

## EFEKTIVITAS TEKNIK DISTRAKSI BERCEKITA DALAM MENGURANGI KECEMASAN ANAK USIA PRASEKOLAH SELAMA HOSPITALISASI

**Hanna Isabela Hakim<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

**Indah Permatasari<sup>2(CA)</sup>**

Email: indahpermatasari@upnvj.ac.id (*Corresponding Author*)

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

### ABSTRAK

Hospitalisasi pada anak prasekolah berisiko menimbulkan kecemasan akibat paparan lingkungan baru dan prosedur medis, sehingga diperlukan intervensi nonfarmakologis seperti teknik distraksi melalui bercerita untuk membantu menurunkan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak dari teknik distraksi bercerita terhadap tingkat kecemasan anak-anak prasekolah yang menjalani perawatan di ruang rawat inap. Metode penelitian ini dengan desain kuantitatif dan menggunakan pendekatan pre-eksperimental dengan satu kelompok yang diukur sebelum dan sesudah intervensi. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 21 anak prasekolah yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Tingkat kecemasan diukur sebelum dan setelah intervensi menggunakan *Visual Facial Anxiety Scale* (VFAS), dan hasilnya dianalisis melalui uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan penurunan tingkat kecemasan pada sebagian besar anak setelah menerima teknik distraksi bercerita. Uji statistik menunjukkan nilai *p-Value* = 0,001 yang bermakna teknik distraksi bercerita efektif dalam menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi. Teknik distraksi melalui bercerita menurunkan kecemasan anak dengan mengalihkan perhatian dari stimulus yang menimbulkan stres selama hospitalisasi ke aktivitas yang menyenangkan, meningkatkan rasa aman, serta membantu regulasi emosi sehingga anak merasa lebih nyaman. Teknik distraksi bercerita dapat menjadi pilihan intervensi alternatif dalam mengatasi kecemasan pada anak akibat hospitalisasi.

**Kata kunci:** Anak Prasekolah, Hospitalisasi, Kecemasan, Teknik Distraksi Bercerita

## **PENDAHULUAN**

Hospitalisasi merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan kecemasan pada anak usia prasekolah akibat lingkungan yang asing, perubahan rutinitas, serta keterpisahan dari rumah dan orang tua. Anak-anak berusia antara 3 hingga 6 tahun masih terbatas secara kognitif dan emosional dalam pemahaman mereka tentang penyakit dan prosedur medis, sehingga mereka rentan terhadap reaksi cemas seperti menangis, menolak perawatan, dan perilaku regresif (Damayati dkk., 2023).

Pada usia prasekolah, anak-anak berada pada tahap perkembangan inisiatif versus rasa bersalah, di mana keadaan yang penuh tekanan seperti rawat inap dapat menyebabkan rasa takut dan kehilangan kendali. Lamanya masa rawat inap di rumah sakit berhubungan dengan tingkat kecemasan, dengan anak-anak yang tinggal lebih dari tiga hari mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi (Sari & Widianingrum, 2024). Kecemasan yang tidak terselesaikan dapat menghambat kerja sama anak selama perawatan dan menyebabkan persepsi negatif terhadap sistem perawatan kesehatan (Potter dkk., 2017).

*Storytelling* sebagai pendekatan pengalihan perhatian adalah salah satu metode non-farmakologis yang digunakan untuk mengurangi kecemasan. Dengan menggunakan imajinasi anak untuk mengalihkan fokus mereka dari stimulus yang menimbulkan stres dan menuju pengalaman positif, metode

ini membantu dalam pengaturan emosi (Novitasari dkk., 2021). Menurut teori transportasi naratif, keterlibatan emosional anak dalam sebuah cerita dapat mengurangi respons stres. Melalui cerita yang menarik, anak diajak untuk memasuki alur narasi yang menyenangkan, sehingga perhatian mereka teralihkan dari lingkungan rumah sakit yang menegangkan. Bercerita juga memberikan rasa aman dan kedekatan emosional, terutama ketika dilakukan oleh perawat atau orang tua dalam suasana yang mendukung. Selain sebagai sarana distraksi, bercerita memiliki nilai terapeutik karena dapat membantu anak mengekspresikan emosi, memahami pengalaman yang dialami, dan membangun mekanisme koping yang lebih adaptif. (Krause-Galoni & Mazzocco, 2023).

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa bercerita adalah metode yang berhasil untuk mengurangi kecemasan anak selama perawatan invasif (Syakura dkk., 2022). Namun, penelitian tentang penggunaan pendekatan bercerita selama rawat inap masih langka. Di sisi lain, kecemasan pada anak usia prasekolah tidak hanya muncul pada saat prosedur medis, tetapi juga selama keseluruhan proses hospitalisasi, termasuk pada hari-hari awal perawatan ketika anak mulai beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit. Pada fase ini, anak sering kali mengalami kecemasan meskipun tidak sedang menjalani tindakan invasif.

Kecemasan yang muncul secara terus-menerus dapat mengganggu kualitas istirahat, nafsu

makan, serta interaksi anak dengan lingkungan sekitarnya. Sayangnya, intervensi keperawatan pada fase non-prosedural ini masih relatif terbatas dan belum menjadi fokus utama dalam praktik klinis. Dengan demikian, penelitian ini berupaya memperluas pemanfaatan teknik distraksi bercerita sebagai bagian dari asuhan keperawatan harian yang berkelanjutan dan berorientasi pada kenyamanan psikologis anak.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental one group pretest-posttest*, yang bertujuan menilai pengaruh teknik distraksi bercerita terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Populasi dalam penelitian ini adalah anak prasekolah berusia 3–6 tahun yg dirawat di ruang rawat inap RSUD Tarakan Jakarta Pusat selama periode Agustus hingga November 2025. Penelitian ini melibatkan sejumlah sampel sebanyak 21 responden yang dipilih menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebagai berikut, Kriteria inklusi : 1)Anak-anak prasekolah (usia 3-6 tahun), 2)Anak-anak yang sadar (*compos mentis*) dan mampu berinteraksi, 3)Anak-anak yang telah menjalani perawatan minimal 1x24 jam dan berada dalam fase *despair*, dan 4)Anak-anak yang didampingi oleh orang tua selama dirawat di rumah sakit, dan Kriteria Eksklusi : 1)Anak yang mengalami gangguan kognitif atau perkembangan

signifikan, 2)Anak dalam kondisi gawat darurat atau kritis yang tidak memungkinkan untuk mengikuti terapi bermain, 3)Anak yang memiliki gangguan mobilitas dikarenakan luka ataupun nyeri pada bagian kedua ekstremitas atas, 4)Anak dengan nyeri menetap dan luka bakar >10%, 5)Anak dengan gangguan kesadaran atau ketidaksadaran, dan 6)Anak yang mendapatkan terapi farmakologis penenang atau anti-kecemasan sebelum pelaksanaan intervensi. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan sebelum dan sesudah pemberian intervensi teknik distraksi bercerita.

Instrumen penelitian terdiri dari kuesioner karakteristik responden dan Visual Facial Anxiety Scale (VFAS) untuk mengukur tingkat kecemasan anak. VFAS merupakan alat ukur berbasis ekspresi wajah yang sederhana dan mudah dipahami oleh anak, dengan skor yang merepresentasikan tingkat kecemasan dari ringan hingga berat. Validitas instrumen telah diuji melalui perbandingan hasil pengukuran VFAS dengan State-Anxiety pada State-Trait Anxiety Inventory (STAI-S) sebagai standar baku, menunjukkan korelasi Spearman sebesar  $r_s = 0,552$  ( $p < 0,0001$ ) yang mengindikasikan hubungan signifikan dan kekuatan korelasi yang cukup. Hasil tersebut menunjukkan bahwa VFAS memiliki validitas konstruk yang baik dalam menilai kecemasan. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan analisis Cronbach's Alpha terhadap enam indikator ekspresi wajah pada VFAS, dengan

nilai  $\alpha = 0,715$  yang menunjukkan konsistensi internal yang baik sesuai standar psikometrik. Intervensi berupa teknik distraksi bercerita diberikan selama dua hari berturut-turut, satu kali setiap hari, dengan durasi dan isi cerita yang disesuaikan dengan usia serta kondisi anak.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung dan pencatatan skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Selama dua hari berturut-turut, diberikan intervensi teknik distraksi bercerita. Cerita diceritakan dengan cara yang sederhana, menarik, sesuai usia, dan disajikan dalam suasana santai dengan ditemani orang tua atau wali. Pada penelitian ini, peneliti membacakan dongeng “*Jack dan Pohon Kacang Ajaib*”. Setelah intervensi, tingkat kecemasan anak dinilai kembali (*posttest*) menggunakan VFAS dengan dukungan yang sama pada hari kedua.

Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Uji normalitas dilakukan terlebih dahulu untuk menentukan jenis uji statistik yang digunakan. Hasil uji normalitas pada skor kecemasan kelompok intervensi menggunakan Visual Facial Anxiety Scale (VFAS) menunjukkan nilai p-value sebesar 0,019 pada pretest dan 0,002 pada posttest, yang mengindikasikan bahwa data tidak berdistribusi normal secara statistik. Oleh karena itu, analisis bivariat dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test, dan ukuran pemusatan data yang digunakan adalah nilai median. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari

Komite Etik Penelitian RSUD Tarakan dengan nomor sertifikat lulus uji etik: 056/KEPK/RSUDT/2025.

## HASIL

### Analisis Univariat

**Tabel 1.** Distribusi Rata-rata Durasi Rawat Inap Responden Anak Hospitalisasi dengan Kecemasan

| Variabel                 | Mean (SD)    | Median | Min-Max |
|--------------------------|--------------|--------|---------|
| Usia                     | 4.62 (1.071) | 5.00   | 3– 6    |
| Durasi rawat inap (hari) | 4.38 (4.307) | 3.00   | 2– 22   |

Dari tabel 1, dapat dilihat bahwa rata-rata usia responden adalah 4 tahun dan rata-rata durasi rawat inapnya 4 hari.

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dan Pengalaman Rawat Inap Responden Anak Hospitalisasi dengan Kecemasan

| Variabel              | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-----------------------|---------------|----------------|
| Jenis kelamin         | Laki-laki     | 10 47.6        |
|                       | Perempuan     | 11 52.4        |
|                       | Total         | 21 100         |
| Pengalaman rawat inap | Pertama kali  | 13 61.9        |
|                       | Sudah pernah  | 8 38.1         |
|                       | Total         | 21 100         |

Dari tabel 2, dapat dilihat bahwa jumlah responden laki-laki dan perempuan hampir seimbang, dengan selisih 1 responden. Laki-laki 10 anak (47.6%) dan perempuan 11 anak (52.4%). Sedangkan untuk pengalaman rawat inap, sebanyak 13

anak (61.9%) pertama kali menjalani hospitalisasi

**Tabel 3.** Distribusi Rata-rata Kecemasan Responden Anak Hospitalisasi dengan Skor *Visual Facial Anxiety Rating Scale* VFAS)

| Variabel                                  | Mean (SD)    | Median | Min-Max |
|---|--------------|--------|---------|
| Hasil Skor Kecemasan <i>Pretest</i> VFAS  | 3.38 (1.024) | 3.00   | 2 – 6   |
| Hasil Skor Kecemasan <i>Posttest</i> VFAS | 1.90 (0.831) | 2.00   | 1 – 4   |

Dari tabel 3, dapat dilihat rata-rata skor kecemasan anak sebelum dilakukan intervensi (*pretest*) dengan skala VFAS adalah 3.38. Sedangkan rata-rata skor kecemasan anak setelah dilakukan intervensi (*posttest*) dengan skala yang sama adalah 1.90.

#### Analisis Bivariat

**Tabel 4.** Uji Normalitas Tingkat Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Hospitalisasi Skala *Visual Facial Anxiety Scale* (VFAS) *Pre* dan *Post* Intervensi

| Variabel                                  | <i>p-value</i> |
|---|----------------|
| Hasil Skor Kecemasan <i>Pretest</i> VFAS  | 0.019          |
| Hasil Skor Kecemasan <i>Posttest</i> VFAS | 0.002          |

Pada tabel 4, didapatkan hasil uji normalitas dari variabel hasil skor kecemasan pada kelompok intervensi menggunakan kuesioner *pretest Visual Facial Anxiety Scale* (VFAS), menunjukkan nilai *p-value* 0.019. Maka secara statistik data tidak

terdistribusi normal. Pada *posttest Visual Facial Anxiety Scale* (VFAS), menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0.002, yang artinya secara statistik data tersebut juga berdistribusi tidak normal. Dari hasil uji normalitas tersebut, uji bivariat yang akan dilakukan adalah uji *Wilcoxon*, sebab data tidak terdistribusi normal.

**Tabel 5.** Analisis Hubungan Tingkat Kecemasan Anak Hospitalisasi Sebelum dan Sesudah Diberikan Teknik Distraksi Bercerita (*Storytelling*)

| Tingkat Kecemasan | Mean (SD)    | Median (Min - Max) | n  | <i>P Value</i> |
|-------------------|--------------|--------------------|----|----------------|
| Sebelum           | 3.38 (1.024) | 3.00 (2 – 6)       | 21 | <0.001         |
| Sesudah           | 1.90 (0.831) | 2.00 (1 – 4)       |    |                |

Pada tabel 5 data diuji dengan uji *Wilcoxon*, nilai kecemasan sebelum intervensi memiliki rata-rata 3.38 dengan standar deviasi 1.024 serta median 3.00. Setelah diberikan intervensi *storytelling*, terjadi penurunan yang signifikan pada nilai kecemasan, ditunjukkan oleh rata-rata 1.90 dengan standar deviasi 0.831 serta median 2.00. Hasil uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p-value* < 0,001, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi *storytelling*.

## PEMBAHASAN

### Analisis Karakteristik Usia dengan Tingkat Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak usia prasekolah mengalami tingkat kecemasan yang

bervariasi selama menjalani hospitalisasi, yang dipengaruhi oleh tahap perkembangan usia mereka. Anak usia prasekolah berada pada fase perkembangan kognitif praoperasional, di mana pemikiran masih bersifat konkret, egosentris, dan sangat dipengaruhi oleh imajinasi. Kondisi ini menyebabkan anak belum mampu memahami secara rasional alasan dirawat di rumah sakit, sehingga lingkungan rumah sakit mudah ditafsirkan sebagai situasi yang mengancam dan menimbulkan kecemasan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Mulyana dkk. (2024) yang menyatakan bahwa anak usia prasekolah lebih rentan mengalami kecemasan hospitalisasi dibandingkan kelompok usia yang lebih tua karena keterbatasan kemampuan kognitif dan regulasi emosi. Damayati dkk. (2023) juga menjelaskan bahwa pada usia ini, anak cenderung mengaitkan pengalaman tidak menyenangkan sebagai bentuk hukuman, sehingga meningkatkan respons cemas. Dengan demikian, usia menjadi faktor penting yang memengaruhi intensitas kecemasan anak selama hospitalisasi.

Implikasi dari temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan keperawatan yang disesuaikan dengan tahap perkembangan usia anak. Intervensi yang bersifat konkret, imajinatif, dan komunikatif, seperti storytelling, menjadi relevan untuk membantu anak mengelola kecemasan selama perawatan.

**Analisis Karakteristik Jenis Kelamin dengan Tingkat**

### **Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi**

Berdasarkan hasil penelitian, distribusi responden menurut jenis kelamin menunjukkan bahwa anak laki-laki dan perempuan sama-sama mengalami kecemasan selama hospitalisasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecemasan hospitalisasi pada anak usia prasekolah tidak semata-mata ditentukan oleh jenis kelamin, melainkan lebih dipengaruhi oleh faktor situasional seperti lingkungan rumah sakit, prosedur perawatan, dan keterpisahan dari orang tua.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Apriani dkk. (2021) yang menyatakan bahwa baik anak laki-laki maupun perempuan menunjukkan respons kecemasan yang relatif serupa ketika menghadapi pengalaman hospitalisasi, terutama pada usia prasekolah. Pada tahap perkembangan ini, anak belum memiliki kemampuan regulasi emosi yang matang, sehingga respons terhadap stresor cenderung dipengaruhi oleh pengalaman subjektif daripada perbedaan gender.

Beberapa penelitian sebelumnya memang menyebutkan bahwa anak perempuan cenderung lebih ekspresif secara emosional dibandingkan anak laki-laki (Dylag dkk., 2023). Namun, dalam penelitian ini, perbedaan tersebut tidak tampak menonjol. Hal ini dimungkinkan karena seluruh responden berada pada rentang usia perkembangan yang sama, di mana kecemasan lebih dipicu oleh ketidakpahaman anak terhadap kondisi sakit dan lingkungan rumah sakit daripada faktor biologis

atau sosial terkait jenis kelamin (Mulyana dkk., 2024).

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin bukan faktor utama yang memengaruhi tingkat kecemasan anak prasekolah saat hospitalisasi. Implikasi keperawatan dari temuan ini adalah bahwa intervensi penurunan kecemasan, seperti teknik distraksi bercerita, dapat diberikan secara setara kepada anak laki-laki maupun perempuan tanpa perlu perbedaan berdasarkan jenis kelamin, dengan tetap memperhatikan kebutuhan individual anak.

#### **Analisis Karakteristik Pengalaman Rawat Inap dengan Tingkat Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi**

Pengalaman rawat inap sebelumnya berperan penting dalam membentuk respons kecemasan anak. Anak yang belum pernah menjalani rawat inap cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan anak yang sudah memiliki pengalaman sebelumnya. Ketidaktahuan terhadap lingkungan rumah sakit, prosedur medis, serta interaksi dengan tenaga kesehatan menjadi pemicu utama munculnya kecemasan.

Hasil ini mendukung penelitian Mulyana dkk. (2024) yang menyatakan bahwa pengalaman hospitalisasi sebelumnya dapat membantu anak membentuk mekanisme koping yang lebih adaptif. Anak yang sudah pernah dirawat memiliki gambaran awal tentang situasi rumah sakit sehingga mampu

mengantisipasi pengalaman yang akan dihadapi.

Temuan ini mengindikasikan bahwa pemberian orientasi awal dan intervensi psikososial sejak hari pertama perawatan sangat penting, terutama bagi anak yang baru pertama kali dirawat. Intervensi seperti *storytelling* dapat berfungsi sebagai media adaptasi awal untuk membantu anak mengenal lingkungan rumah sakit secara lebih aman dan menyenangkan.

#### **Analisis Karakteristik Durasi Rawat Inap dengan Tingkat Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi**

Durasi rawat inap menunjukkan hubungan yang erat dengan tingkat kecemasan anak. Anak yang menjalani rawat inap lebih lama cenderung menunjukkan peningkatan kecemasan akibat keterpaparan berulang terhadap lingkungan yang asing, keterbatasan aktivitas bermain, serta rutinitas yang terganggu.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan Sari & Widianingrum (2024) yang menyatakan bahwa semakin lama anak dirawat, semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami. Paparan stresor yang berkepanjangan tanpa intervensi yang memadai dapat memperburuk kondisi psikologis anak prasekolah.

Implikasi dari temuan ini adalah perlunya intervensi keperawatan yang berkelanjutan selama masa rawat inap, tidak hanya berfokus pada momen prosedural. *Storytelling* yang dilakukan secara rutin dapat menjadi salah satu strategi

untuk menurunkan akumulasi stres psikologis selama perawatan.

### **Gambaran Kecemasan Sebelum dan Sesudah Responden pada Pasien Anak Saat Diberikan Intervensi Bercerita (*Storytelling*)**

Sebelum diberikan intervensi teknik distraksi bercerita, sebagian besar anak usia prasekolah menunjukkan respons kecemasan yang khas selama hospitalisasi. Anak tampak gelisah, menangis, sulit ditenangkan, serta menunjukkan ketergantungan yang tinggi terhadap orang tua. Respons ini mencerminkan kondisi psikologis anak prasekolah yang masih berada pada tahap perkembangan dengan kemampuan koping yang terbatas, sehingga mudah mengalami kecemasan ketika dihadapkan pada lingkungan asing dan situasi yang tidak dapat mereka kontrol (Apriani dkk., 2021; Damayati dkk., 2023)

Kondisi kecemasan sebelum intervensi juga dipengaruhi oleh karakteristik hospitalisasi itu sendiri, seperti pembatasan aktivitas bermain, rutinitas yang berubah, serta paparan terhadap prosedur medis meskipun tidak selalu invasif. Kartono dkk. (2022) menjelaskan bahwa pada anak prasekolah, kecemasan dapat muncul hanya karena keberadaan di rumah sakit, tanpa harus melalui tindakan medis yang menyakitkan. Hal ini memperkuat bahwa kecemasan hospitalisasi bersifat menyeluruh dan dapat berlangsung sepanjang masa perawatan jika tidak ditangani secara adekuat.

Setelah diberikan intervensi *storytelling*, terjadi perubahan yang jelas pada kondisi emosional anak.

Anak tampak lebih tenang, lebih mudah diajak berinteraksi, serta menunjukkan penurunan perilaku cemas seperti menangis atau menolak perawatan. Cerita yang disampaikan dengan bahasa sederhana dan sesuai usia membantu anak merasa lebih aman dan nyaman, karena perhatian mereka teralihkan dari lingkungan rumah sakit menuju alur cerita yang menyenangkan. Temuan ini sejalan dengan Brockington dkk. (2021) yang menyatakan bahwa *storytelling* mampu menciptakan suasana emosional positif dan meningkatkan rasa aman pada anak yang menjalani perawatan di rumah sakit.

Perubahan gambaran kecemasan ini menunjukkan bahwa *storytelling* berfungsi sebagai media adaptasi psikologis bagi anak prasekolah. Cerita tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga membantu anak mengekspresikan emosi secara tidak langsung melalui tokoh dan alur cerita, sehingga mendukung proses regulasi emosi selama hospitalisasi (Novitasari dkk., 2021).

### **Analisis Pengaruh Kecemasan Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Teknik Distraksi Bercerita (*Storytelling*) pada Pasien Anak Hospitalisasi**

Hasil penelitian ini secara keseluruhan mendukung hipotesis bahwa teknik distraksi bercerita berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Penurunan kecemasan setelah intervensi menunjukkan bahwa *storytelling* merupakan

intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam membantu anak menghadapi stres psikologis selama perawatan.

Secara teoritis, efektivitas *storytelling* dapat dijelaskan melalui konsep narrative transportation, yaitu kondisi ketika anak larut secara emosional dan kognitif ke dalam cerita yang didengarkan (Krause-Galoni & Mazzocco, 2023). Ketika anak terlibat dalam cerita, fokus perhatian mereka berpindah dari stresor lingkungan rumah sakit menuju dunia imajinatif yang lebih aman dan menyenangkan. Proses ini menurunkan persepsi ancaman dan membantu sistem emosi anak berada dalam kondisi yang lebih stabil.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Wells dkk. (2024) yang melaporkan bahwa mendengarkan cerita dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan emosional karena individu merasa diperhatikan, nyaman, dan tidak sendirian. Pada anak prasekolah, efek ini menjadi lebih kuat karena kemampuan imajinasi mereka yang tinggi, sehingga cerita mudah membangun rasa keterhubungan emosional. Selain itu, *storytelling* memberikan struktur dan prediktabilitas, yang penting bagi anak dalam situasi hospitalisasi yang penuh ketidakpastian (Dobson dkk., 2025).

Keunikan penelitian ini dibandingkan penelitian sebelumnya terletak pada penerapan *storytelling* tidak hanya menjelang atau saat tindakan medis, tetapi selama masa rawat inap secara umum. Hal ini menunjukkan bahwa *storytelling*

memiliki potensi sebagai intervensi keperawatan yang berkelanjutan, bukan sekadar intervensi situasional. Dengan demikian, *storytelling* dapat berperan dalam mencegah akumulasi stres psikologis pada anak selama hospitalisasi.

Implikasi dari hasil penelitian ini bagi praktik keperawatan adalah bahwa teknik distraksi bercerita dapat diintegrasikan ke dalam asuhan keperawatan anak sebagai intervensi rutin untuk manajemen kecemasan. Teknik ini relatif mudah diterapkan, tidak membutuhkan alat khusus, aman, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak prasekolah. Selain itu, keterlibatan perawat dan orang tua dalam kegiatan bercerita dapat memperkuat hubungan terapeutik dan meningkatkan kenyamanan anak selama perawatan.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi cenderung mengalami kecemasan yang dipengaruhi oleh usia, pengalaman rawat inap, dan lamanya dirawat di rumah sakit. Jenis kelamin tidak menjadi faktor utama yang membedakan tingkat kecemasan anak. Sebelum intervensi diberikan, anak umumnya menunjukkan tanda kecemasan seperti gelisah, menangis, dan ketergantungan pada orang tua.

Setelah diberikan teknik distraksi bercerita, kondisi emosional anak mengalami perubahan ke arah yang lebih baik. Anak tampak lebih tenang, lebih kooperatif, dan mampu mengalihkan perhatian dari situasi rumah sakit. Hal ini menunjukkan

bahwa teknik distraksi bercerita berpengaruh dalam menurunkan kecemasan anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi, sehingga tujuan penelitian tercapai dan hipotesis dapat diterima.

#### **SARAN**

Pada penelitian ini, penggunaan desain kuasi eksperimen dengan model *one group pre-test post-test* menjadi salah satu keterbatasan utama. Ketidadaan kelompok kontrol menyebabkan peneliti tidak dapat melakukan perbandingan secara objektif antara responden yang mendapatkan intervensi *storytelling* dan responden yang tidak memperoleh intervensi.

Bagi perawat, disarankan untuk mengintegrasikan teknik distraksi bercerita sebagai bagian dari asuhan keperawatan anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi, terutama pada anak yang menunjukkan tanda kecemasan. Perawat diharapkan dapat menyesuaikan isi dan cara penyampaian cerita dengan usia dan kondisi anak agar intervensi berjalan efektif.

Bagi institusi pelayanan kesehatan, disarankan untuk mendukung penerapan intervensi nonfarmakologis seperti *storytelling* melalui penyediaan kebijakan, panduan sederhana, serta sarana pendukung yang memfasilitasi kegiatan bercerita di ruang rawat anak.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain yang lebih kuat dan jumlah sampel yang lebih besar, serta mempertimbangkan

penggunaan kelompok pembanding. Penelitian lanjutan juga dapat mengeksplorasi variasi media *storytelling* atau keterlibatan orang tua dalam intervensi untuk memperkuat hasil penelitian.

#### **REFRENSI**

- Apriani, Yenny, D. G., & Sastra, D. M. F. (2021). Dampak Hospitalisasi pada Anak Prasekolah (Usia 3-6 Tahun) di Ruang Anggrek Badan Rumah Sakit Umum Daerah (BRSUD) Kabupaten Tabanan. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 07(02), 74–85.
- Abdi, F., Karamoozian, A., Lotfilou, M., Gholami, F., Shaterian, N., Niasar, A. A., Aghapour, E., & Jandaghian-Bidgoli, M. (2025). Effect of play therapy and *storytelling* on the anxiety level of hospitalized children: a randomized controlled trial. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 25(1), 23. <https://doi.org/10.1186/s12906-025-04767-4>
- Brockington, G., Gomes Moreira, A. P., Buso, M. S., Gomes Da Silva, S., Altszyler, E., Fischer, R., & Moll, J. (2021). *Storytelling* increases oxytocin and positive emotions and decreases cortisol and pain in hospitalized children. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. <https://doi.org/10.1073/pnas.2018409118/-/DCSupplemental>
- Damayati, C. A., Ernawati, N., Supono, & Sulastyawati. (2023). Hubungan Komunikasi

- Terapeutik Perawat Dengan Kecemasan Anak Saat Hospitalisasi (Literature Review). *JURNAL PIKES Penelitian Ilmu Kesehatan*, 4(1), 2023.
- Dobson, O., Janssen, C., Taddio, A., Symons, F. J., & McMurtry, C. M. (2025). Online environmental scan and content analysis of social stories about needle procedures. *Journal of Pediatric Psychology*. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsaf025>
- Dhiu, K. D., & Fono, Y. M. (2022). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Invoasi Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 56–61.
- Dyląg, K. A., Anunziata, F., Bandoli, G., & Chambers, C. (2023). Birth Defects Associated with Prenatal Alcohol Exposure—A Review. *Children*, 10(5), 811. <https://doi.org/10.3390/children10050811>
- Ernawati, E., Sutrisno, S., & Gandini, A. L. A. (2023). Pengaruh Distraksi Menonton Kartun Terhadap Nyeri pada Anak yang Dipasang Infus di RSUD dr. Soemarno Sosroatmodjo Tanjung Selor. *Aspiration of Health Journal*, 1(2), 273–280. <https://doi.org/10.55681/aohj.v1i2.107>
- Grano Manorek, D., Draivon Kallo, V., Amelia Lumingkewas, M., Keperawatan, I., & Keperawatan, F. (2024). Hubungan Faktor-Faktor Pola Asuh Orang Tua dengan Konsep Diri Anak Usia Pra Sekolah di PAUD Inspirasi Ganesa Desa Amertha Sari Bolaang Mongondow. *JIKMA (Jurnal Ilmiah Kesehatan Manado)*, 3(2), 249–259. <https://journal.jikma.net>
- Hendrawati, S., Nurhidayah, I., & Sutini, T. (2025). Tinjauan Literatur: Pola Normalization Behavior pada Orang Tua yang Hidup dengan Anak Sakit Kronis. *Jurnal Riset Ilmiah*, 2(1), 417–426. <https://doi.org/10.62335>
- Hermalinda Herman, Deswita, & Puspita Sari, Y. (2025). The Effect of Play Therapy on Hospitalization Anxiety Among Pre-School Children (3-6 Years). *NERS Jurnal Keperawatan*, 21(1), 106–111. <https://doi.org/10.25077/njk.v21i1.212>
- Kartono, J., Damayanti, D., & Sholihah, M. N. (2022). Peningkatan Kualitas Tidur Anak Hospitalisasi Yang Megalami Gangguan Pola Tidur Menggunakan Teknik Sleep Hygiene. *Madago Nursing Journal*, 2(2), 40–47. <https://doi.org/10.33860/mnj.v2i2.726>
- Krause-Galoni, R., & Mazzocco, P. (2023). Storytelling and Narrative Persuasion. Dalam *The Cambridge Handbook of Consumer Psychology* (hlm. 28–52). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009243957.004>
- Mulyana, A., Darusman, S. E., & Wahyudi, D. (2024). Korelasi Pemberian Terapi Bermain Mewarnai Gambar terhadap

- Dampak Penurunan Stres Akibat Hospitalisasi pada Anak Usia Pra Sekolah. *Absorbent Mind Journal of Psychology and Development*, 4(2), 247–255. [https://doi.org/10.37680/absorbent\\_mind.v4i2.5826](https://doi.org/10.37680/absorbent_mind.v4i2.5826)
- Novitasari, S., Nurhayati, S., & Keperawatan Dharma Wacan Metro, A. (2021). Penerapan Manajemen Nyeri Distraksi Story Telling pada Anak Prasekolah (3-5 Tahun) saat Tindakan Invasif Pemasangan Infus. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(1).
- O, S., & Vijayan, J. (2025). The Psychological Impact of Hospitalization in Children: A Review of Distress and Anxiety. *International Journal of Neurobiology*, 7(1), 1–4.
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. M. (2017). *Fundamentals of Nursing Vol 2-9th Indonesian edition* (9th Indonesia). Elsevier. <https://www.barnesandnoble.com/w/fundamentals-of-nursing-vol-2-9th-indonesian-edition-phd-potter-rn/1146357764>
- Sari, R. S., & Widianingrum, R. R. D. (2024). Hubungan Lama Hospitalisasi terhadap Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) di Rumah Sakit. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 50–55. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v13i1.234>
- Syakura, A., Eldi, F. A., & Noviandry, H. (2022). Tingkat Kecemasan Anak yang Akan Dipasang Infuse Menggunakan Teknik Distraksi Bercerita. *Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan*, 12, 1–5.
- Wells, E., Gunn, K., Velasquez, D., Kaeding, J., & Hutchinson, A. (2024). A bibliotherapy intervention to improve emotional wellbeing during cancer treatment: a pilot study. *Journal of Psychosocial Oncology Research and Practice*, 7(1). <https://doi.org/10.1097/OR9.000000000000154>