

UPAYA MENURUNKAN KECEMASAN DENGAN TERAPI BERMAIN MEWARNAI PADA ANAK DENGAN *CHRONIC KIDNEY DISEASE*

Kholifah Maya Suci Kurniawati, Dhiya Urrahman, *Sumarti Endah Purnamaningsih Maria Margaretha
Diploma Tiga Keperawatan Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta
e-mail : kholifahmaya05@gmail.com

ABSTRAK

Chronic Kidney Disease merupakan penyakit yang menyerang fungsi dari ginjal bisa terjadi pada segala jenis usia. Pada anak usia sekolah yang menderita *Chronic Kidney Disease* saat mereka menjalani perawatan yang mengharuskan berada di rumah sakit biasanya anak tersebut akan mengalami kecemasan. Kecemasan merupakan salah satu masalah yang ditandaidengan menolak diberikan tindakan keperawatan, gangguan tidur, gelisah, takut, mudah menanggis, menurunnya nafsu makan. Salah satu cara untuk menurunkan kecemasan bisa dengan terapi bermain mewarnai. Terapi bermain mewarnai merupakan suatu aktivitas bermain yang memberikan warna pada gambar atau objek tertentu. Terapi mewarnai bertujuan mengetahui gambaran upaya menurunkan kecemasan pada anak *chronic kidney disease* dengan terapi bermain mewarnai di RSUP Dr Sardjito Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif berupa studi kasus. Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa dalam menurunkan skala kecemasan yang diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* mengalami penurunan dari skor 13 diartikan kecemasan ringan turun menjadi skor 6 yang dapat diartikan tidak mengalami kecemasan setelah dilakukan terapi bermain mewarnai.

Kata kunci : CKD (*Chronic Kidney Disease*), Kecemasan, Terapi Bermain, Mewarnai

ABSTRACT

Chronic Kidney Disease is a disease that attacks kidney function and can occur at any age. In school-age children who suffer from Chronic Kidney Disease while undergoing treatment that requires being in the hospital, usually the child will experience anxiety. Anxiety is one of the problems characterized by refusal to be given nursing action, sleep disturbances, anxiety, fear, easy crying, decreased appetite. One way to reduce anxiety can be by playing coloring therapy. Coloring play therapy is a play activity that gives color to certain images or objects. Knowing the description of efforts to reduce anxiety in children with chronic kidney disease with coloring play therapy at Dr Sardjito Hospital Yogyakarta. This study uses a descriptive method in the form of a case study. In this study, it was found that in reducing the anxiety scale measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) there was a decrease from a score of 13 which meant mild anxiety dropped to a score of 6 which could be interpreted as not experiencing anxiety after coloring play therapy.

Keywords : CKD (*Chronic Kidney Disease*), Anxiety, Play Therapy, Coloring

PENDAHULUAN

Chronic Kidney Disease (CKD) atau lebih sering disebut gagal ginjal kronis merupakan suatu penyakit yang mengganggu fungsi dari ginjal dan tidak dapat pulih Kembali. Ketidakmampuan tubuh dalam memelihara metabolisme dan keseimbangan cairan dan elektrolit ini menyebabkan dampak pada peningkatan ureum (Sari & Batubara, 2017). Penderita penyakit gagal ginjal kronis akan mengalami penurunan terhadap fungsi ginjalnya secara perlahan-lahan (Muhammad, 2012). Tanda dan gejala yang biasa dialami pada penderita gagal ginjal sangat umum dan biasanya juga ditemukan pada penyakit lain baik secara fisik maupun psikologis, secara fisik seperti, mual, muntah, perubahan frekuensi buang air kecil, bengkak sedangkan tanda dan gejala secara psikologis seperti kecemasan, stress hingga depresi (Amirudin et al., 2021).

Studi ItalKid tahun 2003 melaporkan rata-rata kasus *chronic kidney disease* pada anak di dunia yaitu 12,1 per 1.000.000 populasi dengan rentang usia 8,8 - 13,9 tahun dan prevalensi 74,7 per 1.000.000 populasi. Secara menyeluruh kasus *chronic kidney disease* pada anak tahun 2007 dilaporkan sekitar 18,5 - 58,3 per 1.000.000 anak. Data dari RSCM pada tahun 2007-2009 terdapat 150 anak dan tahun 2017 dari 14 RS Pendidikan dengan konsultan nefrologi anak terdapat 212 kasus *chronic kidney disease* (Panggabean, 2022). Di RSUP Dr Sardjito khususnya di bangsal Padmanaba Timur terdapat 82 kasus pada bulan Mei 2021-April 2022 dengan anak usia 5-12 tahun didapatkan data dari buku register rawat inap Padmanaba Timur RSUP Dr Sardjito Yogyakarta.

Menurut Instalasi *et al.*, (2019) Cemas merupakan suatu perasaan yang muncul saat seseorang berada dalam keadaan yang dapat mengancam keadaan jiwa. Takut dan cemas sebagai emosi yang dirasakan oleh pasien di tempat sarana kesehatan. Kecemasan ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir dan ketakutan, serta dapat terjadi perubahan fisiologis. Cemas bisa dikatakan suatu reaksi yang tidak spesifik yang menimbulkan rasa tidak nyaman (Sutejo, 2021). Seperti yang dikatakan Sari & Batubara, (2017) hospitalisasi merupakan suatu keadaan dimana seseorang diharuskan tinggal sementara di rumah sakit tanpa direncanakan untuk menjalani pengobatan, terapi sampai keadaan membaik atau pulih.

Hospitalisasi sendiri bisa menjadi sesuatu yang tidak menyenangkan bagi orang dewasa, tetapi untuk anak-anak bisa menyebabkan trauma, gambaran rumah sakit yang dipikirkan menakutkan, suasana dan ketidaktauhan yang akan dilakukan tenaga medis menyebabkan anak

bisa cemas bahkan bisa stress juga hal itu perlu pengalihan untuk membuat anak merasa nyaman dan perasaan cemas dan ketakutan tersebut teralihkan (Hidayati *et al.*, 2021)

Menurut Rohmah, (2018) dikatakan ada beberapa tindakan yang direkomendasikan untuk mengatasi kecemasan salah satunya dengan terapi bermain dan juga terapi bermain diyakini akan lebih efektif karena dengan bermain anak akan mengekspresikan perasaannya, anak akan memiliki kesempatan untuk mengatur situasi dalam dirinya sendiri, situasi tersebut sangat efektif untuk mengurangi kecemasan pada anak tersebut. Ada banyak terapi bermain pada anak salah satunya terapi bermain mewarnai.

Mewarnai merupakan suatu aktivitas dimana anak akan memberikan warna atau mengecat pada suatu objek tertentu dengan warna sesuai dengan keinginannya. Untuk sasarannya pada anak usia sekolah. Karena pada anak usia tersebut banyak mengalami ketakutan saat berada di rumah sakit (Rohmah, 2018). Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus tentang upaya menurunkan kecemasan pada anak *Chronic Kidney Disease* dengan terapi bermain mewarnai di bangsal Padmanaba Timur RSUP Dr Sardjito Yogyakarta.

METODE

Jenis metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif dimana menjelaskan tentang upaya menurunkan kecemasan pada anak dengan *Chronic Kidney Disease* dengan terapi bermain mewarnai di Bangsal Padmanaba Timur RSUP Dr Sardjito Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini hanya dilakukan pada satu pasien anak yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi anak usia sekolah yang menderita *Chronic Kidney Disease* dan di rawat di Bangsal Padmanaba Timur RSUP Dr Sardjito, anak yang dalam keadaan sadar dan dapat diajak berkomunikasi, anak yang di izinkan orang tua nya untuk menjadi responden, anak yang mengalami kecemasan ringan. Sedangkan kriteria eksklusinya yaitu anak yang baru saja menjalani operasi, anak yang mengalami retradasi mental dan gangguan pemusatan, anak yang mengalami gangguan motorik.

Pengumpulan data dilakukan di Bangsal Padmanaba Timur RSUP Dr. Sardjito. Sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kemudian melakukan observasi, wawancara lalu melakukan inform consent, apabila klien dan orang tua bersedia dilakukan implementasi penerapan terapi bermain mewarnai untuk mengurangi kecemasan pada anak dengan *Chronic Kidney Disease*. Kemudian kontrak waktu pada pasien. Mengkaji skala cemas sebelum dilakukan implementasi. Terapi bermain mewarnai dilakukan sebanyak tiga kali dan dievaluasi saat sebelum dan sesudah

dilakukan implementasi. Lembar observasi menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS).

HASIL

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di RSUP Dr Sardjito Yogyakarta yang terletak di Kalurahan Sinduadi, Kapanewon Mlati Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. Rumah Sakit Umum Pusat Dr Sardjito berdiri pada tahun 1971 dan pada tahun 2010 ditetapkan sebagai rumah sakit Pendidikan. Pada tanggal 17 oktober 2014 ditetapkan sebagai rumah sakit rujukan nasional berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. HK 0202/MENKES/390/2014 dan merupakan rumah sakit dengan akreditasi A dikutip dari profil RSUP Dr Sardjito.

Penelitian dilakukan di Bangsal Padmanaba Timur yang merupakan ruang rawat inap kelas 3 untuk anak berada di Gedung Pusat Jantung Terpadu lantai 5, Bangsal Padmanaba terbagi menjadi dua yaitu untuk penyakit infeksius di Padmanaba Barat dan non infeksius di Padmanaba Timur.

2. Karakteristik Responden

a. Identitas Responden

Responden A berusia 10 tahun berjenis kelamin perempuan beralamat di Purworejo pasien tidak sekolah, penanggung jawab Ny P yaitu ibu pasien Pendidikan SMA pekerjaan sebagai ibu rumah tangga. Pasien masuk rumah sakit sejak 21 maret 2022 masuk dengan diagnose medis *Chronic Kidney Disease Stage V on CAPD*.

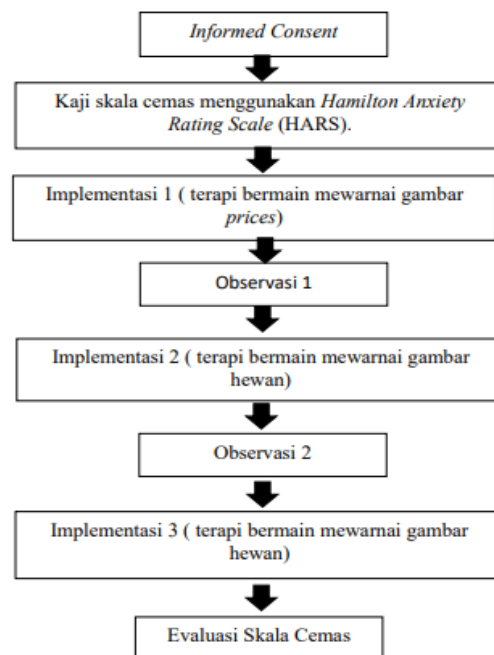
b. Kondisi Responden

Saat pengkajian keluhan utama yang dirasakan pasien yaitu badan terasa lemas dan aktivitas terbatas mudah kelelahan, nafsu makan turun, susah tidur, sering mimpi buruk. Keadaan umum responden kesadaran composmentis, muka pucat, bibir kering, pemeriksaan tanda-tanda vital nadi 67x/menit, suhu 36,2°C, RR 22x/menit, SPO 94%, BB 35 Kg, Tb 138 cm. Masalah keperawatan yang muncul yaitu kelebihan volume cairan b.d kehilangan protein, defisit nutrisi.

3. Prosedur Pelaksanaan Tindakan Terapi Bermaian Mewarnai

Prosedur pelaksanaan implementasi untuk menurunkan kecemasan pada Anak A dengan *Chronic Kidney Disease* di Bangsal Padmanaba Timur RSUP Dr Sardjito Yogyakarta dapat diuraikan sebagai berikut :

Bagan 1. Prosedur Pelaksanaan Terapi Bermain Mewarnai



Peneliti memilih responden yang sesuai dengan kriteria inklusi yaitu anak dengan *Chronic Kidney Disease* usia sekolah, sadar, dapat diajak berkomunikasi, mengalami kecemasan ringan, di izinkan orangtua nya untuk menjadi responden. Lalu menjelaskan kepada responden dan orangtua nya tentang tujuan penelitian dan tindakan yang akan dilakukan yaitu mewarnai gambar untuk mengurangi kecemasan. Menjelaskan bahwa tindakan tidak membahayakan responden serta dalam penulisan laporan menjaga privasi responden, setelah orang tua responden bersedia kemudian diberikan *informed consent* dan penanggung jawab responden bersedia tanda tangan.

Setelah itu dilakukan pengukuran skala kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Sebelumnya peneliti bertanya kepada responden gambar apa yang disukai dan tidak disukai, responden mengatakan menyukai gambar princes dan hewan. Kemudian dilakukan implementasi tiga kali dan di evaluasi skala kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS).

4. Hasil Prosedur Keperawatan

Setelah dilakukan implementasi terapi bermain mewarnai pada responden implementasi di dapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Gambaran Skala Kecemasan Sebelum Dan Setelah Implementasi Terapi Bermain Mewarnai

Indikator	Intervensi	Skala kecemasan	
		Sebelum diberikan	Sesudah diberikan
<i>Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)</i>	Intervensi 1 (5/4/2022)	13	12
<i>Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)</i>	Intervensi 2 (6/4/2022)	12	8
<i>Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)</i>	Intervensi 3 (8/4/2022)	8	6

Skor <6: tidak ada kecemasan, Skor 7-14: kecemasan ringan, Skor 15-27: kecemasan sedang, Skor >27: kecemasan berat.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dan disesuaikan dengan tujuan penelitian maka dapat dijelaskan sebagai berikut:

Responden dalam penelitian ini adalah seorang anak dengan *Chronic Kidney Disease* usia 10 tahun, saat ini responden tidak lagi menempuh pendidikan atau putus sekolah dengan alasan karena keterbatasan dalam aktivitas, mudah lelah dan sering keluar masuk rumah sakit untuk melakukan pengobatan menyebabkan tertinggalnya pelajaran di sekolah hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu Pardede & Chunnaedy, (2009) dijelaskan Kualitas anak dengan *Chronic Kidney Disease* lebih rendah dibandingkan anak sehat baik secara emosional, fisik, maupun sosial dan prestasi belajar. Mereka akan sering tertinggal dalam proses belajar karena seringnya perawatan yang mengharuskannya dirumah sakit dan mereka sering merasa cemas, tertekan dan takut sehingga mempengaruhi fungsi akademis disekolah.

Di dalam penelitian ini keluhan utama yang dialami responden adalah badan terasa lemas, sulit tidur, gelisah, aktivitas terbatas, nafsu makan menurun, susah tidur, sering mimpi buruk, keadaan umumnya bibir kering, pucat, konjungtiva anemis, sclera ikterik, ada beberapa kesamaan dalam keluhan yang dirasakan responden dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mangundap, (2020) yang mengatakan bahwa biasanya anak yang mengalami kecemasan saat di rumah sakit akan mengalami gangguan tidur, nafsu makan menurun, gelisah, perubahan fisik seperti tekanan darah, nadi, pernafasan meningkat.

Seperti yang dikatakan Ambarwati, R.P & Nasution, (2012) hospitalisasi pada anak dengan semua tingkat usia akan menimbulkan kecemasan dan stress, hospitalisasi dalam jangka pendek

maupun Panjang. Kecemasan yang dialami anak usia sekolah saat hospitalisasi adalah kecemasan akan kerusakan tubuh, prosedur yang dilakukan selama dirumah sakit baik itu menimbulkan nyeri ataupun tidak dan menimbulkan stressor yang berupa takut dan cemas jika tubuhnya terluka (Mangundap, 2020) hal tersebut sama dengan keluhan yang di alami responden.

Peneliti dalam pemilihan intervensi untuk mengurangi kecemasan pada responden menggunakan terapi bermain mewarnai gambar yang dirasa akan efektif bertujuan untuk mengurangi kecemasan pada anak tersebut sesuai dengan tujuan terapi bermain mewarnai Menurut Rohmah (2018) tujuan dari terapi bermain mewarnai untuk anak yaitu untuk mengekspresikan rasa takut, cemas, sedih dan tegang, sebagai distraksi dari rasa nyeri, untuk relaksasi, sebagai alat komunikasi yang efektif, memulihkan rasa mandiri anak, memberi rasa senang pada anak.

Menurut Mangundap, (2020) Kebutuhan bermain anak usia sekolah mempengaruhi konsep diri anak karena pada tahap ini merupakan periode kritis anak dalam perkembangan. Sesuai dengan hasil penelitian anak tersebut terbatas dalam aktivitas dan anak mengatakan lebih menyukai dan mau mewarnai daripada aktivitas permainan yang lain. Selain itu didapatkan tanda-tanda anak tersebut mengalami kecemasan meskipun sudah sering keluar masuk rumah sakit sejak 4 tahun yang lalu.

Dari hasil pengkajian kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang bisa digunakan untuk anak dan orang dewasa seperti yang dikatakan Saputro & Fazrin, (2017). Didapatkan hasil skor 13 (kecemasan ringan), lalu dilakukan implementasi 1 kemudian dievaluasi hasil skor turun menjadi 12 (kecemasan ringan) lalu dilakukan implementasi 2 dan di evaluasi skor turun menjadi 8. Kemudian dilakukan implementasi ke 3 dengan evaluasi skor 6 yaitu tidak mengalami kecemasan. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu Babakal, n.d., (2018) yang mengatakan bahwa terapi bermain mewarnai gambar merupakan salah satu tehnik yang dapat mengalihkan perhatian anak akan suatu objek yang membuatnya cemas jadi dapat disimpulkan terapi bermain mewarnai ini dapat menurunkan kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi.

Faktor yang menjadi penghambat dilakukanya terapi bermain mewarnai pada anak dengan *Chronic Kidney Disease* salah satunya adalah karena terbatasnya pergerakan anak dan

terpasang infus dan syringe pump ditangan kanan maka anak mewarnai menggunakan tangan kiri tetapi anak terkadang setengah jalan sering kelelahan karena kondisinya. Sedangkan faktor pendukungnya anak sangat antusias terkadang tidak mau berhenti mewarnai meskipun kelelahan, anak dapat melakukan terapi bermain mewarnai sebanyak tiga kali sesuai dengan intervensi dan anak dapat melakukan dengan baik meski keterbatasan menggunakan tangan kiri, orang tua mendukung dan kooperatif. Di dalam studi kasus ini terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini antara lain studi kasus ini hanya dilakukan untuk satu pasien saja, waktu yang digunakan menyesuaikan dengan suasana hati responden, dalam proses pengambilan data hanya difokuskan untuk responden yang mengalami kecemasan ringan.

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini didapatkan hasil gambaran upaya untuk menurunkan kecemasan menggunakan terapi bermain mewarnai gambar pada responden usia 10 tahun dengan *Chronic Kidney Disease* di bangsal Padmanaba Timur RSUP Dr Sardjito dapat disimpulkan yang pada awalnya dilakukan pengukuran skala kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dengan hasil awal 13 atau bisa dikatakan kecemasan ringan, setelah dilakukan tiga kali implementasi terapi bermain mewarnai skor turun menjadi 6 yang dapat dikatakan tidak mengalami kecemasan pada responden dengan *Chronic Kidney Disease*. Penelitian ini hanya dilakukan untuk satu responden saja dan terbukti dapat menurunkan kecemasan pada responden tersebut dengan menggunakan terapi bermain mewarnai gambar *princess* dan hewan.

SARAN

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian ini untuk masyarakat yang memiliki anak yang mengalami kecemasan bisa melakukan terapi bermain mewarnai untuk mengurangi kecemasan. Untuk perkembangan ilmu dan pelayanan kesehatan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan dalam pengembangan ilmu dan dalam pelayanan kesehatan bisa dibuatkan tempat khusus anak untuk bermain di dalam bangsal tersebut agar anak bisa tidak terlaui cemas saat hospitalisasi di rumah sakit. Perawat di rumah sakit bisa melakukan terapi bermain mewarnai untuk pasien yang mengalami kecemasan untuk menurunkan atau menghilangkan kecemasan pada anak. Untuk penulis, hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dan menjadi sarana ilmu dan menambah wawasan bagi penulis.

UCAPAN TERIMAKASIH

Diucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini, sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, R.P & Nasution, N. (2012). *Buku Pintar Asuhan Keperawatan Bayi dan Balita*. Cakrawala Ilmu.
- Amirudin, A., Maarif, S., Marnani, C. S., & Wilopo. (2021). Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health), Volume XI , No. 3, Juli 2021. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, XI(3), 148–152.
- Babakal, A. (2018). *Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi*. 000.
- Hidayati, N. O., Sutisnu, A. A., & Nurhidayah, I. (2021). *Efektivitas Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Yang Menjalani Hospitalisasi*. 9(1), 61–67.
- Instalasi, D. I., Darurat, G., & Katuuk, M. (2019). *Gambaran tingkat kecemasan pasien di instalasi gawat darurat*. 7.
- Mangundap, S. A. (2020). Pengaruh Terapi Bermain terhadap Kecemasan Anak Usia Sekolah Saat Hospitalisasi di Ruang Catelia Rumah Sakit Umum Daerah Undata Palu The Influence of Therapeutic Play on The Anxiety of Hospitalized School – Age Children in the Catelia Room of Public Hos. *Lentora Nursing Journal*, 1(1), 1–5.
- Muhammad, A. (2012). *Serba-Serbi Gagal Ginjal* (cetakan pe). DIVA Press.
- Panggabean, M. S. (2022). Nutrisi Pasien Anak dengan Chronic Kidney Disease (CKD). *Cermin Dunia Kedokteran*, 49(6), 320. <https://doi.org/10.55175/cdk.v49i6.1880>
- Pardede, S. O., & Chunnaedy, S. (2009). PGK pada anak. *Departemen Ilmu Kesehatan Anak FKUI-RSCM*, 11(3), 199–206.
- Rohmah, N. (2018). *Terapi Bermain* (cetakan pe). LPPM Universitas Muhammadiyah Jember.
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). *Anak Sakit Wajib Bermain di Rumah Sakit: Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit*.
- Sari, F. S., & Batubara, I. M. (2017). *Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi*. 2008.
- Sutejo. (2021). *Keperawatan Jiwa Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa dan Psikososial*. PUSTAKA BARU PRESS.