

Pengaruh Distraksi Audio Visual: Kartun terhadap Tingkat Kecemasan Anak dengan Hospitalisasi

The Effect of Audio-Visual Distractions: Cartoons on Anxiety Levels in Children with Hospitalization

Noer Riza Anwar^{1*}, Nur Hamim¹, Alwin Widhiyanto¹, R. Endro Sulistyono²

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Probolinggo, Indonesia

²Program Studi DIII Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Jember, Lumajang, Indonesia

Kata Kunci :	ABSTRAK
Hospitalisasi, Tingkat Kecemasan, Distraksi Audio Visual: Kartun	Pendahuluan: Hospitalisasi merupakan salah satu pengalaman yang tidak menyenangkan bagi anak dan orang tuanya. Stressor akan muncul saat anak akan dirawat, selama perawatan hingga sampai pemulangnya ke rumah. Dampak dari hospitalisasi yaitu gangguan fisik, psikis dan interaksi sosial anak akan mengalami perubahan, Distraksi audiovisual adalah teknik non-farmakologis yang digunakan untuk mengalihkan perhatian seseorang dari rasa nyeri, kecemasan, atau ketidaknyamanan dengan memanfaatkan rangsangan suara dan gambar secara bersamaan. Metode: Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah quasi eksperimental dengan pendekatan <i>two group pre and post test control group design</i>. Teknik penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan pendekatan teknik <i>non probability sampling</i> dengan pendekatan <i>accidental sampling</i> dengan total 68 responden sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Alat ukur yang digunakan adalah VAAS dan kuisioner <i>pre school anxiety scale</i> Hasil: Responden <i>anak dengan hospitalisasi</i> pada kelompok kontrol memiliki nilai <i>pretest</i> rerata tingkat kecemasan sebesar 56.24 dan nilai <i>posttest</i> sebesar 23,47. Responden <i>anak dengan hospitalisasi</i> pada kelompok eksperimen memiliki nilai <i>pretest</i> rerata tingkat kecemasan sebesar 54.5 dan nilai <i>posttest</i> sebesar 19,76 Berdasarkan uji analisa <i>Mann whitney</i> diperoleh nilai <i>sig. (2-tailed)</i> sebesar 0.000, atau $< \alpha$ (0,05). Ada Pengaruh Distraksi Audio Visual: Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Dengan Hospitalisasi di Ruang Bougenville RSUD dr. Haryoto Lumajang. Kesimpulan: Audiovisual kartun yang menarik mampu mengalihkan perhatian anak dari lingkungan rumah sakit yang menakutkan, prosedur yang menyakitkan. Penurunan kecemasan tercermin dalam perubahan fisiologis seperti penurunan denyut nadi dan skala kecemasan yang diukur sebelum dan sesudah intervensi.
Keyword:	ABSTRACT
Hospitalization, Anxiety Level, Audio-Visual Distraction, Cartoons	Introduction: Hospitalization is an unpleasant experience for children and their parents. Stressors arise when a child is admitted to the hospital, during treatment, and until they are discharged home. The impact of hospitalization is that children will experience changes in their physical, psychological, and social interactions. Audiovisual distraction is a non-pharmacological technique used to divert a person's attention from pain, anxiety, or discomfort by utilizing sound and image stimuli simultaneously. Method: The type of research used in this study was quasi-experimental with a two-group pre- and post-test control group design. The sampling technique used in this study was non-probability sampling with an accidental sampling approach, with a total of 68 respondents meeting the inclusion and exclusion criteria. The measurement tools used were the VAAS and the Preschool Anxiety Scale questionnaire. Results: Children in the control group who had been hospitalized had a mean pretest anxiety score of 56.24 and a posttest

score of 23.47. Children with hospitalization in the experimental group had a mean pretest anxiety level of 54.5 and a posttest score of 19.76. Based on the Mann-Whitney analysis, a sig. (2-tailed) value of 0.000, or $< \alpha$ (0.05), was obtained. There is an Effect of Audio-Visual Distraction: Cartoons on the Anxiety Levels of Children with Hospitalization in the Bougenville Room of Dr. Haryoto Lumajang Regional General Hospital. Conclusion: Engaging audiovisual cartoons can distract children from the frightening hospital environment and painful procedures. The reduction in anxiety is reflected in physiological changes such as a decrease in heart rate and anxiety levels measured before and after the intervention.

Copyright © 2026 JKBD
All rights reserved

Corresponding Author:**Noer Riza Anwar**Email: anwarnuriza@gmail.com

Article history

Received date :10 Oktober 2025

Revised date : 24 Oktober 2025

Accepted date : 8 Januari 2026

PENDAHULUAN

Kondisi sakit merupakan hal yang sering dialami oleh setiap orang, terutama anak-anak, karena sistem kekebalan tubuh mereka yang belum sepenuhnya berkembang. Berbagai masalah penyakit yang umum terjadi pada anak-anak meliputi demam, diare, demam berdarah, dan penyakit pernapasan, termasuk penyakit bawaan sejak lahir. Saat anak mengalami sakit yang cukup serius, mereka mungkin memerlukan perawatan inap di rumah sakit (hospitalisasi). Hospitalisasi sering kali menjadi pengalaman yang tidak menyenangkan bagi anak maupun orang tua karena berbagai faktor yang menimbulkan stress (Islamiyah et al., 2024; Ufiah Ramlah, 2021).

Selama proses hospitalisasi, anak-anak dapat mengalami berbagai perubahan psikologis dan perilaku. Mereka sering merasa takut terhadap lingkungan baru, dan tidak jarang menangis maupun menunjukkan perilaku agresif. Bahkan, dalam beberapa kasus, anak dapat mengalami depresi atau kemunduran perkembangan sebagai dampak dari pengalaman tersebut (Islamiyah et al., 2024).

Lingkungan rumah sakit yang asing dan penuh tekanan dapat memperberat kondisi psikologis anak selama masa perawatan. Oleh karena itu, penting untuk memahami dampak psikologis dari hospitalisasi pada anak (Fiteli et al., 2024; Sriyana et al., 2021).

Lingkungan rumah sakit dapat menimbulkan trauma bagi anak, baik secara fisik maupun psikologis. Faktor lingkungan fisik

seperti bangunan, alat-alat medis, bau khas rumah sakit, dan pakaian petugas kesehatan dapat menimbulkan rasa takut. Selain itu, sikap dan interaksi tenaga kesehatan juga memengaruhi pengalaman anak selama dirawat (Sriyana et al., 2021).

Interaksi sosial dengan sesama pasien anak-anak dan petugas kesehatan sangat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan mereka. Kondisi ini dapat memperburuk distress psikologis yang dialami anak saat menjalani perawatan (Apriani & Putri, 2021; Listiana et al., 2021).

Data menunjukkan bahwa sekitar 75% dari 57 juta anak yang dirawat di tiga negara besar mengalami trauma berupa ketakutan dan kecemasan saat hospitalisasi. Prevalensi kecemasan selama hospitalisasi di berbagai negara seperti Amerika Serikat, Jerman, dan Kanada berkisar antara 3-10%.

Di Indonesia, survei kesehatan nasional tahun 2020 memperlihatkan bahwa sebanyak 35 dari 100 anak yang menjalani hospitalisasi mengalami kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan anak selama dirawat adalah masalah yang cukup umum dan perlu penanganan khusus (Apriliana & Hafidah, 2024; Simarmata et al., 2025).

Anak-anak yang mengalami kecemasan selama hospitalisasi cenderung mengalami gangguan fisik dan psikis (Simarmata et al., 2025). Tingkat kecemasan anak biasanya berada pada tingkat sedang hingga berat, dipengaruhi oleh usia dan faktor keluarga yang mendampinginya.

Beberapa penyebab utama kecemasan meliputi tindakan medis seperti pemasangan infus, suntikan, dan ketakutan akan tinggal sendiri di ruang perawatan. Dampaknya, anak bisa mengalami gangguan sosial, fisik, dan psikologis yang berkepanjangan (Apriani & Putri, 2021; Athariq et al., 2023).

Selain terapi farmakologis, terapi non-farmakologis sangat penting untuk membantu mengurangi kecemasan pada anak selama hospitalisasi. Salah satu pendekatan yang efektif adalah penggunaan media audiovisual, seperti film kartun, untuk mengalihkan perhatian anak dari prosedur medis yang menakutkan. Terapi ini dipercaya dapat membantu menenangkan anak dan meredakan stres, sehingga proses perawatan menjadi lebih nyaman. Pendekatan ini juga memiliki manfaat dalam meningkatkan kondisi psikologis anak selama di rumah sakit.

Media audiovisual yang digunakan dalam terapi ini memanfaatkan kombinasi pendengaran dan penglihatan melalui menonton film kartun. Ketika anak menonton, diharapkan mereka tidak merasa nyeri dan rasa takut berkurang. Teknik ini diyakini mampu menurunkan tingkat kecemasan serta membantu anak merasa lebih tenang selama menjalani perawatan (Ekasaputri & Arniyanti, 2022).

Penggunaan media ini menjadi salah satu alternatif yang aman dan menyenangkan untuk mendukung proses penyembuhan anak.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian berjudul “Pengaruh Audio Visual Berupa Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Dengan Hospitalisasi di Ruang Bougenville RSUD dr. Haryoto Lumajang”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas media audiovisual dalam mengurangi kecemasan anak selama masa hospitalisasi. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan metode perawatan yang lebih humanis dan menyenangkan bagi anak-anak. Dengan demikian, pengalaman hospitalisasi anak dapat menjadi lebih positif dan tidak menimbulkan trauma jangka panjang..

METODE

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimental dengan pendekatan *two group pretest-posttest control group design*. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk membandingkan tingkat kecemasan anak

sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tanpa penentuan sampel secara acak. Penelitian dilaksanakan di Ruang Bougenville RSUD dr. Haryoto Lumajang pada bulan Januari hingga April 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien anak yang menjalani perawatan di Ruang Bougenville RSUD dr. Haryoto Lumajang. Sampel diambil menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan pendekatan *accidental sampling*, yaitu anak-anak yang memenuhi kriteria inklusi dan secara kebetulan berada di lokasi penelitian saat pelaksanaan studi.

Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 68 responden, terdiri atas 34 anak pada kelompok kontrol dan 34 anak pada kelompok eksperimen. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi anak usia 3–5 tahun yang menjalani hospitalisasi untuk pertama kali, dalam kondisi sadar dan kooperatif, serta orang tua yang bersedia menandatangani *informed consent*. Adapun kriteria eksklusi adalah anak dengan gangguan penglihatan, pendengaran, atau kondisi medis yang membutuhkan perawatan isolasi khusus.

Prosedur penelitian dilakukan melalui beberapa tahap. Tahap pertama adalah pengukuran tingkat kecemasan anak (*pretest*) menggunakan instrumen *Visual Anxiety Analog Scale* (VAAS) dan *Preschool Anxiety Scale*. Selanjutnya, kelompok eksperimen diberikan intervensi berupa distraksi audiovisual dengan menonton film kartun berdurasi 5–10 menit yang memenuhi kriteria ramah anak (tidak mengandung kekerasan, mendidik, dan menghibur).

Sementara kelompok kontrol tidak diberikan intervensi distraksi, melainkan hanya menjalani perawatan standar rumah sakit. Setelah intervensi, dilakukan pengukuran ulang tingkat kecemasan (*posttest*) menggunakan instrumen yang sama.

Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, dan pengalaman dirawat) serta skor tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Instrumen penelitian berupa lembar observasi VAAS yang menilai ekspresi wajah anak dan *Preschool Anxiety Scale* yang diisi oleh orang tua atau perawat pendamping.

Validitas dan reliabilitas alat ukur telah diuji berdasarkan penelitian sebelumnya dan disesuaikan dengan karakteristik anak prasekolah.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi langsung terhadap anak yang menjadi responden penelitian. Pengolahan data mencakup tahapan editing, coding, entry, dan cleaning sebelum dianalisis. Analisis data dilakukan dalam dua tahap, yaitu analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan tingkat kecemasan, serta analisis bivariat menggunakan uji Mann-Whitney untuk menguji perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Hasil uji dianggap signifikan apabila nilai $p < 0,05$.

Seluruh proses penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etika dan dilakukan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian, termasuk informed consent, kerahasiaan data, serta perlindungan terhadap anak sebagai subjek penelitian.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden Kelompok Kontrol

No	Karakteristik	Frekuensi	Prosentase
1	Usia Kelompok Kontrol		
	3 tahun	13	19,1
	4 tahun	9	13,2
	5 tahun	10	14,7
2	Usia Kelompok Eksperimen		
	3 tahun	13	19,1
	4 tahun	8	13,2
	5 tahun	15	14,7
3	Pendidikan Kelompok Kontrol		
	Belum Sekolah	9	13,2
	KB/PAUD	11	16,2
	TK	10	14,7
4	Pendidikan Kelompok Eksperimen		
	Belum Sekolah	9	13,2
	KB/PAUD	14	16,2
	TK	15	14,7
5	Jenis Kelamin Kelompok Kontrol		
	Laki-Laki	10	14,7
	Perempuan	21	30,9
6	Jenis Kelamin Kelompok Eksperimen		
	Laki-Laki	20	14,7
	Perempuan	17	30,9
	Jumlah	68	100

Data menunjukkan bahwa mayoritas partisipan dalam kedua kelompok, kontrol maupun eksperimen, berusia 3 tahun dengan persentase masing-masing sekitar 19,1%. Selain

itu, hampir seluruh peserta berasal dari kelompok pendidikan TK dan memiliki jenis kelamin perempuan, masing-masing sekitar 30,9%. Dengan demikian, mayoritas peserta dalam studi ini adalah anak berusia 3 tahun dan perempuan.

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Kontrol

Karakteristik	Jumlah
Tingkat Kecemasan Pretest	
N	34
Minimum	50
Maximum	62
Mean	56,24
Modus	55
Median	56,00
Std. Deviation	3,191
Tingkat Kecemasan Posttest	
N	34
Minimum	13
Maximum	30
Mean	23,47
Modus	26
Median	24,50
Std. Deviation	4,640

Tabel 2 menunjukkan Tingkat kecemasan awal kelompok kontrol memiliki rerata 56,24 dengan nilai minimum 50; nilai maksimum 62; dan dengan standar deviasi 3,191 sedangkan Tingkat kecemasan akhir pada kelompok kontrol memiliki nilai rerata 23,47; dengan nilai minimum 13; nilai maksimum 30; dan standar deviasi 4,640

Tabel 3. Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Eksperimen

Karakteristik	Jumlah
Tingkat Kecemasan Pretest	
N	34
Minimum	43
Maximum	66
Mean	54,5
Modus	53
Median	54,00
Std. Deviation	4,907
Tingkat Kecemasan Posttest	
N	34
Minimum	10
Maximum	26
Mean	19,76
Modus	24
Median	20,50
Std. Deviation	4,229

Tabel 3 menunjukkan Tingkat kecemasan awal kelompok eksperimen

memiliki rerata 54,5 dengan nilai minimum 43; nilai maksimum 66; dan dengan standar deviasi 4,907 sedangkan Tingkat kecemasan akhir pada kelompok eksperimen memiliki nilai rerata 19,76; dengan nilai minimum 10; nilai maksimum 26; dan standar deviasi 4,229

Tabel 4. Analisis Pengaruh Distraksi Audio Visual Terhadap Kecemasan Anak

<i>Post test</i>	
Mann whitney u	295.000
Wilcoxon w	890.000
z	-3.483
Asymp.sig. (2-tailed)	0.000

Tabel 4 menyajikan hasil analisis statistik mengenai pengaruh pemberian distraksi audio visual: kartun terhadap Tingkat kecemasan anak dengan hospitalisasi di Ruang Bougenville RSUD dr. Haryoto Lumajang. Nilai rerata Tingkat kecemasan anak pada kelompok control adalah 42.82 sedangkan rerata Tingkat kecemasan anak pada kelompok intervensi adalah 26.18. nilai uji statistik nonparametrik menggunakan uji mann whitney diperoleh nilai asymp. Sig. (2 tailed) sebesar .000, dengan nilai signifikan (P value) α sebesar 0,05. Dari uji diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa nilai $P_{value} \leq 0,05$ terdapat pengaruh pemberian intervensi distraksi audio visual kartun terhadap tingkat kecemasan anak dengan hospitalisasi di Ruang Bougenville RSUD dr Haryoto Lumajang.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Kontrol

Dari hasil penelitian, diperoleh data bahwa tingkat kecemasan awal pada sebagian besar responden anak dalam kelompok kontrol menunjukkan nilai rerata sebesar 56,24. Nilai minimum yang diperoleh adalah 50, sedangkan nilai maksimum mencapai 62. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak pada awalnya mengalami kecemasan yang cukup tinggi sebelum mendapatkan intervensi atau perlakuan tertentu. Kecemasan ini bisa dipahami sebagai respons alami anak terhadap situasi yang baru dan menakutkan, seperti rawat inap di rumah sakit (Fiteli et al., 2024). Data ini menjadi indikator awal penting untuk menilai perubahan setelah adanya intervensi yang dilakukan.

Pada pengukuran tingkat kecemasan akhir, kelompok kontrol menunjukkan penurunan yang cukup signifikan dengan nilai rerata sebesar 23,47. Nilai minimum yang

didapat adalah 13, dan nilai maksimum mencapai 30. Penurunan ini menandakan bahwa anak-anak mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah menjalani proses tertentu, yang bisa jadi melalui pemberian informasi, dukungan, atau prosedur tertentu dari tenaga kesehatan. Perubahan ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan mungkin cukup efektif dalam mengurangi kecemasan anak selama rawat inap. Hasil ini juga sejalan dengan teori bahwa penanganan yang tepat dapat membantu anak merasa lebih nyaman dan aman.

Hospitalisasi dapat menyebabkan perubahan sikap dan perilaku pada anak-anak, termasuk rasa takut terhadap lingkungan baru. Anak-anak cenderung merasa takut dan cemas ketika harus berada di lingkungan yang asing dan tidak familiar, seperti rumah sakit (Estiani et al., 2024; Faidah & Marchelina, 2022). Mereka juga bisa menunjukkan perilaku menangis secara berlebihan maupun agresif sebagai bentuk ekspresi ketakutan mereka. Selain itu, pengalaman ini dapat memicu munculnya depresi atau kemunduran perkembangan yang lebih serius jika tidak ditangani dengan tepat. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan dan orang tua untuk memahami dampak psikologis yang mungkin terjadi (Kartika et al., 2025; Perangin-angin et al., 2025).

Bagi anak, sakit, rawat inap, dan proses pengobatan merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan dan menakutkan. Mereka sering merasa terganggu dan cemas karena ketidakpastian serta rasa sakit yang mungkin timbul selama prosedur medis dilakukan. Pengalaman ini dapat meninggalkan trauma dan memperkuat rasa takut terhadap lingkungan rumah sakit di masa mendatang. Oleh karena itu, pendekatan yang empatik dan komunikatif sangat diperlukan untuk membantu mengurangi kecemasan yang dirasakan anak. Memberikan penjelasan yang sesuai usia juga dapat membantu anak merasa lebih tenang (Patantan et al., 2022).

Kecemasan sendiri didefinisikan sebagai pengalaman subyektif berupa perasaan tidak nyaman yang muncul dari penyebab yang tidak spesifik (Agustini et al., 2024). Menurut (Simarmata et al., 2025) menyatakan bahwa kecemasan adalah

respons emosional yang kompleks dan dapat mempengaruhi perilaku serta keadaan fisik anak. Pada anak usia pra sekolah, tingkat kecemasan bisa lebih tinggi karena kemampuan mereka dalam mengelola stres dan beradaptasi belum sepenuhnya berkembang. Mereka lebih mudah merasa takut dan cemas terhadap situasi yang tidak familiar, seperti rawat inap di rumah sakit (Faidah & Marchelina, 2022).

Menurut peneliti, anak usia pra sekolah lebih rentan mengalami stres akibat hospitalisasi. Mereka mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru di rumah sakit, yang sering kali asing dan menakutkan bagi mereka. Selain itu, prosedur invasif seperti injeksi, pemasangan infus, dan pengambilan sampel darah dapat menambah tingkat stres dan rasa sakit yang dirasakan anak. Ketidakmampuan anak dalam berkomunikasi dan mengungkapkan perasaan juga menjadi faktor yang memperparah kecemasan mereka. Oleh karena itu, pendekatan yang ramah dan komunikatif sangat diperlukan untuk membantu mereka beradaptasi dan merasa lebih aman..

2. Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Eksperimen Setelah Dan Sebelum Dilakukan Tindakan Distraksi Audio Visual:Kartun

Dari hasil penelitian, tingkat kecemasan awal pada kelompok eksperimen menunjukkan rerata sebesar 54,5, dengan nilai minimum 43 dan nilai maksimum 66. Setelah diberikan terapi audiovisual, tingkat kecemasan anak dalam kelompok ini mengalami penurunan signifikan, dengan rerata akhir sebesar 19,76. Nilai minimum pada pengukuran akhir adalah 10, dan nilai maksimum mencapai 26. Terapi audiovisual ini dilakukan dengan cara mengajak anak menonton film kartun selama menjalani perawatan di rumah sakit. Menurut Retnani (2019), terapi distraksi audiovisual ini efektif dalam membantu mengurangi kecemasan anak selama proses perawatan.

Manfaat dari terapi distraksi audiovisual adalah merangsang pelepasan hormon endorfin yang berfungsi menurunkan tingkat stres dan mengurangi rasa sakit pada anak (Adha et al., 2023; Agustini et al., 2024). Menurut (Ekasaputri & Arniyanti, 2022) menjelaskan bahwa metode ini dapat membantu menenangkan anak dan membuat mereka merasa lebih nyaman selama menjalani prosedur medis. Dengan adanya distraksi melalui tontonan yang menyenangkan, anak dapat

teralihkan dari perasaan takut dan cemas yang biasanya muncul selama proses pengobatan. Pendekatan ini menjadi alternatif non-farmakologis yang aman dan efektif untuk mengurangi kecemasan anak (Barus et al., 2024; Kunci, 2024).

Menurut peneliti, tingkat stres yang dialami anak setelah diberikan distraksi menonton animasi kartun mengalami penurunan yang signifikan. Distraksi ini diberikan sesaat sebelum tindakan medis, seperti injeksi bolus, dilakukan. Anak-anak, terutama usia prasekolah, sangat menyukai animasi kartun karena mereka terbiasa menonton film tersebut di rumah sebelum mengalami proses rawat inap. Unsur gambar, warna, dan cerita yang menarik dalam kartun mampu menarik perhatian mereka dan mengalihkan fokus dari ketakutan terhadap prosedur medis.

Animasi kartun memiliki dampak positif terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien anak yang menjalani rawat inap di ruang Bougenville RSUD dr Haryoto Lumajang. Anak-anak usia pra sekolah sangat menyukai tontonan animasi karena dapat menjadi metode distraksi nonfarmakologis yang aman dan menyenangkan. Melalui tontonan ini, mereka merasa seperti sedang berada di rumah dan tidak lagi fokus pada ketakutan terhadap prosedur medis yang sedang dilakukan. Penggunaan media ini dapat membantu menciptakan suasana yang lebih nyaman selama masa perawatan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa metode distraksi audiovisual, khususnya menonton kartun, efektif dalam mengurangi kecemasan anak selama rawat inap di rumah sakit. Anak-anak usia pra sekolah sangat merespon positif terhadap tontonan animasi karena sesuai dengan minat dan kemampuan mereka dalam berimajinasi. Dengan demikian, penggunaan media ini dapat menjadi strategi yang efektif dan mudah diterapkan di lingkungan rumah sakit sebagai upaya meningkatkan kenyamanan dan mengurangi stres anak. Pendekatan ini juga mendukung perawatan holistik yang memperhatikan aspek psikologis anak selama masa pengobatan.

3. Pengaruh Distraksi Audio Visual: Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata tingkat kecemasan akhir pada kelompok kontrol sebesar 42,82, sementara pada kelompok eksperimen yang telah diberikan distraksi audio visual berupa kartun, rata-rata tingkat kecemasannya turun menjadi 26,18. Penurunan ini signifikan secara statistik, dengan hasil uji Mann-Whitney menunjukkan nilai sig. 2 tailed sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Dari data ini dapat disimpulkan bahwa pemberian distraksi audio visual berpengaruh positif terhadap penurunan tingkat kecemasan anak selama hospitalisasi. Intervensi ini terbukti efektif dalam membantu mengurangi kecemasan anak secara signifikan.

Penelitian oleh (Ekasaputri & Arniyanti, 2022) mendukung temuan tersebut, menunjukkan bahwa menonton materi audio visual selama tiga kali sesi masing-masing 10 menit dapat meringankan kecemasan pada pasien anak usia prasekolah. Selain itu, penelitian oleh (Lestari & Suminar, 2024) juga menemukan bahwa terapi audiovisual mampu mengubah tingkat kecemasan pra operasi pada anak usia prasekolah. Kedua studi ini memperkuat bukti bahwa intervensi audiovisual memiliki efek positif dalam mengurangi kecemasan anak selama masa rawat inap.

Cara kerja terapi audiovisual, salah satunya, adalah dengan merangsang pelepasan hormon endorphin (Simarmata et al., 2025). Menurut Dewi, (2023) hormon ini berfungsi menghilangkan rasa sakit dan memberikan rasa tenang. Selain itu, terapi ini juga mampu menurunkan tekanan darah, memperlambat pernapasan, denyut nadi, serta detak jantung, dan mengubah gelombang otak menjadi keadaan yang lebih rileks. Secara fisiologis, proses ini membantu menenangkan sistem tubuh dan mengurangi persepsi rasa nyeri serta kecemasan yang dirasakan anak (Simarmata et al., 2025).

Menurut peneliti, distraksi audiovisual berupa kartun terbukti menjadi pendekatan efektif untuk menurunkan kecemasan anak saat menjalani prosedur medis, terutama selama proses hospitalisasi. Beberapa poin penting yang dapat dirangkum adalah kemampuan kartun menarik secara visual dan auditori untuk mengalihkan fokus anak dari lingkungan rumah sakit yang menakutkan. Selain itu, efek fisiologis positif seperti penurunan denyut nadi dan penurunan skala kecemasan juga menjadi indikator keberhasilan intervensi ini. Anak-anak yang sebelumnya tidak kooperatif cenderung

menjadi lebih tenang dan mudah diajak bekerjasama setelah diberikan tontonan kartun.

Cemas dan nyeri yang dialami anak merupakan faktor utama yang meningkatkan stres selama hospitalisasi. Teknik distraksi dengan pemberian tontonan animasi kartun sangat efektif dalam menurunkan kecemasan dan mengalihkan perhatian dari rasa nyeri yang dirasakan. Manfaat lainnya, dari sudut pandang tenaga kesehatan, adalah memudahkan pelaksanaan prosedur seperti injeksi bolus. Ketika anak lebih fokus menonton, impuls nyeri yang biasanya menyebabkan rasa sakit tidak sampai ke otak, sehingga anak tidak merasa nyeri dan tenaga kesehatan dapat melakukan tindakan keperawatan dengan lebih cepat dan aman (Barus et al., 2024; Estiani et al., 2024; Lestari & Suminar, 2024).

Namun, penggunaan distraksi audiovisual perlu dilakukan dengan bijak dan dalam pengawasan orang tua. Orang tua harus memastikan bahwa durasi screen time tidak berlebihan agar anak tidak mengalami ketergantungan terhadap gawai. Pemilihan video harus sesuai dengan usia dan perkembangan anak, serta tidak mengandung unsur kekerasan, pornografi, SARA, dan harus bersifat mendidik. Kebijakan dari orang tua sebagai pengawas sangat penting untuk memastikan penggunaan media ini memberikan manfaat optimal tanpa menimbulkan efek negative (Adha et al., 2023; Barus et al., 2024).

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, D. R., Wirakhmi, I. N., & Susanti, I. H. (2023). Pengaruh Teknik Distraksi Audiovisual Menonton Kartun Animasi Terhadap Nyeri Saat Pemasangan Infus Pada Anak Usia Prasekolah Di Rsud Ajibarang. *Health Journal "Love That Renewed,"* 11(2).
- Agustini, A., Ramadhan, M. R., & Rahmawati, A. (2024). Mengatasi Kecemasan Melalui Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft). 3(1).
- Apriani, D. G. Y., & Putri, D. M. F. S. (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*, 7(2), 74–83.
- Apriliana, N. A. F., & Hafidah, L. (2024). Pengaruh Terapi Bermain Clay Terhadap Penurunan Kecemasan Anak Prasekolah Akibat Hospitalisasi Di Ruang Edelweis Rsud Mohammad Noer Pamekasan. *Jurnal Sains Dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), 10–15.
- Athariq, M. A., Rahman, Z., Siagian, Y., & Kurniati, S. R. (2023). Hubungan Kehadiran Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Saat Dilakukan Tindakan Invasif Di Ruang Igd. *Excellent Health Jurnal*, 1(2).
- Barus, D. T., Purba, R., Girsang, R., & Ginting, S. (2024). Pengaruh Terapi Distraksi Audiovisual Terhadap Intensitas Nyeri Pada Prosedur Injeksi Anak Yang Hospitalisasi Di Rsu Sembiring Deli Tua. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 7(2).
- Dewi, M. K. (2023). Pengaruh Pijat Endorphin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Studi Kasus Pada Ibu Bersalin Di Pmb M Kota Bekasi. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), 3069–3077. <https://doi.org/10.55681/Sentri.V2i8.1339>
- Ekasaputri, S., & Arniyanti, A. (2022). Efektivitas Terapi Audio Visual (Film Kartun) Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 57–63. <https://doi.org/10.35816/Jiskh.V11i1.699>
- Estiani, M., Suparno, S., & Haryani, R. M. (2024). Penerapan Terapi Bermain Boneka Tangan Pada Anak Prasekolah Untuk Menurunkan Kecemasan Akibat Hospitalisasi. *Aulad: Journal On Early Childhood*, 7(3), 776–788. <https://doi.org/10.31004/Aulad.V7i3.758>
- Faidah, N., & Marchelina, T. (2022). Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Dirawat Di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 11(3), 218. <https://doi.org/10.31596/Jcu.V11i3.1207>
- Fiteli, I., Nurchayati, S., & Zukhra, R. M. (2024). Gambaran Respon Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Yang Pertama Kali Dirawat Inap Di Rumah Sakit. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 12(1), 84–110. <https://doi.org/10.33650/Jkp.V12i1.8220>
- Islamiyah, I., Dwi Novianti, A., & Anhusadar, L. (2024). Pengaruh Terapi Bermain Puzzel Untuk Penurunan Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 87–98. <https://doi.org/10.37985/Murhum.V5i1.409>
- Kartika, D. K., Tohar, A. A., & Lestari, Y. I. (2025). Peran Psikologis Bagi Caregiver Anak Yang Menjalani Hospitalisasi. *Indonesian Research Journal On Education*, 5(3), 477–486.
- Kunci, K. (2024). *Ansietas, Pre-Operasi, Terapi Distraksi Visual Menonton Video*. 7(2).
- Lestari, D. H., & Suminar, E. (2024). Efektivitas Teknik Distraksi Audiovisual Terhadap Derajat Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah. *Indonesian Journal Of Professional Nursing*, 5(1), 33. <https://doi.org/10.30587/Ijpn.V5i1.6461>
- Listiana, R., Kustriyani, M., & Sakti Widyaningsih, T. (2021). Caring Perawat Dengan Stres Hospitalisasi Pada Anak Pra Sekolah Di Ruang Rawat Inap Anak. *Jurnal Ilmiah*

- Ners Indonesia*, 2(2), 63–70.
<https://doi.org/10.22437/Jini.V2i2.15464>
- Patantan, R. I., Romantika, I. W., Narmawan, N., & Andas, A. M. (2022). Hubungan Pengalaman Dan Lama Rawat Dengan Kecemasan Pada Anak Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruang Rawat Inap Rs Benyamin Guluh Kolaka: Relationship Between Experience And Length Of Stay With Anxiety In Children Undergoing Hospitalization In The Inpatient Room At Benyamin Guluh Kolaka Hospital. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 263–267.
<https://doi.org/10.33084/Jsm.V8i3.4520>
- Perangin-Angin, N., Purba, S. W., Saragih, T. A., Wani, R., & Peranginangin, W. M. (2025). Tingkat Kecemasan Orang Tua Terhadap Dampak Hospitalisasi Pada Anak Di Rs Efarina Pematangsiantar. *Journal Of Midwifery*, 4(1).
- Simarmata, P. J., Barus, M., & Siallagan, A. M. (2025). Gambaran Tingkat Kecemasan Anak Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruangan Santa Theresia Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 8(2).
- Sriyanah, N., Efendi, S., Nurtleli, N., & Mardati, M. (2021). Hubungan Peran Serta Orang Tua Dengan Dampak Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Di Ruang Al-Fajar Rsud Haji Makassar. *An Idea Health Journal*, 1(1), 01–05.
<https://doi.org/10.53690/Ihj.V1i1.8>
- Ufiyah Ramlah. (2021). Gangguan Kesehatan Pada Anak Usia Dini Akibat Kekurangan Gizi Dan Upaya Pencegahannya. *Ana' Bulava: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(2), 12–25.
<https://doi.org/10.24239/Abulava.Vol2.Iss2.40>