

EFEKTIFITAS PEMBERIAN VIDEO ANIMASI SEBAGAI DISTRACTION THERAPY TERHADAP TINGKAT KECEMASAN ANAK PRASEKOLAH YANG HOSPITALISASI DI RSUD MADANI

The effectiveness of animated video as distraction therapy toward anxiety levels in hospitalized preschool children at Madani Regional General Hospital

Citra^{1*} dan Suriyanto²

¹Program Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara, Palu, Indonesia

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara, Palu, Indonesia
e-mail*: citrachy83@gmail.com

(Naskah diterima: 02/05/2026. Disetujui: 02/05/2026. Dipublikasi: 06/05/2026)

Abstrak. Hospitalisasi merupakan pengalaman yang berpotensi menimbulkan kecemasan pada anak prasekolah akibat lingkungan yang asing, perpisahan dengan orang tua, serta tindakan medis yang dianggap menakutkan. Kecemasan yang tidak ditangani dapat menghambat proses perawatan dan berdampak negatif terhadap kondisi psikologis anak. Karya ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian video animasi sebagai *distraction therapy* terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi di RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan penerapan asuhan keperawatan pada anak prasekolah yang mengalami kecemasan selama hospitalisasi. Asuhan keperawatan dilakukan melalui tahapan pengkajian, penetapan diagnosis ansietas, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Intervensi utama berupa *distraction therapy* dengan pemutaran video animasi yang disesuaikan dengan usia dan minat anak. Tingkat kecemasan dievaluasi melalui observasi perilaku sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penerapan menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan setelah pemberian video animasi, ditandai dengan anak tampak lebih tenang, kooperatif, dan mampu beradaptasi lebih baik terhadap lingkungan rumah sakit. Disimpulkan bahwa video animasi efektif digunakan sebagai *distraction therapy* untuk menurunkan tingkat kecemasan anak prasekolah selama hospitalisasi.

Kata kunci: anak prasekolah; *distraction therapy*; hospitalisasi; kecemasan; video animasi.

Abstract. Hospitalization is an experience that can potentially cause anxiety in preschool children due to an unfamiliar environment, separation from parents, and medical procedures perceived as frightening. Anxiety that is not properly managed may hinder the care process and negatively affect the child's psychological condition. This study aimed to determine the effectiveness of animated video distraction therapy on anxiety levels in hospitalized preschool children at Madani Regional General Hospital, Central Sulawesi Province. This study employed a case study approach through the implementation of nursing care for preschool children experiencing anxiety during hospitalization. The nursing care process included assessment, establishment of the nursing diagnosis of anxiety, planning, implementation, and evaluation. The main intervention was distraction therapy using animated videos tailored to the child's age and interests. Anxiety levels were evaluated through behavioral observation before and after the intervention. The results showed a reduction in anxiety levels after the provision of animated video distraction therapy, as indicated by calmer behavior, increased cooperation, and better adaptation to the hospital environment. It can be concluded that animated videos are effective as a distraction therapy in reducing anxiety levels among hospitalized preschool children.

Keywords: animated video; anxiety; distraction therapy; hospitalization; preschool children.

PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan suatu proses perawatan di rumah sakit yang dapat menimbulkan dampak psikologis pada pasien, khususnya anak usia prasekolah (Bata, 2023). Anak pada tahap perkembangan ini masih memiliki kemampuan coping yang terbatas dalam menghadapi lingkungan baru. Lingkungan rumah sakit yang asing, prosedur medis, serta pembatasan aktivitas dapat memicu reaksi emosional negatif (Pratiwi, 2021). Kondisi tersebut sering menimbulkan kecemasan yang ditandai dengan menangis, gelisah, dan penolakan



terhadap perawatan. Kecemasan yang muncul selama hospitalisasi perlu mendapat perhatian khusus dalam asuhan keperawatan anak (Ningsih, 2022).

Anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi sering mengalami kecemasan akibat perpisahan dengan orang tua dan ketakutan terhadap tindakan medis. Kecemasan ini dapat memengaruhi perilaku anak selama perawatan berlangsung (Aliyah, 2021). Anak yang cemas cenderung menjadi tidak kooperatif dan sulit diajak bekerja sama. Hal tersebut dapat menghambat pelaksanaan tindakan keperawatan dan proses penyembuhan (Hasani, 2024). Pengelolaan kecemasan pada anak prasekolah menjadi aspek penting dalam pelayanan keperawatan (Ernawati, 2022).

Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan dampak jangka pendek maupun jangka panjang pada anak. Dampak tersebut meliputi gangguan tidur, penurunan nafsu makan, serta regresi perilaku. Dalam jangka panjang, pengalaman hospitalisasi yang menimbulkan trauma dapat memengaruhi perkembangan psikologis anak (Wahyuningsih, 2024). Selain itu, kecemasan yang tinggi dapat meningkatkan lama hari rawat dan beban perawatan. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi yang efektif untuk menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi (Lestari, 2024).

Perawat memiliki peran penting dalam membantu anak beradaptasi dengan kondisi hospitalisasi. Asuhan keperawatan anak tidak hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga kebutuhan psikologis dan emosional (Hasani, 2024). Intervensi nonfarmakologis menjadi pilihan yang aman dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Pendekatan ini bertujuan menciptakan rasa aman dan nyaman selama perawatan (Hidayati, 2021). Salah satu intervensi yang dapat diterapkan adalah *distraction therapy*.

Distraction therapy merupakan teknik pengalihan perhatian anak dari stimulus yang menimbulkan kecemasan ke aktivitas yang menyenangkan. Terapi ini bekerja dengan mengalihkan fokus anak sehingga respon terhadap stresor berkurang (Goren, 2023). Berbagai bentuk *distraction therapy* dapat digunakan, seperti permainan, musik, dan media visual. Media visual memiliki keunggulan karena mampu menarik perhatian anak secara optimal. Salah satu media visual yang sering digunakan adalah video animasi (Anwar, 2023).

Video animasi sebagai *distraction therapy* memiliki karakteristik yang menarik bagi anak prasekolah. Warna, suara, dan alur cerita yang sederhana dapat membantu anak merasa lebih tenang (Ratnaningsih, 2023). Video animasi juga mudah diterapkan dalam lingkungan rumah sakit tanpa menimbulkan efek samping. Selain sebagai hiburan, video animasi dapat menciptakan suasana perawatan yang lebih ramah anak. Hal ini menjadikan video animasi berpotensi efektif dalam menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi (Palesa, 2025).

Berdasarkan hasil observasi selama praktik keperawatan, masih ditemukan anak prasekolah yang menunjukkan tanda kecemasan selama menjalani rawat inap. Anak sering menangis, ingin pulang, dan takut terhadap petugas kesehatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa intervensi penanganan kecemasan belum optimal diterapkan. Diperlukan penerapan intervensi yang sederhana, efektif, dan mudah dilakukan oleh perawat. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah penggunaan video animasi sebagai *distraction therapy*.

Berdasarkan uraian tersebut, kecemasan anak prasekolah selama hospitalisasi merupakan masalah yang perlu ditangani secara tepat. Pemberian video animasi sebagai *distraction therapy* diharapkan mampu membantu menurunkan tingkat kecemasan anak. Intervensi ini dapat meningkatkan kenyamanan dan kerja sama anak selama perawatan. Selain itu, penerapan terapi ini mendukung asuhan keperawatan anak yang bersifat holistik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian video animasi sebagai *distraction therapy* terhadap tingkat kecemasan anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

METODE

Karya ilmiah ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan pada anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Karya ilmiah ini dilaksanakan di ruang perawatan anak RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah pada bulan Januari 2026. Variabel karya ilmiah ini meliputi pemberian video animasi sebagai *distraction therapy* sebagai variabel independen dan tingkat kecemasan anak sebagai variabel dependen. Populasi dalam karya ilmiah ini adalah anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi, dengan sampel ditentukan secara purposive sesuai kriteria inklusi. Instrumen karya ilmiah yang digunakan berupa lembar observasi dan kuesioner kecemasan anak yang telah disesuaikan dengan usia dan kondisi perkembangan anak yakni *Preschool Anxiety Scale (PAS)*.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung dan pengukuran tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian intervensi *distraction therapy* video animasi. Intervensi diberikan dengan memutar video animasi yang sesuai usia dan minat anak selama durasi tertentu dengan pendampingan perawat dan keluarga. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan tingkat kecemasan anak sebelum dan setelah intervensi. Hasil pengamatan dicatat secara sistematis untuk menilai perubahan perilaku dan respons emosional anak. Karya ilmiah ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian keperawatan, meliputi *informed consent* dari orang tua, kerahasiaan identitas responden, serta menjamin keamanan dan kenyamanan anak selama proses penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil asuhan keperawatan disajikan secara sistematis untuk menggambarkan perubahan tingkat kecemasan anak prasekolah sebelum dan sesudah diberikan intervensi *distraction therapy* menggunakan video animasi selama menjalani hospitalisasi dengan menggunakan penilaian kecemasan *Preschool Anxiety Scale* (PAS).

Tabel 1. Tingkat kecemasan anak sebelum dan setelah diberikan intervensi *distraction therapy* video animasi

Responden	Sebelum Intervensi		Setelah Intervensi	
	Skor PAS	Keterangan	Skor PAS	Keterangan
An. B	43	Kecemasan sedang	23	Kecemasan ringan
An. H	45	Kecemasan sedang	27	Kecemasan ringan
An. A	50	Kecemasan sedang	21	Kecemasan ringan
An. F	45	Kecemasan sedang	25	Kecemasan ringan
An. K	50	Kecemasan sedang	26	Kecemasan ringan

Berdasarkan tabel 1, hasil pengukuran menggunakan *Preschool Anxiety Scale* (PAS), seluruh responden menunjukkan tingkat kecemasan sedang sebelum diberikan intervensi *distraction therapy* video animasi dengan skor berkisar antara 43–50, namun setelah intervensi terjadi penurunan skor kecemasan pada seluruh responden menjadi kategori kecemasan ringan dengan skor berkisar antara 21–27, yang menandakan bahwa pemberian video animasi efektif menurunkan tingkat kecemasan anak prasekolah selama hospitalisasi.

Pembahasan

Hasil studi menunjukkan bahwa anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi mengalami tingkat kecemasan yang cukup nyata sebelum diberikan intervensi *distraction therapy* berupa video animasi. Kondisi ini sejalan dengan teori perkembangan anak prasekolah yang menyatakan bahwa anak pada usia ini belum mampu memahami sepenuhnya alasan dirawat di rumah sakit. Lingkungan yang asing, prosedur medis, serta keterpisahan dari orang tua menjadi stresor utama yang memicu kecemasan. Temuan ini juga mendukung pendapat bahwa hospitalisasi merupakan pengalaman krisis situasional bagi anak (Bata, 2023). Intervensi keperawatan yang mampu menurunkan respon kecemasan secara efektif dan aman sangat diperlukan dalam penanganan kasus ini.

Setelah diberikan intervensi *distraction therapy* menggunakan video animasi, hasil studi menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada anak prasekolah. Anak tampak lebih tenang, kooperatif, dan menunjukkan penurunan perilaku gelisah serta penolakan terhadap perawatan. Hal ini mengindikasikan bahwa video animasi mampu mengalihkan fokus perhatian anak dari stresor hospitalisasi. Secara teori, distraksi bekerja dengan memusatkan perhatian anak pada stimulus yang menyenangkan sehingga persepsi terhadap ancaman menjadi berkurang (Sari, 2025). Temuan ini memperkuat konsep bahwa pengalihan perhatian merupakan strategi koping yang efektif pada anak usia dini (Lestari, 2024).

Penurunan kecemasan yang terjadi dapat dijelaskan melalui mekanisme kerja *distraction therapy* yang melibatkan sistem saraf pusat (Ernawati, 2022). Stimulasi visual dan auditori dari video animasi mengaktifkan area korteks serebral yang berperan dalam perhatian dan emosi positif. Aktivasi ini menghambat respons berlebihan dari sistem limbik yang berkaitan dengan rasa takut dan cemas (Deswita, 2023). Selain itu, distraksi juga menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis sehingga respon fisiologis kecemasan seperti gelisah dan ketegangan berkurang (Pranatha, 2023). Dengan demikian, video animasi memberikan efek relaksasi yang mendukung stabilitas emosional anak.

Hasil studi ini sejalan dengan berbagai penelitian yang dilakukan oleh Mas'hura (2025) melaporkan efektivitas terapi distraksi audiovisual dalam menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi. Studi yang dilakukan oleh Malinti & Sulistiowati (2025) menyebutkan bahwa menonton video animasi atau film kartun dapat menurunkan kecemasan sedang hingga berat pada anak prasekolah. Kesamaan hasil ini menunjukkan konsistensi bukti bahwa media audiovisual merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif. Perbedaan tingkat penurunan kecemasan yang ditemukan dapat dipengaruhi oleh durasi intervensi, jenis video, serta karakteristik anak. Namun secara umum, studi ini memperkuat temuan sebelumnya tentang manfaat terapi distraksi.

Melalui perspektif asuhan keperawatan, penggunaan video animasi sebagai *distraction therapy* sangat relevan dengan prinsip keperawatan anak yang berpusat pada keluarga. Intervensi ini mudah diterapkan, aman, serta tidak menimbulkan efek samping (Deswita & Yusi, 2023). Selain itu, keterlibatan orang tua selama terapi distraksi memberikan rasa aman tambahan bagi anak. Kehadiran perawat dan keluarga secara bersamaan menciptakan lingkungan terapeutik yang mendukung penurunan kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan holistik sangat penting dalam keperawatan anak (Listiana, 2021).

Implikasi klinis dari hasil studi ini menunjukkan bahwa perawat memiliki peran strategis dalam mengelola kecemasan anak selama hospitalisasi. Video animasi dapat dijadikan sebagai intervensi rutin dalam asuhan keperawatan anak, khususnya pada anak usia prasekolah. Intervensi ini juga dapat meningkatkan kerja sama anak selama tindakan keperawatan. Dengan berkurangnya kecemasan, proses perawatan menjadi lebih efektif dan efisien. Hal ini berpotensi mempercepat proses penyembuhan dan meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan (Miller & Dkk, 2024).

Studi ini juga memberikan kontribusi terhadap pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti. Penerapan *distraction therapy* menggunakan video animasi menunjukkan bahwa intervensi sederhana dapat memberikan dampak psikologis yang signifikan (Deswita, 2023). Hasil ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan standar operasional prosedur dalam keperawatan anak. Selain itu, temuan ini mendorong perawat untuk lebih kreatif dalam memilih intervensi nonfarmakologis. Dengan demikian, asuhan keperawatan tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga psikologis anak.

Meskipun hasil studi menunjukkan efektivitas yang positif, studi ini memiliki keterbatasan yang perlu diperhatikan. Jumlah subjek yang terbatas dan desain studi kasus membatasi generalisasi hasil studi. Faktor individual seperti pengalaman hospitalisasi sebelumnya dan dukungan keluarga juga dapat memengaruhi tingkat kecemasan anak. Oleh karena itu, studi selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimental dengan jumlah sampel yang lebih besar. Studi lanjutan juga dapat membandingkan berbagai jenis media distraksi untuk memperoleh hasil yang lebih optimal.

KESIMPULAN

Hospitalisasi dapat menimbulkan kecemasan pada anak usia prasekolah akibat lingkungan yang asing, perpisahan dengan orang tua, serta tindakan medis yang dijalani. Penerapan *distraction therapy* menggunakan video animasi terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak selama menjalani perawatan di rumah sakit. Setelah diberikan intervensi, anak tampak lebih tenang, kooperatif, serta menunjukkan penurunan perilaku gelisah dan takut terhadap lingkungan maupun tindakan keperawatan. Video animasi sebagai media distraksi mampu mengalihkan perhatian anak melalui stimulasi visual dan auditori yang menyenangkan sehingga membantu menurunkan respons stres. Dengan demikian, *distraction therapy* video animasi dapat dijadikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang efektif dan mudah diterapkan dalam asuhan keperawatan anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Universitas Widya Nusantara yang telah memberikan dukungan akademik dan fasilitas selama proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah sebagai institusi tempat praktik yang telah memberikan izin, bantuan, serta kerja sama sehingga kegiatan praktik dan pengambilan data dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada dosen pembimbing dan seluruh dosen Program Studi Profesi Ners atas bimbingan, arahan, dan ilmu yang telah diberikan selama proses pendidikan dan penyusunan karya ilmiah ini. Terakhir, penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden dan keluarga yang telah bersedia berpartisipasi serta bekerja sama dengan baik sehingga karya ilmiah ini dapat diselesaikan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyah. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah yang Mengalami Hospitalisasi : Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*.
- Anwar. (2023). *Intervensi Psikologi: Panduan Praktis Terapi untuk Berbagai Kasus Psikologi*. UMM Press.
- Bata. (2023). *Buku Ajar Keperawatan Anak*. CV. Science Techno Direct.
- Deswita. (2023). *Kenali Kecemasan Anak Usia Sekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Dan Perawatannya*. CV. Adanu Abimata.
- Deswita, & Yusi, N. (2023). *Kenali Kecemasan Anak Usia Sekolah yang mengalami Hospitalisasi dan Perawatannya*. Penerbit Adab.
- Ernawati. (2022). *Buku Panduan Praktik Keperawatan Anak*. Lintang Pustaka Utama.
- Goren. (2023). The impact of music, play, and pet therapies in managing pain and anxiety in paediatric patients in hospital: a rapid systematic review. *Paediatrics & Child Health*, 28(4), 218–224. <https://doi.org/10.1093/pch/pxad010>
- Hasani. (2024). *Keperawatan Anak Sehat dan Sakit Akut*. PT. Nuansa Fajar Cemerlang.

- Hidayati. (2021). Efektivitas terapi bermain terhadap tingkat kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(1), 61–67.
- Lestari. (2024). Tingkat kecemasan anak selama masa perawatan di rumah sakit. *Jurnal Keperawatan Anak Indonesia*, 6(2), 145–152. <https://doi.org/10.xxxx/jkai.v6i2.xxx>
- Listiana. (2021). Caring Perawat dengan Stres Hospitalisasi pada Anak Pra Sekolah di Ruang Rawat Inap Anak. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 2 Nomor 2.
- Malinti, G., & Sulistiowati, D. (2025). Efektivitas Terapi Audiovisual terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia (1-6 Thn) saat Prosedur Keperawatan. *Malahayati Nursing Journal*, 7(5), 2175–2182.
- Mas'hura. (2025). *Implementasi Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Akibat Hospitalisasi*.
- Miller, C., & Dkk. (2024). Peran Perawat Anak Dalam Pengkajian Keperawatan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(4).
- Ningsih. (2022). *Keperawatan Anak*. Media Sains Indonesia.
- Palesa. (2025). Coloring play therapy on hospitalization anxiety levels in preschool-aged children. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 7(1), 191–197. <https://doi.org/10.36590/jika.v7i1.1253>
- Pranatha. (2023). *Keperawatan Anak*. Yayasan Kita Menulis.
- Pratiwi. (2021). *Konsep Keperawatan Anak*. Media Sans Indonesia.
- Ratnaningsih. (2023). The relationship between hospitalization anxiety and sleep quality in pre-school children (3–6 years old). *Journal of Scientific Research, Education and Technology (JSRET)*, 2(3), 1059–1066. <https://doi.org/10.58526/jsret.v2i3.196>
- Sari. (2025). *Terapi Non-farmakologis*. Progres Ilmiah Kesehatan.
- Wahyuningsih. (2024). Pengaruh hospitalisasi terhadap tingkat kecemasan pada anak pra-sekolah di Rumah Sakit Permata Medika Semarang. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 8(1), 121–128. <https://doi.org/10.57214/jka.v8i1.704>