. <https://doi.org/10.23916/08972011>
- Gerungan, N. (2020). Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Dirawat Di Rsup. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 6(2), 105–113.
- Goyena, R. (2019). Jurnal Ilmu Keperawatan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Hartini, S., & Winarsih, B. D. (2019). Perbedaan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Saat Hospitalisasi Sebelum Dan Setelah Dilakukan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Di Ruang Bogenvile Rsu Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.31596/jcu.v8i1.304>
- Kusumaningtyas. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Tebak Gambar Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Anak Usia Toddler Akibat Hospitalisasi Di Rumah Sakit the Effect of Image Playing Therapy To Reduce Hospitalization Anxiety in Toddler Age Patients At Hospital. *JPP) Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 15(2), 2654–3427. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i1.564>

- Listiana, R., Kustriyani, M., & Widyaningsih, T. S. (2020). *Caring Perawat dengan Stres Hospitalisasi pada Anak Pra Sekolah di Ruang Rawat Inap Anak Pendahuluan Pengalaman anak saat menjalani hospitalisasi berbeda - beda tiap anak karena sudah pernah menjalani hospitalisasi sehingga dapat beradaptasi dengan lingku.* 2(November 2021).
- Maspupatun, I. (2018). Keefektifan play thrapy untuk penanganan stress pasca trauma bencana alam. *Proceedings International Conference*, 100–109.
- Muhamad Idris, M. R. (2018). *sebesar 3.006 yang berarti tolak H.* 583–592.
- Mulyanti, S., Kusmana, T., D3, P., Fakultas, K., Kesehatan, I., & Muhammadiyah Tasikmalaya, U. (2018). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi di RSUD Dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas*, 2(1), 20–26. <https://www.journal.umtas.ac.id/index.php/bimtas/article/view/333>
- Nelson, L. P., Lachman, S. E., Li, S. W., Gold, J. I., Angeles, L., Angeles, L., Sciences, B., Angeles, L., Angeles, H. L., Angeles, L., Mateo, S., & Mateo, S. (2020). *HHS Public Access*. 20(4). <https://doi.org/10.1097/PCC.0000000000001894>.The
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*.
- Permatasari, G., Ernawati, D., & Dwi Anggoro, S. (2021). Pengaruh Terapi Bermain (Mewarnai) Terhadap Tingkat Stres Pada Anak Usia Sekolah Yang Menjalani Physical Distancing Di Rw 03 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 7(2). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v7i2.255>
- Polit & Beck. (2012). *NURSING RESEARCH GENERATING AND ASSESSING*.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2014). *Essentials of Nursing Research Seventh Edition Appraising Evidence for Nursing Practice*. In *Lippincott Williams & Wilkins*.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2017). *Nursing Research Principles and Methods* (H. Kogut (ed.); 7th ed.). LIPPINCOTT WILLIAMS & WILKINS.
- Ponidjan, T. S., & Sarimin, D. S. (2021). *Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Denan Stres Anak [ Analysis Of Factors Related To Children's Distress Preschool On Venous Blood Sampling Procedure ]*. 51–65.
- Ramdan, I. M. (2019). Reliability and Validity Test of the Indonesian Version of the Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) to Measure Work-related Stress in Nursing. *Jurnal Ners*, 14(1), 33. <https://doi.org/10.20473/jn.v13i2.10673>
- Sarinengsih, Y., Kusmawati, D., & Safariah, T. D. (2018). *Tingkat Kecemasan Saat Hospitalisasi Pada Pasien Anak Usia Prasekolah ( 3-6 Tahun ) Di Ruang Safir Santosa*



*Hospital Bandung Kopo*. 181–188.

- Sitorus, M., Utami, T. A., & Prabawati, F. D. (2020). Hubungan Hospitalisasi dengan Tingkat Stres pada Anak Usia Sekolah di Unit Rawat Inap RSUD Koja Jakarta Utara. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 12(2), 152–160. <https://doi.org/10.36990/hijp.v12i2.200>
- Sr, D., Gr, N., Dalei, S. R., Tutor, M. S., Anak, D. K., Ilmu, I., & Kalinga, K. (2020). *Machine Translated by Google Pengaruh terapi seni dan terapi bermain pada kecemasan antara anak prasekolah yang dirawat di rumah sakit*. 1343.
- Wahyuni, R. S. (2018). Upaya Meningkatkan Kecerdasan Visual. *Jurnal Tunas Siliwangi*, 4(1).[http://e-journal.stkipsiliwangi.ac.id/index.php/tunas\\_siliwangi/article/view/1197](http://e-journal.stkipsiliwangi.ac.id/index.php/tunas_siliwangi/article/view/1197).