

**PENGELOLAAN ANSIETAS DENGAN TEKNIK DISTRAKSI BERMAIN MEWARNAI PADA ANAK
PRASEKOLAH DENGAN *DENGUE HEMORRHAGIC FEVER* DI RSUD DR. GONDO SUWARNO**

Lina Amelia Arlindah¹, Siti Haryani²

^{1,2} Prodi D3 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Email: Linaameliaaarlindah00@gmail.com

Abstrak

Anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi rentan mengalami ansietas akibat lingkungan rumah sakit yang asing, tindakan medis, ketidaknyamanan karena penyakit, serta perubahan rutinitas sehari-hari. Ansietas dapat menyebabkan anak menjadi rewel, gelisah, tidak kooperatif, dan sulit beradaptasi selama menjalani perawatan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi ansietas adalah teknik distraksi melalui terapi bermain mewarnai. Karya tulis ilmiah ini bertujuan mendeskripsikan pengelolaan ansietas dengan teknik distraksi bermain mewarnai pada anak prasekolah dengan *Dengue Hemorrhagic Fever* (DHF) di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus melalui proses asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Alat ukur yang digunakan adalah *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS). Pengelolaan dilakukan selama 3x24 jam pada tanggal 17-19 Juli 2026 dengan pemberian terapi bermain mewarnai selama 30 menit setiap sesi. Hasil pengkajian menunjukkan skor ansietas awal 55 yang termasuk kategori ansietas berat. Setelah diberikan terapi bermain mewarnai secara bertahap, anak tampak lebih tenang, rileks, kooperatif, mampu berinteraksi dengan perawat, dan lebih fokus mengikuti kegiatan. Pada hari ketiga, skor SCAS menurun menjadi 15 yang menunjukkan kategori ansietas ringan. Disimpulkan bahwa teknik distraksi melalui bermain mewarnai efektif membantu mengelola ansietas pada anak prasekolah dengan DHF selama hospitalisasi. Terapi ini dapat digunakan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang sederhana, aman, menyenangkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak.

Kata Kunci: Ansietas, Teknik Distraksi, Bermain Mewarnai, Anak Prasekolah, *Dengue Hemorrhagic Fever*.

Abstract

Preschool children undergoing hospitalization are vulnerable to anxiety due to an unfamiliar hospital environment, medical procedures, discomfort caused by illness, and changes in daily routines. Anxiety may cause children to become restless, fussy, uncooperative, and have difficulty adapting during hospitalization. One non-pharmacological intervention that can be used to reduce anxiety is distraction through coloring activities. This scientific

Article History

Received: Agustus 2026

Reviewed: Agustus 2026

Published: Agustus 2026

Plagiarism Checker No 950

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Medic Nutricia



This work is licensed under
a [Creative Commons Attribution-
NonCommercial 4.0 International
License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

paper aimed to describe the management of anxiety using a distraction technique through coloring activities in a preschool child with Dengue Hemorrhagic Fever (DHF) at Dr. Gondo Suwarno Regional General Hospital. This study used a descriptive method with a case study approach through the nursing care process, including assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. Data were collected through interviews, observations, physical examinations, and documentation. The instrument used to measure anxiety was the Spence Children's Anxiety Scale (SCAS). Anxiety management was carried out for 3×24 hours from July 17 to July 19, 2026, with coloring activities provided for 30 minutes in each session. The initial assessment showed an SCAS score of 55, categorized as severe anxiety. After the coloring distraction technique was implemented, the child appeared calmer, more relaxed, cooperative, able to interact with the nurse, and more focused on the activity. On the third day, the SCAS score decreased to 15, indicating mild anxiety. It can be concluded that distraction through coloring activities is effective in helping manage anxiety in preschool children with DHF during hospitalization. This therapy can be used as a simple, safe, enjoyable, and developmentally appropriate non-pharmacological nursing intervention.

Keywords: Anxiety, Distraction Technique, Coloring Activity, Preschool Children, Dengue Hemorrhagic Fever.

PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah berada pada rentang usia 3-6 tahun dan pada tahap ini bermain merupakan aktivitas penting dalam proses perkembangan anak. Ketika anak harus menjalani hospitalisasi, perubahan lingkungan, rutinitas, keterbatasan aktivitas, tindakan medis, serta rasa tidak nyaman akibat penyakit dapat menimbulkan ansietas. Respons ansietas pada anak dapat berupa menangis, rewel, gelisah, tegang, sulit tidur, sulit berkonsentrasi, menolak tindakan, dan meminta segera pulang (Priati & Pramesti, 2025). Salah satu penyakit yang dapat menyebabkan anak menjalani hospitalisasi adalah *Dengue Hemorrhagic Fever (DHF)* atau Demam Berdarah Dengue (DBD).

Kondisi penyakit serta proses perawatan di rumah sakit dapat menjadi stimulus yang meningkatkan kecemasan anak. Ansietas yang tidak ditangani dapat menyebabkan anak kurang kooperatif terhadap tindakan keperawatan dan menghambat proses perawatan (Rahmania et al., 2024). Salah satu upaya nonfarmakologis untuk mengurangi ansietas pada anak adalah teknik distraksi melalui terapi bermain. Bermain dapat membantu anak mengalihkan perhatian dari kondisi yang menimbulkan kecemasan, mengekspresikan perasaan, serta menciptakan suasana yang lebih nyaman selama menjalani hospitalisasi (Ulina et al., 2020)

Bermain mewarnai merupakan salah satu aktivitas yang sesuai dengan perkembangan anak prasekolah. Aktivitas ini sederhana, menarik, mudah dilakukan, serta dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk memilih warna dan mengekspresikan diri. Penelitian (Laeli et al., 2023). (Dewanti, 2023) menunjukkan bahwa terapi bermain mewarnai dapat membantu menurunkan kecemasan serta membuat anak lebih tenang dan kooperatif selama menjalani hospitalisasi. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik melakukan pengelolaan ansietas

dengan teknik distraksi bermain mewarnai pada anak prasekolah dengan *Dengue Hemorrhagic Fever* di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus melalui proses asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Subjek dalam pengelolaan adalah anak usia prasekolah yang mengalami ansietas selama menjalani hospitalisasi dengan diagnosis medis *Dengue Hemorrhagic Fever*.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi keperawatan. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat ansietas adalah *Spence Children's Anxiety Scale (SCAS)* yang diisi oleh orang tua. Pengelolaan dilakukan di Ruang Amarilis RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran selama 3x24 jam pada tanggal 17-19 Juli 2026. Intervensi yang diberikan berupa teknik distraksi bermain mewarnai selama 30 menit setiap sesi. Data dianalisis secara deskriptif-naratif dengan membandingkan kondisi pasien sebelum dan setelah diberikan intervensi. Pengelolaan memperhatikan prinsip etika berupa *informed consent*, *anonimitas*, kerahasiaan, *beneficence*, dan *non-maleficence*. Pengelolaan telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Universitas Ngudi Waluyo dengan nomor 557/KEP/EC/UNW/2026.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pengkajian dilakukan pada Jumat, 17 Juli 2026 di Ruang Amarilis RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran pada anak laki-laki berusia 4 tahun 1 bulan dengan diagnosis medis *Dengue Hemorrhagic Fever (DHF)*. Ibu pasien mengatakan anak tampak cemas selama menjalani perawatan. Anak sering rewel, tegang, gelisah, merengek, ingin segera pulang, dan sulit berkonsentrasi. Selama hospitalisasi anak juga mengalami perubahan pola tidur dan sering terbangun.

Hasil pemeriksaan menunjukkan keadaan umum cukup baik, kesadaran *compos mentis*, frekuensi nadi 98 kali/menit, frekuensi napas 25 kali/menit, suhu 37,5°C, dan SpO₂ 99%. Hasil pengukuran menggunakan *SCAS* menunjukkan skor awal 55 yang termasuk kategori ansietas berat. Berdasarkan data tersebut, ditegakkan diagnosis keperawatan ansietas berhubungan dengan krisis situasional akibat hospitalisasi (D.0080). Intervensi keperawatan yang diberikan berupa teknik distraksi (I.08247) melalui terapi bermain mewarnai selama 30 menit setiap hari selama tiga hari.

Intervensi meliputi pemilihan aktivitas yang disukai anak, pemberian posisi nyaman, penjelasan manfaat distraksi, serta penyesuaian aktivitas dengan usia dan kemampuan anak. Pada hari pertama, anak masih tampak cemas dan belum sepenuhnya fokus mengikuti kegiatan. Setelah diberikan komunikasi terapeutik dan didampingi orang tua, anak mulai bersedia melakukan kegiatan mewarnai. Pada hari kedua, anak mulai antusias memilih warna dan mewarnai gambar mobil. Anak tampak lebih tenang dan tidak lagi menangis ketika dilakukan tindakan keperawatan. Pada hari ketiga, anak mewarnai gambar hewan dan tampak lebih fokus, ceria, serta mampu berinteraksi dengan perawat. Hasil pengukuran menunjukkan adanya penurunan tingkat ansietas dari skor *SCAS* 55 pada hari pertama menjadi 15 pada hari ketiga.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Ansietas Dengan *Spence Children's Anxiety Scale* Dengan Teknik Distraksi Bermain Mewarnai Selama Tiga Hari Di Ruang Amarilis RSUD dr Gondo Suwarno

Hari	Intervensi	Skor SCAS	Kategori
Hari pertama, 17 Juli 2026	Bermain mewarnai	55	Ansietas berat
Hari kedua, 18 Juli 2026	Bermain mewarnai gambar mobil	39	Kondisi membaik
Hari ketiga, 19 Juli 2026	Bermain mewarnai gambar hewan	15	Ansietas ringan

Berdasarkan hasil tersebut, masalah keperawatan ansietas menunjukkan perbaikan setelah dilakukan teknik distraksi bermain mewarnai selama tiga hari.

Pembahasan

Hasil pengkajian menunjukkan bahwa anak mengalami ansietas yang ditandai dengan perilaku rewel, tegang, gelisah, merengek, ingin segera pulang, sulit berkonsentrasi, dan mengalami perubahan pola tidur. Kondisi tersebut sesuai dengan karakteristik anak yang mengalami kecemasan selama hospitalisasi. Lingkungan rumah sakit yang asing, tindakan medis, perubahan rutinitas, dan ketidaknyamanan akibat penyakit dapat menjadi sumber ansietas pada anak prasekolah. Dalam kasus ini, penulis memberikan asuhan keperawatan kepada anak dengan diagnosis *Dengue Hemorrhagic Fever (DHF)*. DHF merupakan penyakit infeksi akut yang disebabkan oleh virus dengue dan ditularkan melalui gigitan nyamuk *Aedes aegypti* maupun *Aedes albopictus*. Manifestasi yang dapat muncul antara lain demam tinggi selama 2-7 hari, bintik merah pada kulit, mual, muntah, serta kegelisahan.

Berdasarkan hasil pengkajian ditemukan masalah kecemasan pada pasien. Kecemasan merupakan respons emosional berupa perasaan tidak nyaman, khawatir, takut, dan berbagai reaksi negatif terhadap situasi yang dianggap mengancam. Kondisi tersebut sesuai dengan penelitian yang menunjukkan bahwa anak yang menjalani hospitalisasi, khususnya tindakan invasif, dapat mengalami kecemasan ringan hingga berat yang ditandai ketegangan, rasa takut, dan ketidaknyamanan (Kurniawati et al., 2020). Data objektif menunjukkan pasien tampak rewel, tegang, gelisah, dan sering merengek. Temuan tersebut sesuai dengan penelitian (Yazia & Suryani, 2024) bahwa anak yang menjalani hospitalisasi dapat menunjukkan kecemasan melalui perubahan perilaku seperti rewel, gelisah, tegang, dan tidak nyaman.

Hasil pengkajian pola fungsional Gordon juga menunjukkan perubahan pola istirahat dan tidur. Sebelum sakit pasien tidur siang sekitar 2 jam dan tidur malam 7-8 jam, sedangkan selama sakit tidur siang berkurang menjadi sekitar 1 jam dan pasien sering terbangun pada malam hari. Kondisi tersebut sesuai dengan penelitian (Priati & Pramesti, 2025) dan (Trianisa et al., 2024) yang menunjukkan bahwa kecemasan pada anak dapat menyebabkan gangguan kualitas tidur berupa kesulitan memulai tidur, sering terbangun, dan durasi tidur yang tidak adekuat. Berdasarkan hasil pengkajian, pasien tampak cemas, gelisah, ingin segera pulang, sulit berkonsentrasi, sulit tidur, dan mengkhawatirkan kondisi penyakit serta tindakan medis yang akan dilakukan. Kondisi tersebut sesuai dengan karakteristik ansietas pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

Diagnosis keperawatan yang ditegakkan pada pasien adalah ansietas berhubungan dengan krisis situasional (hospitalisasi dan penyakit), ditandai dengan pasien tampak gelisah, ingin segera pulang, sulit berkonsentrasi, sulit tidur, serta khawatir terhadap kondisi penyakit dan tindakan medis.

Penegakan diagnosis tersebut sesuai dengan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI). Menurut (PPNI, 2016), ansietas merupakan kondisi emosi berupa perasaan tidak nyaman dan pengalaman subjektif terhadap objek yang tidak jelas akibat antisipasi terhadap bahaya. Diagnosis aktual menggambarkan masalah kesehatan yang telah terjadi dan dibuktikan dengan adanya tanda dan gejala.

Hospitalisasi merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan rasa takut pada anak karena lingkungan yang asing, tindakan invasif, perubahan rutinitas, dan perpisahan dari lingkungan rumah. Hal tersebut didukung oleh penelitian (Purnama et al., 2020) yang menyatakan bahwa hospitalisasi menjadi salah satu penyebab kecemasan pada anak usia prasekolah. Pada kasus ini, ansietas termasuk diagnosis aktual dan ditegakkan berdasarkan karakteristik mayor seperti khawatir, gelisah, tegang, dan sulit berkonsentrasi (PPNI, 2016). Kecemasan yang tidak ditangani dapat menyebabkan anak menolak tindakan perawatan dan menghambat proses penyembuhan. Oleh karena itu, penanganan kecemasan diperlukan untuk meningkatkan kenyamanan dan kerja sama anak selama perawatan (Aniharyati & Ahmad, 2019). Berdasarkan data subjektif dan objektif yang ditemukan, diagnosis Ansietas (D.0080) berhubungan dengan krisis situasional dinilai sesuai dengan kondisi pasien.

Intervensi keperawatan disusun berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dengan tujuan menurunkan tingkat ansietas. Intervensi meliputi mengidentifikasi tingkat kecemasan, membina hubungan saling percaya, memberikan dukungan emosional, menjelaskan prosedur sesuai usia anak, melibatkan orang tua, menciptakan lingkungan nyaman, dan memberikan teknik distraksi melalui terapi bermain mewarnai. Penetapan ansietas sebagai prioritas didasarkan pada *Roy Adaptation Model (RAM)* yang memandang manusia sebagai sistem biopsikososial yang harus beradaptasi terhadap stimulus internal maupun eksternal. Pada anak yang menjalani hospitalisasi akibat DHF, lingkungan rumah sakit, tindakan medis, dan ketidaknyamanan akibat penyakit menjadi stimulus yang dapat menimbulkan kecemasan berupa gelisah, sulit tidur, sulit berkonsentrasi, dan tidak kooperatif.

Intervensi diarahkan untuk meningkatkan kemampuan adaptasi anak, salah satunya melalui terapi bermain mewarnai. Intervensi keperawatan merupakan tindakan yang direncanakan secara sistematis berdasarkan hasil pengkajian dan diagnosis untuk membantu mengatasi masalah kesehatan pasien (Koerniawan et al., 2020). Krisis situasional pada kasus ini berkaitan dengan hospitalisasi. Perubahan rutinitas, keterbatasan interaksi dengan keluarga, dan ketakutan terhadap tindakan medis dapat menjadi sumber tekanan psikologis pada anak (Vianti, 2020).

Teknik distraksi (I.08247) diterapkan sesuai Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (PPNI, 2018). Pelaksanaannya diawali dengan mengidentifikasi jenis distraksi yang disukai pasien, kemudian memberikan terapi bermain mewarnai serta menjelaskan manfaatnya kepada pasien dan keluarga. Terapi bermain mewarnai dipilih karena sesuai dengan karakteristik perkembangan anak prasekolah. Aktivitas tersebut dapat memberikan rasa senang, menjadi media ekspresi emosi, mengurangi ketegangan, meningkatkan motorik halus, dan membantu anak beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit (Laeli et al., 2023). Efektivitas terapi mewarnai dalam menurunkan kecemasan juga didukung oleh (Dewanti, 2023) dan (Sitepu et al., 2021), yang menunjukkan bahwa anak menjadi lebih tenang, kooperatif, dan mampu membangun hubungan saling percaya dengan perawat.

Luaran yang digunakan mengacu pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), yaitu Tingkat Ansietas (L.09093) (PPNI, 2017). Indikator yang digunakan meliputi menurunnya verbalisasi rasa khawatir, perilaku gelisah, ketegangan, tanda pucat, serta membaiknya pola tidur hingga mencapai skala 5. Menurut penulis, terapi bermain mewarnai selama 3 × 24 jam

dengan durasi 30 menit setiap sesi dapat membantu menurunkan ansietas. Hal ini didukung oleh (Rahman et al., 2020) yang menyatakan bahwa terapi bermain mewarnai selama tiga hari efektif menurunkan kecemasan anak prasekolah. Temuan tersebut juga sejalan dengan (Trianisa et al., 2024) dan (Ramadhyanti et al., 2023) yang menunjukkan adanya pengaruh terapi mewarnai terhadap penurunan tingkat kecemasan anak selama hospitalisasi.

Implementasi keperawatan merupakan tahap pelaksanaan tindakan sesuai rencana intervensi untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosional, dan psikologis pasien (Almas et al., 2020). Pada kasus ini, implementasi dilakukan pada anak usia prasekolah dengan diagnosis ansietas di Ruang Amarilis RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran selama 17-19 Juli 2026. Penulis menerapkan terapi bermain mewarnai sebagai teknik distraksi untuk mengurangi kecemasan. Aktivitas mewarnai dapat menjadi media ekspresi yang membantu anak mengelola pikiran, perasaan, dan perilaku (Sudirman et al., 2023). Terapi ini juga dapat membantu anak mengekspresikan emosi dan mengurangi tekanan psikologis selama hospitalisasi (Ulfa, 2020). Sebelum terapi diberikan, penulis membangun hubungan saling percaya dengan pasien dan keluarga. Komunikasi terapeutik berperan penting dalam menciptakan rasa aman sehingga pasien lebih mudah menerima dan mengikuti tindakan keperawatan (Juniyarti & Huzaifah, 2023). Terapi bermain mewarnai dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 30 menit setiap sesi. Pada hari pertama pasien masih tampak cemas dan cenderung menolak tindakan. Pada hari kedua pasien mulai terbuka, mudah diajak berkomunikasi, dan tertarik mengikuti kegiatan mewarnai. Pada hari ketiga pasien tampak lebih rileks, kooperatif, dan antusias mengikuti terapi.

Hasil implementasi menunjukkan pasien menjadi lebih tenang, fokus pada aktivitas mewarnai, lebih kooperatif, dan perhatian terhadap tindakan medis berkurang. Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Kuman et al., 2020) yang menunjukkan bahwa terapi bermain mewarnai dapat membantu menurunkan kecemasan sehingga anak menjadi lebih tenang dan kooperatif selama perawatan.

Evaluasi merupakan tahap akhir proses keperawatan yang bertujuan menilai pencapaian tujuan dan luaran serta membandingkan kondisi pasien dengan kriteria hasil yang telah ditetapkan (Aniharyati & Ahmad, 2019). Pada kasus ini, evaluasi dilakukan menggunakan pendekatan sumatif dengan format SOAP setelah pemberian intervensi selama tiga hari. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan tanda dan gejala ansietas. Pada aspek Subjektif (S), ibu pasien mengatakan anak sudah tidak lagi menunjukkan perilaku cemas, rewel, tegang, gelisah, dan merengek. Pasien juga mengatakan merasa senang mengikuti terapi bermain mewarnai. Respons verbal tersebut menunjukkan adanya perubahan positif pada kondisi emosional pasien dan sesuai dengan prinsip pelayanan yang berorientasi pada kebutuhan serta kenyamanan pasien (Sheikh et al., 2016). Pada aspek Objektif (O), pasien tampak lebih tenang, mampu berinteraksi dengan baik, tidak rewel, tidak gelisah, dan tidak merengek. Pasien juga lebih kooperatif selama tindakan keperawatan. Pada aspek Analisis (A), masalah keperawatan ansietas berhubungan dengan krisis situasional menunjukkan perbaikan dan dinyatakan teratasi berdasarkan tercapainya indikator luaran yang telah ditetapkan. Verbalisasi khawatir, perilaku gelisah, perilaku tegang, dan tanda pucat menurun hingga skor 5, sedangkan pola tidur membaik hingga skor 5. Pada aspek *Planning* (P), intervensi untuk mengatasi ansietas dapat dihentikan karena tujuan utama telah tercapai. Hal tersebut sesuai dengan konsep evaluasi formatif dan sumatif bahwa setelah tujuan tercapai, perawat dapat menghentikan intervensi, melanjutkan observasi, atau menyusun intervensi baru apabila ditemukan masalah lain (Muhammad, 2020).

Keberhasilan intervensi dipengaruhi oleh dukungan keluarga yang aktif dan antusias selama terapi bermain mewarnai. Dukungan tersebut membantu menciptakan suasana nyaman dan meningkatkan kerja sama pasien. Adapun hambatan yang ditemukan meliputi kesulitan membangun kedekatan emosional, keterbatasan konsentrasi, kecenderungan menghindari kontak mata, serta kebutuhan akan kehadiran orang tua. Hambatan tersebut diatasi melalui komunikasi terapeutik secara berkesinambungan. Penelitian (Juniyarti & Huzaifah, 2023) menunjukkan bahwa komunikasi terapeutik verbal dan nonverbal dapat membantu menurunkan kecemasan melalui terciptanya rasa aman dan nyaman. Pada kasus ini, penerapan komunikasi terapeutik membantu pasien bersedia mengikuti terapi dan menunjukkan antusiasme selama kegiatan berlangsung. Selama terapi distraksi bermain mewarnai, pasien tampak lebih tenang, fokus pada aktivitas, tidak lagi terus-menerus meminta pulang, dan lebih kooperatif saat dilakukan tindakan keperawatan. Orang tua juga menyampaikan bahwa anak tampak lebih rileks dibandingkan saat awal masuk ruang perawatan. Hasil tersebut didukung oleh penelitian (Laeli et al., 2023) yang menyatakan bahwa terapi bermain mewarnai mampu mengurangi kecemasan hospitalisasi pada anak usia prasekolah. Setelah diberikan terapi, anak menjadi lebih rileks dan kooperatif karena perhatian beralih dari prosedur medis menuju aktivitas bermain. Dengan demikian, terapi bermain mewarnai dapat menjadi media belajar, beradaptasi, dan mengekspresikan emosi sehingga meningkatkan kenyamanan anak selama menjalani perawatan di rumah sakit.

SIMPULAN DAN SARAN

Pengelolaan ansietas pada anak prasekolah dengan *Dengue Hemorrhagic Fever* dilakukan selama tiga hari, yaitu tanggal 17-19 Juli 2026, menggunakan intervensi keperawatan teknik distraksi berupa terapi bermain mewarnai selama 30 menit setiap sesi. Hasil pengukuran menggunakan *Spence Children's Anxiety Scale (SCAS)* menunjukkan penurunan skor ansietas dari 55 dengan kategori ansietas berat menjadi 15 dengan kategori ansietas ringan. Penurunan tersebut disertai perubahan perilaku anak yang tampak lebih tenang, rileks, ceria, kooperatif, mampu berkonsentrasi, serta dapat berinteraksi dengan perawat. Dengan demikian, teknik distraksi bermain mewarnai dapat digunakan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang sederhana, aman, menyenangkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak prasekolah dalam membantu mengelola ansietas selama hospitalisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Almas, M., Ikit, wirakhimi netra, & Tri, S. (2020). Jurnal Penelitian Perawat Profesional Pencegahan. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333-1336.
- Aniharyati, & Ahmad. (2019). Pengaruh Komunikasi Terapeutik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah yang Mengalami Hospitalisasi di Zaal Anak Rsud Bima. *Bima Nursing Jurnal*, 1(1), 8-14.
- Dewanti, B. A. (2023). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Pada Anak Prasekolah Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), 14-25.
- Juniyarti, J., & Huzaifah, Z. (2023). Hubungan Komunikasi Terapeutik Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Yang Akan Dilakukan Pemasangan Infus. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhati Husada*, 14(2), 376-380. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.623>
- Koerniawan, D., Daeli, N. E., & Srimiyati, S. (2020). Aplikasi Standar Proses Keperawatan: Diagnosis, Outcome, dan Intervensi pada Asuhan Keperawatan. *Jurnal Keperawatan*

Silampari, 3(2), 739-751. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1198>

- Kuman, Y. N., Meo, M. Y., & Adesta, R. O. (2020). Hubungan Perilaku Caring Perawat Dengan Kepuasan Pasien Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(1), 341-346.
- Kurniawati, Zainal, S., & Kadir, A. H. (2020). Gambaran Tentang Kejadian Appendisitis di RS. TK II Pelamonia Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 2302-2531.
- Laeli, F., Irdawati, & Oktavia, Y. D. (2023). *Penatalaksanaan Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Pra Sekolah*. 3(1), 10-19.
- PPNI, D. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik* (III). Dewan Pengurs Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI, D. (2017). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (1 st Ed (ed.)). DPP PPNI.
- PPNI, D. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan* (1st ed.). DPP PPNI.
- Priati, & Pramesti, D. (2025). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar untuk Menurunkan Kecemasan pada Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi. *Nursing Applied Journal*, 3(3), 31-41. <https://doi.org/10.57213/naj.v3i3.799>
- Purnama, B. A., Indriani, P., & Ningtyas, R. (2020). Pengaruh Terapi Terhadap Story Telling Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Pra Sekolah Dengan Hospitalisasi. *Journal of Nursing & Health*, 5(1), 40-51.
- Rahman, Z., Fadhilah, U., & Afiqah. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Pra Sekolah. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 39-47.
- Rahmania, D. R., Apriliyan, I., & Kurniawan, W. E. (2024). Gambaran Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Dengan Tindakan Invasif. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 625-634.
- Ramadhianti, Yulianti, & Hasanah. (2023). Pengaruh Terapi Bermain Menggunakan Metode Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Anak Di Ruang Thalasemia RSUD kab. Sumedang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelah April*, 5(2), 92-100.
- Sitepu, K., BR Ginting, L. R., Bulan, R., Sarmana, & Ginting, S. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Kecemasan Pada Anak Pra Sekolah Dengan Hospitalisasi Di RS Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2020. *Keperawatan Dan Fisioterap*, 3(2), 1-170. <https://doi.org/10.35451/jkf.v3i2.651>
- Sudirman, A. A., Dewi, M., & Azis, R. A. (2023). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Terhadap Tingkat Kecemasan Efek Hospitalisasi Pada Usia Pra Sekolah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, 1(2), 1-101.
- Sheikh, A., Donaldson, L., & Kumar, N. D. (2016). *Patient Engagement*. World Health Organization.

- Trianisa, M., Rahmayati, E., Handayani, R. S., Purwati, & Kohir, D. S. (2024). Penurunan Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Pra Sekolah Dengan Bermain Coloring Clay. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 12(1), 64-81.
- Ulfa, M. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Terencana Di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(1), 1-60.
- Ulina, J. M., Eka, N. G. A., & Yoche, M. M. (2020). Persepsi Perawat Tentang Melengkapi Pengkajian Awal Di Satu Rumah Sakit Swasta Indonesia. 8(1), 71-84.
- Vianti, R. A. (2020). Pengalaman Perawat Mengatasi Dampak Hospitalisasi Pada Anak. 34(2), 29-39.
- Yazia, V., & Suryani, U. (2024). Pengaruh Terapi Mewarnai Terhadap Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Di Ruang Rawat Inap Anak. *Jurnal Keperawatan*, 16(4), 1381-1392.