

**PENGARUH TERAPI DONGENG TERHADAP KECEMASAN HOSPITALISASI ANAK
3-6 TAHUN DI RSUD DR. H. MOCH. ANSARI SALEH BANJARMASIN****Dhia Aufa Salsabila Yustyan^{1*}, Mariani², Yenny Okvitasari³, Muhsinin⁴**¹⁻⁴Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email Korespondensi: dhiaaufasy@gmail.com

Disubmit: 30 Januari 2026

Diterima: 20 Maret 2026

Diterbitkan: 01 April 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v8i4.24881>**ABSTRACT**

Hospitalization in children aged 3-6 years often causes anxiety due to the unfamiliar hospital environment and medical procedures. This study aimed to determine the effect of storytelling therapy on hospitalization anxiety in children aged 3-6 years at RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin. This study used a pre-experimental quantitative design with a sample of 30 children selected using accidental sampling. Anxiety levels were measured using the Modified Yale Preoperative Anxiety Scale (m-YPAS). Data were analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating that storytelling therapy had a significant effect in reducing hospitalization anxiety in children. Therefore, storytelling therapy can be recommended as a non-pharmacological intervention to reduce anxiety in children during hospitalization.

Keywords: Anxiety, Children Aged 3-6 Years, Hospitalization, Storytelling Therapy.

ABSTRAK

Hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun sering menimbulkan kecemasan akibat lingkungan rumah sakit dan prosedur medis yang tidak familiar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi dongeng terhadap kecemasan hospitalisasi anak usia 3-6 tahun di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin. Penelitian menggunakan desain kuantitatif pra-eksperimental dengan sampel 30 anak yang dipilih melalui teknik accidental sampling. Tingkat kecemasan diukur menggunakan Modified Yale Preoperative Anxiety Scale (m-YPAS). Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat pengaruh signifikan terapi dongeng terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi anak. Dengan demikian, terapi dongeng dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk menurunkan kecemasan anak selama menjalani perawatan di rumah sakit.

Kata Kunci: Anak 3-6 Tahun, Hospitalisasi, Kecemasan, Terapi Dongeng.

PENDAHULUAN

Hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan tekanan psikologis karena anak harus beradaptasi dengan lingkungan baru, prosedur medis, serta keterpisahan dari keluarga. Pada usia ini, anak belum mampu memahami sepenuhnya alasan menjalani perawatan sehingga sering muncul respon emosional berupa takut, menangis, dan penolakan terhadap tindakan keperawatan (Ginting & Sembiring, 2024). Kecemasan yang dialami anak selama hospitalisasi dapat berdampak pada proses penyembuhan. Rizki Rahmnia et al., (2024) menyatakan bahwa anak dengan tingkat kecemasan tinggi cenderung kurang kooperatif terhadap tindakan medis sehingga perawatan menjadi kurang optimal. Oleh karena itu, diperlukan intervensi nonfarmakologis yang mampu menurunkan kecemasan anak selama dirawat di rumah sakit.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah terapi bermain. Terapi bermain memberikan kesempatan kepada anak untuk mengekspresikan perasaan serta mengalihkan perhatian dari stresor lingkungan rumah sakit. Abdillah et al., (2022) menjelaskan bahwa terapi bermain seperti mewarnai dan permainan sederhana efektif menurunkan kecemasan pada anak yang dirawat.

Terapi dongeng atau storytelling merupakan bentuk terapi bermain yang mudah diterapkan dan sesuai dengan karakteristik anak usia 3-6 tahun. Afriliani & Kesuma Dewi, (2023) menyebutkan bahwa terapi mendongeng mampu menciptakan suasana menyenangkan dan meningkatkan rasa aman anak selama hospitalisasi. Penelitian Jumasing & Patima, (2021) juga

menunjukkan bahwa terapi dongeng efektif dalam menurunkan kecemasan anak di rumah sakit.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa terapi dongeng efektif dalam menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi. Storytelling menggunakan media buku bergambar terbukti mampu membantu anak mengalihkan perhatian dari lingkungan rumah sakit serta menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan pada anak yang dirawat inap (Sari et al., 2021). Intervensi ini juga dilaporkan mampu meningkatkan rasa nyaman dan kooperatif anak selama menjalani perawatan (Ramadhan, 2022). Selain itu, terapi dongeng yang diberikan secara terstruktur dan sesuai usia terbukti dapat menurunkan kecemasan anak usia 3-6 tahun akibat hospitalisasi melalui proses relaksasi dan stimulasi emosi positif (Purnama et al., 2020). Penelitian lain menemukan bahwa setelah diberikan storytelling, anak menunjukkan penurunan skor kecemasan yang bermakna dibandingkan sebelum intervensi (Rianthi et al., 2022). Temuan serupa juga menunjukkan bahwa storytelling efektif diterapkan sebagai intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan kecemasan hospitalisasi anak (Nopriani & Yulien, 2025). Berdasarkan temuan-temuan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi dongeng terhadap kecemasan hospitalisasi anak usia 3-6 tahun di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin.

KAJIAN PUSTAKA

Terapi dongeng merupakan metode komunikasi terapeutik yang menggunakan cerita sebagai media utama untuk menyampaikan pesan,

emosi, dan nilai tertentu kepada anak. Menurut Jumasing & Patima, (2021), dongeng dapat membantu anak memahami situasi yang dialaminya melalui simbol dan imajinasi, sehingga mengurangi rasa takut dan cemas.

Brockington et al., (2021) membuktikan bahwa storytelling mampu meningkatkan emosi positif dan menurunkan hormon stres pada anak yang dirawat di rumah sakit. Wahyuningsih & Desinta (2023) juga menyatakan bahwa terapi dongeng efektif sebagai bentuk distraksi kognitif dalam menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi. Selain itu, Refita et al., (2025) menyatakan bahwa terapi storytelling tidak hanya menurunkan kecemasan tetapi juga meningkatkan kesiapan anak dalam menghadapi tindakan invasif.

Hospitalisasi adalah kondisi ketika anak harus menjalani perawatan di rumah sakit dalam jangka waktu tertentu. Pengalaman ini dapat mengganggu rasa aman dan kestabilan emosional anak, terutama pada usia prasekolah (Purnama et al., 2020). Rianthi et al., (2022) menyebutkan bahwa hospitalisasi sering menjadi stresor utama bagi anak dan keluarga.

Kecemasan hospitalisasi merupakan respon emosional terhadap situasi perawatan di rumah sakit yang dianggap mengancam oleh anak. Ginting & Sembiring (2024) menjelaskan bahwa kecemasan pada anak usia 3-6 tahun dapat muncul dalam bentuk menangis, gelisah, agresif, dan menolak tindakan keperawatan. Rizki Rahmnia et al., (2024) menambahkan bahwa kecemasan anak cenderung meningkat saat menjalani tindakan invasif atau prosedur medis yang menimbulkan rasa takut dan nyeri. Oktiawati et al., (2023) juga menyebutkan bahwa intervensi berbasis cerita dan bacaan mampu

menurunkan kecemasan anak secara bermakna, terutama bila diberikan secara terstruktur.

Anak usia 3-6 tahun berada pada tahap perkembangan awal di mana kemampuan berpikir logis dan regulasi emosi masih terbatas. Lubis et al., (2025) menyatakan bahwa pada usia ini anak sangat sensitif terhadap perubahan lingkungan dan memerlukan pendekatan khusus dalam pemberian perawatan kesehatan. Sari et al., (2023) menambahkan bahwa stimulasi psikologis yang tepat, termasuk melalui aktivitas bercerita, sangat penting untuk membantu anak menghadapi situasi stres seperti hospitalisasi.

Penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan intervensi nonfarmakologis melalui terapi dongeng untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi anak usia 3-6 tahun. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah terapi dongeng berpengaruh terhadap kecemasan hospitalisasi anak usia 3-6 tahun di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin?

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pra-eksperimental (Sugiyono, 2019). Populasi penelitian adalah anak usia 3-6 tahun yang menjalani perawatan di ruang anak RSUD Dr. H. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik accidental sampling dengan jumlah responden sebanyak 30 anak dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2023).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak 3-6 tahun yang menjalani hospitalisasi di ruang rawat inap anak di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin. Sampel penelitian diambil menggunakan

teknik accidental sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan anak 3-6 tahun adalah Modified Yale Preoperative Anxiety Scale (m-YPAS). Instrumen ini digunakan untuk menilai tingkat kecemasan anak berdasarkan observasi perilaku.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Universitas Muhammadiyah Banjarmasin. Persetujuan etik diberikan setelah penelitian dinyatakan memenuhi prinsip etika penelitian yang meliputi respect for persons,

beneficence, dan justice. Orang tua responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat, serta risiko penelitian dan menyatakan persetujuan secara tertulis melalui informed consent. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial untuk mengetahui pengaruh terapi dongeng terhadap tingkat kecemasan anak (Dahlan, 2020).

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan kecemasan anak 3-6 tahun sebelum dan sesudah pemberian terapi dongeng.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Anak 3-6 Tahun

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	3 Tahun	9	30
2.	4 Tahun	9	30
3.	5 Tahun	6	20
4.	6 Tahun	6	20
5.	Laki-laki	15	50
6.	Perempuan	15	50

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa anak usia 3-6 tahun yang menjalani hospitalisasi memiliki distribusi usia yang cukup bervariasi. Anak usia 3 tahun dan 4 tahun masing-masing berjumlah 9 orang (30%), sedangkan anak usia 5 tahun dan 6 tahun masing-masing berjumlah 6 orang (20%). Distribusi ini menunjukkan bahwa responden penelitian mencakup seluruh rentang usia yang ditetapkan dalam kriteria inklusi penelitian, sehingga data yang diperoleh dapat menggambarkan

kondisi kecemasan hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun secara lebih menyeluruh.

Berdasarkan jenis kelamin, jumlah responden laki-laki dan perempuan dalam penelitian ini sama, masing-masing sebanyak 15 anak (50%). Keseimbangan jumlah responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak terdapat dominasi salah satu jenis kelamin dalam penelitian ini, sehingga hasil penelitian tidak dipengaruhi oleh perbedaan proporsi jenis kelamin responden.

Tabel 2. Distribusi Kecemasan Hospitalisasi Anak 3-6 Tahun Sebelum Terapi Dongeng

No	Kecemasan Hospitalisasi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Cemas (>30)	30	100
2.	Tidak Cemas (<30)	0	

Berdasarkan Tabel 2, hasil pengukuran tingkat kecemasan hospitalisasi sebelum diberikan terapi dongeng menunjukkan bahwa seluruh responden anak usia 3-6 tahun berada pada kategori cemas. Seluruh responden, yaitu sebanyak 30 anak (100%), mengalami kecemasan berdasarkan hasil pengukuran menggunakan Modified Yale Preoperative Anxiety Scale (m-YPAS). Hasil ini menggambarkan bahwa hospitalisasi merupakan

pengalaman yang berpotensi menimbulkan kecemasan pada anak usia 3-6 tahun. Kondisi lingkungan rumah sakit, prosedur medis, serta keterpisahan dari keluarga dapat menjadi faktor pemicu munculnya kecemasan sebelum diberikan intervensi psikologis. Temuan ini menunjukkan pentingnya pemberian intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan kecemasan anak selama menjalani perawatan di rumah sakit.

Tabel 3. Distribusi Kecemasan Hospitalisasi Anak 3-6 Tahun Sesudah Terapi Dongeng

No	Kecemasan Hospitalisasi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Cemas (>30)	6	20
2.	Tidak Cemas (<30)	24	80

Berdasarkan Tabel 3, hasil pengukuran tingkat kecemasan hospitalisasi sesudah diberikan terapi dongeng menunjukkan adanya perubahan yang jelas pada kondisi psikologis anak usia 3-6 tahun. Sebagian besar responden, yaitu 24 anak (80%), berada pada kategori tidak cemas setelah diberikan terapi dongeng, sedangkan 6 anak (20%) masih berada pada kategori cemas. Penurunan jumlah anak yang mengalami kecemasan setelah intervensi menunjukkan bahwa

terapi dongeng memberikan dampak positif terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi. Pemberian terapi dongeng membantu anak mengalihkan perhatian dari lingkungan rumah sakit dan prosedur medis, sehingga anak menjadi lebih tenang dan nyaman selama perawatan. Hasil ini mengindikasikan bahwa terapi dongeng merupakan intervensi yang efektif dan sesuai untuk diterapkan pada anak usia 3-6 tahun yang menjalani hospitalisasi.

Tabel 4. Perbedaan Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Terapi Dongeng

Kategori Perbedaan	N	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	p-value
Negative Ranks (Post < Pre)	30	15,50	465,00	-4,787	0,000

Positive Ranks (Post > Pre)	0	0,00	0,00
Ties (Post = Pre)	0	-	-
Total	30	-	-

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa seluruh responden (n = 30) berada pada kategori *negative ranks*, yaitu nilai kecemasan sesudah terapi dongeng lebih rendah dibandingkan sebelum terapi dongeng. Nilai *mean rank* pada *negative ranks* sebesar 15,50 dengan *sum of ranks* sebesar 465,00, sedangkan tidak terdapat *positive ranks* maupun *ties*, yang menunjukkan bahwa tidak ada responden yang mengalami peningkatan atau nilai kecemasan yang tetap setelah intervensi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan kecemasan hospitalisasi pada anak 3-6 tahun setelah diberikan terapi dongeng. Temuan ini sejalan dengan penelitian Jumasing & Patima (2021) yang menyatakan bahwa *storytelling* efektif menurunkan kecemasan anak selama dirawat di rumah sakit. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Sari et al. (2021) dan Ramadhan (2022).

Terapi dongeng bekerja melalui mekanisme distraksi kognitif dan emosional, sehingga anak lebih fokus pada cerita dibandingkan dengan stresor lingkungan rumah sakit. Brockington et al. (2021) menjelaskan bahwa *storytelling* dapat meningkatkan emosi positif dan menurunkan respon stres anak, yang berkontribusi terhadap penurunan kecemasan.

Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan (Oktiawati et al., 2023) dan Kusuma & Nurhidayati

Nilai statistik uji Wilcoxon menunjukkan nilai Z sebesar $-4,787$ dengan nilai *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara tingkat kecemasan anak usia 3-6 tahun sebelum dan sesudah diberikan terapi dongeng. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi dongeng berpengaruh signifikan terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin.

(2021) yang menyatakan bahwa terapi berbasis cerita mampu meningkatkan kenyamanan psikologis anak selama perawatan. Sunarti (2021) menegaskan bahwa terapi bermain yang bersifat menyenangkan berkontribusi terhadap penurunan stres dan kecemasan anak. Dengan demikian, terapi dongeng dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun.

KESIMPULAN

Terapi dongeng terbukti memberikan pengaruh terhadap penurunan kecemasan hospitalisasi pada anak usia 3-6 tahun di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin. Penerapan terapi dongeng mampu membantu anak mengalihkan perhatian dari lingkungan rumah

sakit dan prosedur medis, sehingga anak menjadi lebih tenang dan kooperatif selama perawatan. Oleh karena itu, terapi dongeng dapat direkomendasikan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dan mudah diterapkan oleh perawat dalam upaya menurunkan kecemasan anak selama hospitalisasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, M. E. I., Immawati, & Nurhayati, S. (2022). Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Application Of Coloring Picture Play Therapy To Reduce An Anxiety Level In Preschool Age Children (3-5 Years). *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2).
- Afriliani, L., & Kesuma Dewi, T. (2023). Penerapan Terapi Mendongeng Pada Anak Usia Pra Sekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Kecemasan Akibat Hospitalisasi Di Ruang Anak Rsud Jenderal Ahmad Yani Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(3).
- Brockington, G., Moreira, A. P. G., Buso, M. S., Da Silva, S. G., Altszyler, E., Fischer, R., & Moll, J. (2021). *Storytelling Increases Oxytocin And Positive Emotions And Decreases Cortisol And Pain In Hospitalized Children*. <https://doi.org/10.1073/pnas.2018409118/-/DCsupplemental>
- Dahlan, M. S. (2020). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, Dan Multivariat* (M. S. Dahlan, Ed.).
- Ginting, A., & Sembiring, F. (2024). Anxiety Of Preschool Children Undergoing Hospitalization. In *Global Health Science Group* (Vol. 5). <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/picnhs>
- Jumasing, & Patima, S. (2021). Terapi Dongeng Si Kancil Terhadap Penurunan Kecemasan Anak Hospitalisasi Di Rsud Haji Makassar. In *Alauddin Scientific Journal Of Nursing* (Vol. 2021, Number 1). <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/asjn/article/view/18187>
- Kusuma, A. N., & Nurhidayati, T. (2021). Penurunan Tingkat Kecemasan Dengan Biblioterapi Pada Anak Saat Pemasangan Infus. *Ners Muda*, 2(2), 60. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6297>
- Lubis, R., Lubis, D. C., Daffa, M. F., Sazkia, N., Ananda, P., Tanjung, R. R., & Melisa, W. (2025). Karakteristik Perkembangan Anak Usia 4 Tahun. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 66-75. <https://doi.org/10.47861/khirani.v3i1.1534>
- Nopriani, Y., & Yulien, R. R. E. (2025). Pengaruh Story Telling Terhadap Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Dalam Menghadapi Hospitalisasi Di Ruang Rawat Inap Paviliun Cemara Rsud Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2025. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 5047-5054. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.2561>
- Oktiawati, A., Istyawati, P., & Cahyati, A. N. (2023).

- Implementasi Biblioterapi Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi.* 14(2), 3. <https://ejournal.bhamada.ac.id/index.php/jik>
- Purnama, B. A., Indriyani, P., & Ningtyas, R. (2020). *Pengaruh Terapi Story Telling Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah Dengan Hospitalisasi.*
- Ramadhan, M. R. I. (2022). *Terapi Storytelling Berpengaruh Terhadap Penurunan Kecemasan Anak Usia Pra-Sekolah Saat Menjalani Hospitalisasi Di Rumah Sakit.*
- Refita, M., Maryati, S., & Punjastuti, B. (2025). *Terapi Storytelling Untuk Menurunkan Kecemasan Akibat Tindakan Invasif Pada Anak.* <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/jpp>
- Rianthi, N. M. D., Wulandari, M. R. S., & Sukmandari, N. M. A. (2022). *Pengaruh Story Telling Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi.* *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, 5(1), 38-46. <https://doi.org/10.51544/keperawatan.v5i1.2749>
- Rizki Rahmnia, D., Apriliyani, I., & Kurniawan, W. E. (2024). *Gambaran Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Dengan Tindakan Invasif.* <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/jpp>
- Sari, A. S. P., Lestari, N. E., & Istiani, H. G. (2021). *Storytelling Using Picture Books Reduces Anxiety In Hospitalized Preschool Children.* *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 11(03), 142-145. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v11i03.1350>
- Sari, F. A. Y., Tampubolon, M. M., & Nurchayati, S. (2023). *Perkembangan Anak Usia Toddler Di Kecamatan Sail Pekanbaru (Vol. 2, Number 2).* <https://jurnal.jomparnd.com/index.php/jkj>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif.*
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Pendidikan .* Alfabeta.
- Sunarti. (2021). *Terapi Bermain "Sense Of Pleasure Play" Di Ruang Perawatan Anak Rsud Kota Makassar.* *Window Of Community Dedication Journal*, 02(01), 24-34.
- Wahyuningsih, S., & Desinta A, R. K. (2023). *The Application Of Storytelling Therapy In Reducing Anxiety In Preschool-Aged Children Experienced Hospitalization: Literature Review.*