

ANALISIS PENERAPAN TERAPI DISTRAKSI MENGGAMBAR TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN AKIBAT HOSPITALISASI PADA ANAK USIA SEKOLAH

Febi Puspitasari

Abstrak

Hospitalisasi merupakan pengalaman yang kurang nyaman bagi anak-anak karena harus menjalani proses yang mengharuskan anak untuk tetap berada di rumah sakit menjalani perawatan. Dampak hospitalisasi dapat menyebabkan anak merasa takut, gelisah, panik, mudah menangis, serta meningkatnya kecemasan. Kecemasan merupakan suatu keadaan ketika timbulnya emosi yang kurang menyenangkan dan mengganggu yang ditandai oleh rasa kekhawatiran dan rasa takut yang berlebihan. Tingkat kecemasan dapat dikurangi dengan berbagai cara, salah satunya adalah dengan terapi distraksi menggambar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan terapi distraksi menggambar untuk mengurangi tingkat kecemasan pada anak selama hospitalisasi. Penerapan terapi distraksi menggambar dilakukan selama 3 hari dengan durasi 10-15 menit. Penilaian skor kecemasan menggunakan *Children Drawing Hospital* (CDH). Setelah diberikan terapi menggambar terjadi penurunan skor kecemasan dari yang awalnya 124 (sedang) menjadi 83 (ringan). Penerapan terapi distraksi menggambar dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada anak. Perawat dapat menerapkan metode ini sebagai salah satu upaya menurunkan kecemasan anak selama perawatan di rumah sakit.

Kata kunci: Anak Usia Sekolah, Kecemasan, *Children Drawing Hospital Rating Score*, Terapi Distraksi Menggambar

ANALYSIS OF THE APPLICATION OF DRAWING DISTRACTION THERAPY TOWARDS REDUCING ANXIETY LEVELS DUE TO HOSPITALIZATION IN SCHOOL-AGE CHILDREN

Febi Puspitasari

Abstract

Hospitalization is an uncomfortable experience for children because they have to go through a process that requires children to remain in the hospital for treatment. The impact of hospitalization can cause children to feel afraid, anxious, panic, cry easily, and increase anxiety levels. Anxiety is a condition when unpleasant and disturbing emotions arise which are characterized by excessive worry and fear. Anxiety levels can be reduced in various ways, one of which is with drawing distraction therapy. This study aims to analyze the application of drawing distraction therapy to reduce anxiety levels in children during hospitalization. The application of drawing distraction therapy was carried out for 3 days with a duration of 10-15 minutes. The assessment of anxiety scores used the Children Drawing Hospital (CDH). After being given drawing therapy, there was a decrease in anxiety scores from the initial 124 (moderate) to 83 (mild). The application of drawing distraction therapy can help reduce anxiety levels in children. Nurses can apply this method as an effort to reduce children's anxiety during hospitalization.

Keywords: *Anxiety, Children Drawing Hospital Rating Score, Drawing Distraction Therapy, School Age Children*