



EFEKTIVITAS TERAPI MENDONGENG TERHADAP ANSIETAS ANAK PRASEKOLAH DENGAN BRONKITIS

Abi Agustino¹, Ayu Yuliani S², Zaitun³

¹ Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

² Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

³ Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Kata Kunci:

*Bronkitis, Ansietas,
Hospitalisasi, Terapi Bermain,
Mendongeng*

ABSTRAK

Latar Belakang: Bronkitis merupakan salah satu masalah pernapasan yang sering terjadi pada anak prasekolah dan dapat menimbulkan ketidaknyamanan, termasuk peningkatan kecemasan selama menjalani perawatan di fasilitas kesehatan yang dapat memperburuk kondisi dan menghambat proses perawatan. Pendekatan nonfarmakologis seperti terapi mendongeng dapat membantu menurunkan ansietas melalui distraksi dan stimulasi emosional positif.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan terapi bermain mendongeng dan mengetahui pengaruhnya terhadap tingkat ansietas pada anak usia prasekolah dengan bronkitis yang menjalani hospitalisasi.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Subjek terdiri dari dua anak usia prasekolah yang mengalami ansietas selama dirawat di RSUD Arjawinangun. Intervensi terapi mendongeng diberikan satu kali sehari selama lima hari. Pengukuran ansietas dilakukan menggunakan *Preschool Anxiety Scale* sebelum dan sesudah terapi.

Hasil: Subyek 1 mengalami penurunan ansietas 100%, sedangkan Subyek 2 mengalami penurunan sekitar 38%, menunjukkan bahwa keduanya memberikan respon positif namun dengan tingkat efektivitas yang berbeda. Kedua subyek menunjukkan respon positif terhadap terapi, meskipun dalam derajat yang berbeda.

Kesimpulan: Terapi bermain mendongeng efektif dalam menurunkan tingkat ansietas pada anak usia prasekolah dengan bronkitis selama hospitalisasi. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai alternatif non-farmakologis dalam praktik keperawatan anak untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kenyamanan emosional anak selama perawatan.

Keywords:

*Bronchitis, Anxiety,
Hospitalization, Play Therapy,
Storytelling*

ABSTRACT

Background: Bronchitis is a common respiratory problem in children and can cause discomfort, including increased anxiety during treatment in healthcare facilities, which can worsen the condition and hinder the treatment process. Non-pharmacological approaches such as storytelling therapy can help reduce

anxiety through distraction and positive emotional stimulation.

Objective: *This study aims to implement storytelling play therapy and determine its effect on anxiety levels in hospitalized children with bronchitis during pregnancy.*

Methods: *This study used a descriptive case study with a qualitative approach. The subjects were two children of gestational age who experienced anxiety during their hospitalization at Arjawinangun Regional Hospital. The storytelling therapy intervention was administered once daily for five days. Anxiety was measured using the Preschool Anxiety Scale before and after therapy.*

Results: *Subject 1 experienced a 100% reduction in anxiety, while Subject 2 experienced a 38% reduction, indicating that both responded positively but with varying degrees of effectiveness. Both subjects showed a positive response to therapy, albeit to varying degrees.*

Conclusion: *Storytelling play therapy was effective in reducing anxiety levels in children diagnosed with bronchitis during hospitalization. This intervention can be used as a non-pharmacological alternative to infanticide to reduce anxiety and improve children's emotional well-being during treatment.*

Korespondensi:
abiagustino06@gmail.com

PENDAHULUAN

Kesuksesan dalam meningkatkan kesehatan anak berperan penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan serta menciptakan generasi penerus bangsa yang unggul. Oleh karena itu, anak-anak perlu dipersiapkan dan dibimbing sejak dini agar dapat tumbuh dan berkembang dengan sehat secara fisik serta menjadi individu yang berkualitas. Upaya untuk meningkatkan kesehatan anak harus dimulai sejak dalam kandungan hingga melalui setiap tahap pertumbuhan dan perkembangan berikutnya ¹.

Berbeda jika anak tidak dalam kondisi sehat, pertumbuhan dan perkembangannya tidak akan berjalan secara optimal ². Jika sistem kekebalan tubuh anak melemah, anak-anak akan lebih rentan terhadap penyakit. Penyakit infeksi yang sering terjadi pada anak yaitu malaria, diare, HIV, TBC, dan pneumonia ³. Pada saat daya tahan tubuh anak menurun, penyakit infeksi sangat mudah menyerang anak usia prasekolah adalah diare, demam tifoid, demam berdarah, dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) ⁴. Salah satunya penyakit infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) yang banyak terjadi pada anak usia prasekolah ialah bronkitis.

Gangguan pada saluran pernapasan seperti ISPA, PPOK, pneumonia, dan bronkitis menurut WHO dalam Firamadani (2024) banyak terjadi pada anak-anak sekitar 157 juta kasus baru setiap tahunnya di seluruh dunia. Sebagian besar kasus tersebut, sekitar 96,7% terjadi di negara-negara berkembang. Kasus bronkitis paling banyak dilaporkan di India (43 juta kasus), diikuti oleh China (21 juta kasus), Pakistan (10 juta kasus), serta Bangladesh, Indonesia, dan Nigeria yang masing-masing melaporkan sekitar 6 juta kasus. Dari seluruh kasus bronkitis, antara 7 hingga 13 persen dikategorikan sebagai kasus berat yang memerlukan perawatan di rumah sakit ⁵.

Bronkitis merupakan kondisi peradangan atau iritasi pada saluran bronkus, yaitu saluran yang menghubungkan tenggorokan dengan paru-paru untuk mengalirkan udara. Gangguan ini

berlangsung dalam hitungan hari hingga berbulan-bulan. Gejala awalnya biasanya berupa batuk, yang kadang disertai dahak akibat peradangan di dinding bronkus. Jika segera tidak ditangani, bronkitis dapat memburuk dan berisiko berkembang menjadi pneumonia, dengan tanda-tanda seperti demam, nyeri dada, serta penurunan kesadaran ⁶. Sebagian besar kasus bronkitis pada anak sekitar 95%, disebabkan oleh infeksi virus. Sedangkan infeksi yang disebabkan oleh bakteri menyumbang sekitar 5% hingga 20% dari total kasus bronkitis akut ⁷.

Menurut Kemenkes RI (2022) adanya berbagai faktor yang dapat memicu bronkitis pada anak-anak. Faktor-faktor tersebut ialah individu yang sering terpapar asap rokok, baik secara aktif maupun pasif. Anak-anak di bawah usia lima tahun, karena termasuk kelompok rentan. Risiko akan meningkat apabila anak tidak mendapatkan imunisasi terhadap influenza atau pneumonia. Selain itu, paparan debu dari lingkungan memperbesar kemungkinan terkena bronkitis. Kondisi tubuh dengan sistem kekebalan yang lemah juga berperan dalam meningkatkan risiko terhadap infeksi ini ⁶.

Dampak anak yang terkena bronkitis akan mengalami batuk yang berlangsung lama dan terus-menerus. Peradangan yang terjadi menyebabkan pembengkakan serta perubahan pada jaringan paru-paru, yang akhirnya mengganggu proses pernapasan dan memicu sesak napas. Selain itu, kondisi ini juga sering disertai dengan munculnya bunyi napas seperti ronki atau wheezing. Serta demam sebagai respon tubuh terhadap infeksi ⁵. Apabila penyakit tidak segera ditangani, maka akan berisiko terjadinya komplikasi antara lain, atelectasis atau bronkiektasis, infeksi berulang, pleuritis dan efusi pleura, otitis media atau sinusitis, dan gagal napas ⁷.

Adanya tanda dan gejala yang sudah dibahas sebelumnya, anak usia prasekolah harus dibawa ke rumah sakit agar diberikan perawatan khusus. Anak dengan bronkitis akan diberikan perawatan di rumah sakit seperti, suction, terapi oksigen, diberikan nebulizer, pembatasan aktivitas atau imobilisasi agar tidak sesak napas, pemberian cairan infus, dan pemberian obat antibiotik. Sehingga menimbulkan ketidaknyamanan pada anak. Selain dampak secara kesehatan fisik, bronkitis juga memberikan dampak secara psikologis seperti ansietas akibat rawat inap di rumah sakit atau hospitalisasi yang dikarenakan lingkungan rumah sakit yang baru dan tidak familiar, perpisahan dari orang tua, kurangnya informasi yang memicu ketakutan terhadap prosedur medis, serta ansietas terhadap rasa sakit selama proses pengobatan ⁸.

Anak usia prasekolah mengalami ansietas akibat hospitalisasi dapat menyebabkan anak menolak makan, menangis pelan-pelan, merasa malu, bersalah dan takut, dan akan bereaksi agresif pada saat ingin dilakukan tindakan medis sehingga akan menyulitkan perawat dan dokter ⁸. Data menunjukkan ansietas pada anak selama hospitalisasi bervariasi antar negara, yaitu antara 3-10% di Amerika Serikat, 3-7% di Jerman, dan 5-10% di Kanada ⁹. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh A'diilah & Somantri (2016) reaksi yang ditunjukkan oleh anak usia prasekolah yang mengalami ansietas akibat hospitalisasi ialah menolak perhatian dari orang lain, anak tidak aktif, tidak tertarik, dan anak cenderung menarik diri ¹⁰. Selain itu, ansietas memicu pelepasan hormon Corticotrophic Releasing Hormone (CRH) dari hipotalamus. Hormon ini selanjutnya memicu pelepasan Adenocorticotrophic Hormone (ACTH) dari kelenjar hipofisis, yang selanjutnya memicu produksi kortisol oleh korteks adrenal. Kadar kortisol yang meningkat dapat melemahkan sistem imun dan menghambat proses penyembuhan pada anak ¹¹.

Menurunkan ansietas pada anak usia prasekolah dapat diterapkan melalui intervensi farmakologis maupun non-farmakologis. Intervensi farmakologis dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan pada pola tidur atau rasa kantuk yang berlebihan, gangguan pada

gastrointestinal seperti mual, gangguan pencernaan, mulut kering, terjadinya pediatric behavioral activation syndrome yang membuat anak menjadi hiperaktif atau mania, terjadinya serotonin syndrome, dan peningkatan risiko pikiran atau perilaku bunuh diri¹². Efek samping tersebut menjadi kekhawatiran para orang tua. Sementara itu, terdapat juga tindakan non farmakologis yang tidak menyebabkan ketergantungan terhadap obat antidepresan, dan mengajarkan anak untuk mengenali serta mengatur ansietas secara mandiri pada anak. Terapi non farmakologis dilakukan dengan pendekatan secara holistik yang melibatkan keluarga dan lingkungan sosial anak, sehingga anak dapat memperkuat hubungan emosional dan memberikan kenyamanan untuk psikologisnya yang dapat mendukung proses pemulihan. Cara-cara yang dapat dilakukan untuk menurunkan ansietas yaitu, persiapan hospitalisasi seperti memberikan informasi secara verbal dan tertulis, mencegah dan mengurangi perpindahan sehingga diharapkan orang tua dapat turut berpartisipasi dalam proses pengobatan, mempertahankan rutinitas anak, mencegah serta mengurangi ansietas terhadap cedera fisik dan rasa nyeri, penataan ruang rawat inap agar anak merasa familiar, dan melakukan terapi bermain².

Terapi bermain menjadi salah satu alternatif yang dapat diterapkan untuk menurunkan ansietas akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah¹⁰. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh A'diilah & Somantri (2016) terapi bermain meningkatkan kekooperatifan anak dan mampu menurunkan tingkat ansietas pada anak usia prasekolah yang dirawat di rumah sakit¹⁰. Terapi bermain yang sudah banyak digunakan dalam praktik keperawatan ialah menggambar, mendengarkan musik, dramatic play, puppets, pet therapy, dan mendongeng¹³.

Terapi mendongeng memiliki kelebihan jika dibandingkan dengan terapi yang lain. Anak usia prasekolah secara naluriah menikmati mendengarkan cerita¹⁴. Terapi mendongeng juga dapat mengubah pandangan negatif mereka tentang hospitalisasi menjadi lebih positif dan dapat menambah pemahaman anak terhadap situasi yang sedang dihadapi melalui alur cerita yang telah diatur, meningkatkan rasa percaya anak kepada perawat, dan meningkatkan imajinasi¹⁰. Serta terapi mendongeng menjadi metode yang sangat efektif bagi anak-anak dengan keterbatasan energi untuk bermain. Sehingga terapi mendongeng sangat cocok diberikan pada pasien anak dengan penyakit bronkitis karena anak dapat imobilisasi atau tetap tenang pada tempatnya sehingga anak dengan penyakit bronkitis tidak sesak napas.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh A'diilah & Somantri (2016) mengenai efektivitas terapi mendongeng terhadap kecemasan anak usia toddler dan prasekolah saat tindakan keperawatan dari 15 sampel untuk tiap kelompok diketahui skor kecemasan awal anak berada dalam rentang 7-9 yang berarti tingkat kecemasan cukup tinggi. Setelah dilakukan terapi mendongeng pada anak usia toddler memiliki rata-rata skor kecemasan 4,40 sedangkan untuk anak usia prasekolah memiliki rata-rata skor kecemasan sebesar 1,87. Terapi mendongeng sangat efektif dalam menurunkan kecemasan pada anak¹⁰. Kemudian, hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Pawiliyah & Marlenis (2019) mengenai pengaruh terapi bermain mendongeng dengan penurunan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi dari 20 sampel yang diteliti, mayoritas mengalami ansietas berat sebesar 85% sebelum diberikan terapi mendongeng. Namun, setelah menjalani terapi bermain, tingkat ansietas pada sebagian besar anak menurun menjadi ansietas sedang, yaitu sebesar 60%¹⁴.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi mendongeng efektif dalam menurunkan ansietas pada anak akibat hospitalisasi. Namun saat ini, penelitian di Indonesia yang terkait dengan terapi mendongeng tidak spesifik menyebutkan untuk penyakit bronkhitis di Indonesia.

Sementara kondisi anak dengan bronkitis selain mengalami gangguan secara fisik, juga mengalami gangguan secara psikologis seperti ansietas⁸. Berdasarkan fenomena di atas, penelitian ini penting karena dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi manajemen ansietas pada anak selama hospitalisasi, khususnya pada kasus bronkitis. Terapi mendongeng dapat menjadi alternatif intervensi non farmakologis yang efektif bagi perawat dan tenaga medis di rumah sakit. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan menjadi landasan untuk pengembangan panduan terapi bermain di lingkungan rumah sakit. Karena hak tersebut, penulis memandang penting untuk melakukan studi kasus mengenai implementasi terapi bermain mendongeng pada anak usia prasekolah dengan bronkitis yang mengalami ansietas karena hospitalisasi.

METODE

Penelitian ini menggunakan studi kasus kualitatif dua subjek yang bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan antar variabel, khususnya dalam menelaah perubahan tingkat ansietas pada anak usia prasekolah sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain dengan teknik mendongeng. Pendekatan ini digunakan untuk memahami perbedaan respons emosional, perilaku, dan fisiologis dari masing-masing subjek selama masa hospitalisasi. Dengan menggunakan pendekatan ini, penulis dapat menggambarkan secara rinci perubahan psikologis yang terjadi pada anak selama proses perawatan di rumah sakit.

Sampel dalam penelitian ini adalah dua anak usia prasekolah yang berusia antara tiga hingga enam tahun dengan diagnosis bronkitis. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu sesuai dengan tujuan penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari beberapa alat, yaitu format dokumentasi keperawatan, Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi bermain mendongeng, buku dongeng yang digunakan sebagai media intervensi, dan kuesioner *Preschool Anxiety Scale*. Instrumen ini disesuaikan dengan kebutuhan penelitian dan karakteristik subjek anak usia prasekolah. *Preschool Anxiety Scale* dipilih karena telah teruji validitas dan reliabilitasnya dalam menilai gejala kecemasan pada anak usia 2–6 tahun sebagaimana diteliti oleh Broeren & Muris (2008)¹⁵. Setiap instrumen digunakan secara konsisten selama proses pengambilan data berlangsung agar hasil yang diperoleh akurat dan dapat dipertanggungjawabkan.

Prosedur pengambilan data dilakukan dalam tiga tahap. Tahap pertama, yaitu tahap pra karya tulis ilmiah, dimulai dengan penentuan topik dan intervensi yang relevan berdasarkan referensi ilmiah. Penulis menyusun proposal karya tulis ilmiah hingga proses sidang proposal, mempersiapkan instrumen yang dibutuhkan, dan mengurus perizinan ke rumah sakit tempat penelitian. Semua persiapan dilakukan secara sistematis agar pelaksanaan penelitian di lapangan berjalan sesuai rencana dan standar etika yang berlaku. Tahap kedua adalah tahap pengambilan data, dimulai dengan pengajuan kaji etik kepada pihak rumah sakit. Setelah itu, penulis mencari dua anak usia prasekolah yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Penulis kemudian menjelaskan tujuan dan prosedur intervensi kepada anak dan orang tua, serta memberikan informed consent untuk ditandatangani. Setelah kontrak waktu pelaksanaan disepakati, penulis melakukan pengukuran tingkat ansietas awal menggunakan kuesioner *Preschool Anxiety Scale* dan memulai terapi bermain mendongeng. Terapi dilakukan satu kali sehari selama lima hari berturut-turut dengan durasi 15 menit per sesi dan dilaksanakan pada pukul 10.00 WIB. Intervensi diberikan kepada kedua subjek secara bergantian namun konsisten dalam hal waktu dan teknik penyampaian. Setelah lima hari intervensi, penulis kembali melakukan pengukuran tingkat ansietas dengan alat ukur yang sama untuk mengetahui adanya perubahan yang terjadi. Selanjutnya, penulis mengumpulkan data tambahan dari hasil observasi langsung dan wawancara terhadap orang tua subjek. Tahap ketiga adalah tahap penyusunan

karya tulis ilmiah, yang meliputi proses analisis dan pelaporan hasil penelitian. Penulis menyusun data yang telah diperoleh secara sistematis dan lengkap sesuai dengan pedoman penulisan karya tulis ilmiah. Selain itu, penulis juga melampirkan dokumentasi kegiatan seperti foto, catatan harian, serta mengikuti bimbingan yang dilakukan secara berkala bersama dosen pembimbing. Seluruh proses diakhiri dengan pelaksanaan ujian sidang akhir sebagai bentuk pertanggungjawaban akademik.

Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan pendekatan kualitatif tidak terstruktur yang disajikan dalam bentuk narasi. Proses analisis dimulai sejak tahap pengumpulan data dan berlangsung hingga data selesai dikumpulkan seluruhnya. Data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan studi dokumentasi dikaji dan dibandingkan dengan teori atau standar keperawatan yang relevan. Hasil analisis ini digunakan untuk menjawab rumusan masalah dan mendeskripsikan pengaruh terapi bermain mendongeng terhadap penurunan tingkat ansietas pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi.

Etika pengambilan data dalam penelitian ini dilaksanakan secara menyeluruh dan mengacu pada enam prinsip dasar. Pertama, informed consent diberikan oleh orang tua atau wali setelah mendapatkan penjelasan lengkap tentang tujuan dan prosedur penelitian. Kedua, anonymitas dijaga dengan tidak mencantumkan nama asli subjek dalam laporan hasil penelitian dan menggantinya dengan inisial. Ketiga, confidentiality diterapkan dengan menjaga kerahasiaan seluruh data subjek yang diperoleh selama proses penelitian berlangsung. Keempat, veracity ditegakkan melalui penyampaian hasil secara jujur dan transparan tanpa manipulasi data. Kelima, prinsip non-maleficence dijalankan dengan memastikan bahwa setiap tindakan intervensi yang diberikan tidak menimbulkan bahaya atau kerugian bagi anak. Keenam, fidelity dipegang dengan komitmen penulis untuk memenuhi setiap perjanjian dan kesepakatan yang telah dibuat bersama subjek dan keluarganya. Keenam prinsip ini diterapkan secara konsisten selama seluruh tahapan penelitian berlangsung untuk memastikan integritas dan kelayakan etis dari penelitian ini.

HASIL

Tabel 1. Skor Ansietas Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi mendongeng

Subyek	Skor Awal	Skor Akhir	Penurunan	Presentase
1	14	0	14	100%
2	29	18	11	38%

Hasil pengukuran menunjukkan bahwa kedua subyek mengalami penurunan tingkat ansietas setelah diberikan terapi mendongeng. Subyek 1 yang awalnya berada pada dengan skor 14 mengalami penurunan skor menjadi 0, sehingga tidak menunjukkan tanda ansietas setelah terapi. Penurunan ini setara dengan 100%, menunjukkan respons yang sangat baik. Subyek 2 dengan skor 29, sedangkan setelah terapi, skor ansietas menurun menjadi 18. Penurunan sebesar 11 poin ini setara dengan sekitar 38%, yang menunjukkan bahwa terapi mendongeng juga memberikan efek positif meskipun tidak sebesar pada subyek 1.

Implementasi pada subjek 1 dilakukan mulai tanggal 9 hingga 13 Mei 2025. Sebelum pelaksanaan terapi bermain mendongeng, penulis terlebih dahulu mengukur tingkat ansietas dan diperoleh total skor sebesar 14, yang termasuk dalam kategori ansietas ringan. Selama hari pertama terapi, subjek memperhatikan namun masih sering melirik ke sekeliling, kontak mata dengan penulis terbatas, serta menjawab pertanyaan dengan suara pelan. Pada hari kedua, subjek mulai terlihat lebih tenang, memperhatikan dan mengikuti alur cerita, serta mulai berani menjawab meskipun masih pelan. Hari ketiga, subjek tampak lebih antusias dan duduk dalam posisi rileks, memberikan respon aktif terhadap cerita, serta

bertanya mengenai karakter cerita. Hari keempat, subjek menunjukkan semangat, mendengarkan dengan penuh perhatian dan menanggapi cerita secara langsung. Pada hari kelima, subjek sangat aktif, tampak percaya diri, serta banyak tersenyum selama sesi berlangsung. Setelah pelaksanaan lima hari, skor ansietas subjek 1 menurun menjadi 0, yang masih termasuk dalam kategori ansietas ringan. Subjek 2 dilakukan implementasi terapi mulai tanggal 15 hingga 19 Mei 2025. Pada hari pertama, sebelum pelaksanaan terapi, tingkat ansietas diukur dan diperoleh skor sebesar 29, yang termasuk dalam kategori ansietas sedang. Selama sesi awal, subjek terlihat sangat gelisah, sering memainkan tangan dan menggerakkan kaki, sulit fokus terhadap cerita, dan menunjukkan kontak mata yang sangat terbatas. Pada hari kedua, subjek masih tampak gelisah, namun mulai menunjukkan ketertarikan terhadap cerita meskipun belum merespon secara verbal. Hari ketiga, subjek tampak lebih nyaman, mulai mengangguk saat ditanya dan menjawab meskipun dengan suara pelan, serta tidak menunjukkan tanda-tanda gelisah berlebihan seperti sebelumnya. Hari keempat, subjek tampak lebih antusias, menjawab pertanyaan dengan kalimat yang lebih lengkap, serta menunjukkan rasa ingin tahu. Pada hari kelima, subjek terlihat lebih nyaman dan percaya diri, aktif merespon cerita, kontak mata semakin stabil, dan suara menjadi lebih jelas dan lancar. Setelah lima hari intervensi, tingkat ansietas subjek 2 menurun menjadi skor 18, yang tergolong ke dalam kategori ansietas ringan.

Subjek 1 menunjukkan perubahan setelah diberikan intervensi terapi bermain mendongeng. Sebelum intervensi, pengukuran tingkat ansietas menggunakan *Preschool Anxiety Scale* menunjukkan skor 14, yang dikategorikan sebagai ansietas ringan. Skor tersebut diperoleh berdasarkan berbagai indikator seperti rasa takut terhadap rumah sakit, rasa takut melihat dokter dan perawat, rasa takut jika ditinggal oleh keluarganya, serta gejala fisik seperti tampak gelisah, tampak tegang, muka tampak pucat, dan peningkatan frekuensi nadi dan napas. Semua gejala ini merupakan refleksi dari ansietas yang dialami oleh subjek selama proses hospitalisasi. Setelah dilakukan intervensi selama lima hari berturut-turut, terjadi perubahan yang cukup besar pada kondisi emosional dan fisik subjek. Pengukuran ulang menggunakan *Preschool Anxiety Scale* menunjukkan skor sebesar 0, yang masih termasuk dalam kategori ansietas ringan namun menunjukkan penurunan dari skor sebelumnya. Hasil tersebut didapatkan karena subjek tidak lagi menunjukkan rasa takut terhadap dokter dan perawat, tidak menunjukkan kecemasan berlebih terhadap perawatan rumah sakit, memiliki ekspresi wajah yang lebih rileks, serta kondisi fisik yang tampak lebih tenang. Subjek juga tidak tampak gelisah, warna wajah membaik, dan frekuensi nadi serta napas kembali berada dalam rentang normal. Subjek 2 juga menunjukkan penurunan tingkat ansietas setelah mendapatkan intervensi terapi bermain mendongeng. Sebelum terapi, skor yang diperoleh adalah 29 dan dikategorikan sebagai ansietas sedang. Skor tersebut ditentukan karena subjek menunjukkan berbagai respon emosional dan fisik, seperti rasa takut yang berlebihan terhadap proses perawatan di rumah sakit, takut terhadap dokter dan perawat, takut sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya, takut terhadap lingkungan asing, serta sangat takut jika ditinggal oleh orang tuanya. Selain itu, subjek tampak tidak tenang, kesulitan berkonsentrasi, sering menghela napas panjang, menunjukkan ekspresi wajah yang tegang, serta mengalami peningkatan frekuensi nadi dan napas. Setelah pelaksanaan terapi selama lima hari, dilakukan kembali pengukuran tingkat ansietas menggunakan *Preschool Anxiety Scale*. Hasil pengukuran menunjukkan penurunan skor menjadi 18, yang termasuk dalam kategori ansietas ringan. Meskipun subjek masih menunjukkan sedikit rasa takut terhadap dokter dan perawat, serta perawatan di rumah sakit, namun secara keseluruhan gejala ansietas telah berkurang. Subjek tampak lebih tenang, menunjukkan kontak mata yang lebih baik, lebih fokus dalam beraktivitas, serta lebih percaya diri dan aktif dalam merespons kegiatan. Perubahan ini menunjukkan bahwa terapi bermain mendongeng mampu menurunkan tingkat ansietas yang dialami oleh anak usia prasekolah selama hospitalisasi.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat kesenjangan yang ditemukan pada kedua subjek, yaitu ditemukan perbedaan tingkat ansietas pada awal pengkajian. Pada awal pengkajian subjek 1 menunjukkan tingkat ansietas ringan, sedangkan subjek 2 menunjukkan tingkat ansietas sedang. Kemudian setelah dilakukan terapi bermain mendongeng selama 5 hari berturut-turut, dan dilakukan pengukuran tingkat ansietas kembali subjek 1 tidak lagi mengalami ansietas, sedangkan subjek 2 mengalami penurunan tingkat ansietas, dari tingkat ansietas sedang menjadi ansietas ringan. Kesenjangan lain yang terlihat pada perbedaan jenis kelamin antara kedua subjek, di mana subjek 1 adalah perempuan dan subjek 2 adalah laki-laki. Perbedaan jenis kelamin ini menjadi salah satu faktor pembeda yang tampak dalam respon awal subjek terhadap terapi bermain mendongeng serta keterlibatan mereka selama pelaksanaan intervensi. Selain itu, meskipun durasi dan waktu pelaksanaan terapi sama, subjek 1 menunjukkan keterlibatan aktif lebih cepat, sedangkan pada subjek 2, dibutuhkan waktu lebih lama untuk membangun kenyamanan selama sesi. Pendekatan yang digunakan juga berbeda, di mana pada subjek perempuan pendekatan dapat dilakukan secara langsung, sementara pada subjek laki-laki pendekatan dilakukan lebih bertahap dan dengan penguatan emosional secara berulang.

PEMBAHASAN

Subjek dengan bronkitis sering mengalami gejala fisik seperti batuk terus-menerus dan sesak napas, yang memerlukan tindakan medis seperti pemberian nebulizer, antibiotik, suction, serta pembatasan aktivitas. Prosedur tersebut dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan ketakutan pada anak, terutama ketika dilakukan secara berulang. Hal ini dapat memicu munculnya ansietas selama masa hospitalisasi, karena anak merasa cemas terhadap kondisi fisiknya maupun terhadap prosedur medis yang dijalani. Hal ini sejalan dengan buku yang ditulis oleh Damanik & Sitorus (2019) bahwa selain dampak secara kesehatan fisik, bronkitis juga memberikan dampak secara psikologis seperti ansietas akibat rawat inap di rumah sakit atau hospitalisasi yang dikarenakan lingkungan rumah sakit yang baru dan tidak familiar, perpisahan dari orang tua, kurangnya informasi yang memicu ketakutan terhadap prosedur medis, serta ansietas terhadap rasa sakit selama proses pengobatan⁸. Oleh karena itu, terapi bermain yang tepat untuk menurunkan ansietas pada anak bronkitis ialah terapi bermain mendongeng, karena aktivitas ini bersifat pasif, menyenangkan, dan tidak membebani kondisi fisik anak.

Berdasarkan gambaran pelaksanaan, implementasi terapi bermain (mendongeng) selama 5 hari berturut-turut sekali sehari selama 15 menit efektif menurunkan tingkat ansietas pada kedua subjek. Subjek 1 mengalami penurunan dari ansietas ringan dengan skor 14 menjadi ansietas ringan dengan skor 0, disertai perubahan perilaku menjadi lebih tenang dan percaya diri. Subjek 2 menunjukkan penurunan dari ansietas sedang dengan skor 29 menjadi ansietas ringan dengan skor 18, disertai peningkatan fokus, kenyamanan, dan respons aktif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Musviro et al. (2023) yang menunjukkan bahwa sesi mendongeng dengan durasi 10–20 menit yang dilakukan secara rutin selama beberapa hari berturut-turut efektif dalam menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi¹⁶.

Berdasarkan gambaran respon, setelah implementasi terapi bermain (mendongeng) selama 5 hari berturut-turut, terjadi perubahan respon pada kedua subjek. Subjek 1, yang awalnya mengalami ansietas ringan (skor 14), menunjukkan tanda-tanda seperti gelisah, tegang, takut terhadap dokter dan perawat, serta peningkatan frekuensi nadi dan napas. Setelah terapi, skor menurun menjadi 0, dan subjek tampak lebih tenang, rileks, tidak lagi takut terhadap tenaga medis, wajah lebih cerah, serta nadi dan napas dalam rentang normal. Hasil ini sejalan dengan penelitian A'dillah & Somantri (2016) yang menemukan bahwa terapi mendongeng efektif menurunkan skor kecemasan anak prasekolah dari tingkat cukup tinggi ke

tingkat lebih rendah¹⁰. Sementara itu, subjek 2 yang sebelumnya mengalami ansietas sedang (skor 29), menunjukkan ketakutan berlebihan terhadap lingkungan rumah sakit, dokter, perawat, serta kecemasan akan ditinggal orang tua. Ia tampak gelisah, sulit fokus, dan wajahnya tegang. Setelah terapi, skor menurun menjadi 18 (ansietas ringan), dan subjek mulai menunjukkan kenyamanan, lebih aktif merespon, suara lebih jelas, meskipun masih ada sedikit rasa takut terhadap rumah sakit dan tenaga medis. Temuan ini konsisten dengan Pawiliyah & Marlenis (2019) yang melaporkan bahwa 60% anak prasekolah mengalami penurunan ansietas dari berat ke sedang setelah terapi mendongeng¹⁴.

Berdasarkan analisa kesenjangan di atas, terapi bermain mendongeng menunjukkan efektivitas yang bervariasi pada kedua subjek, dimana Subjek 1 (perempuan) dengan ansietas ringan awal berhasil mencapai kondisi ansietas ringan dengan skor 0, sementara Subjek 2 (laki-laki) yang awalnya mengalami ansietas sedang hanya menunjukkan penurunan ke tingkat ringan setelah intervensi selama 5 hari. Perbedaan respon ini tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat keparahan ansietas awal, tetapi juga oleh faktor jenis kelamin dan karakteristik individu, dimana subjek perempuan menunjukkan keterlibatan lebih aktif dan adaptasi lebih cepat terhadap terapi dibandingkan subjek laki-laki yang membutuhkan pendekatan lebih bertahap dengan penguatan emosional berulang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Gerdes et al. (2022) tentang perbedaan respon emosional berdasarkan gender pada anak prasekolah, dimana anak perempuan umumnya lebih responsif terhadap intervensi berbasis komunikasi verbal seperti mendongeng¹⁷.

Secara psikologis dan neurofisiologis, terapi mendongeng bekerja dengan menstimulasi korteks prefrontal, area otak yang berperan dalam pengaturan emosi, perhatian, dan penilaian kognitif terhadap stres¹⁸. Aktivasi korteks prefrontal membantu menurunkan dominasi amigdala, pusat pemrosesan ketakutan dan kecemasan, sehingga respons stres fisiologis seperti peningkatan detak jantung dan ketegangan otot menjadi lebih terkendali¹⁹. Selain itu, alur cerita yang menarik memberikan distraksi terstruktur, membantu anak mengalihkan fokus dari prosedur medis atau ketidaknyamanan akibat bronkitis¹⁸. Ritme cerita dan intonasi suara yang lembut dapat merangsang pelepasan hormon relaksasi seperti oksitosin, yang berperan dalam menciptakan rasa aman¹⁸. Kombinasi aktivasi kognitif, distraksi emosional, dan modulasi fisiologis ini menjadikan terapi mendongeng sebagai intervensi komprehensif yang mampu menurunkan ansietas secara efektif pada anak prasekolah¹⁹.

Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun terapi bermain mendongeng efektif dalam menurunkan ansietas hospitalisasi, keberhasilannya dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor individual dan temuan ini memberikan kontribusi penting terhadap praktik *evidence-based nursing*, khususnya dalam penggunaan intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi ansietas pada anak. Terapi mendongeng terbukti menjadi pendekatan yang aman, mudah diterapkan, dan sesuai perkembangan anak prasekolah, sehingga dapat dijadikan salah satu intervensi keperawatan berbasis bukti dalam manajemen kecemasan anak dengan kondisi akut seperti bronkitis. Hasil penurunan ansietas pada kedua subyek memperkuat bukti bahwa intervensi berbasis komunikasi terapeutik dan stimulasi imajinasi efektif membantu regulasi emosi anak, serta layak direkomendasikan sebagai bagian dari standar asuhan keperawatan pediatri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Bronkitis pada anak usia prasekolah sering memerlukan perawatan di rumah sakit dan dapat menimbulkan ansietas akibat lingkungan asing, perpisahan dengan orang tua, serta prosedur medis yang tidak dipahami. Ansietas ini berdampak pada respon fisiologis dan psikologis yang dapat menghambat penyembuhan. Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi yang sesuai dengan perkembangan anak, seperti terapi bermain mendongeng. Terapi ini efektif karena dapat memberikan rasa aman, kenyamanan emosional, dan membantu anak menyalurkan kecemasan melalui cerita yang menyenangkan.

Terapi bermain mendongeng selama lima hari efektif menurunkan tingkat ansietas pada kedua subjek. Subjek 1 mengalami penurunan dari skor 14 menjadi 0, sedangkan subjek 2 dari skor 29 menjadi 18, disertai perubahan perilaku ke arah yang lebih positif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Musviro et al. (2023) yang menyatakan bahwa sesi mendongeng rutin selama 10–20 menit dalam beberapa hari berturut-turut efektif mengurangi kecemasan pada anak prasekolah yang dirawat di rumah sakit¹⁶. Dengan demikian, terapi ini terbukti memberikan dampak signifikan dalam menurunkan tingkat ansietas dan meningkatkan respon emosional positif pada kedua subjek.

Setelah pelaksanaan terapi mendongeng selama lima hari, terjadi perubahan respon pada kedua subjek. Subjek 1 mengalami penurunan ansietas dari skor 14 menjadi 0, disertai perubahan perilaku menjadi lebih tenang, rileks, dan tidak lagi takut terhadap tenaga medis. Hasil ini sesuai dengan penelitian A'dillah & Somantri (2016) yang menunjukkan bahwa terapi mendongeng efektif menurunkan kecemasan pada anak prasekolah¹⁰. Subjek 2 juga mengalami penurunan ansietas dari skor 29 menjadi 18, tampak lebih nyaman, aktif merespon, dan mulai berbicara dengan suara lebih jelas, meskipun masih menunjukkan sedikit kecemasan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Pawliyah & Marlenis (2019) yang menemukan bahwa sebagian besar anak prasekolah mengalami penurunan tingkat ansietas setelah mengikuti terapi mendongeng¹⁴.

Terapi bermain mendongeng menunjukkan efektivitas yang bervariasi pada kedua subjek. Subjek 1 (perempuan) dengan ansietas ringan awal berhasil mencapai skor 0, sedangkan subjek 2 (laki-laki) yang awalnya mengalami ansietas sedang hanya menunjukkan penurunan ke tingkat ringan setelah intervensi selama 5 hari. Perbedaan respon ini dipengaruhi oleh tingkat keparahan ansietas awal, jenis kelamin, dan karakteristik individu. Subjek perempuan menunjukkan keterlibatan lebih aktif dan adaptasi lebih cepat terhadap terapi dibandingkan subjek laki-laki yang membutuhkan pendekatan lebih bertahap dengan penguatan emosional berulang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Gerdes et al. (2022) mengenai perbedaan respon emosional berdasarkan gender, dimana anak perempuan umumnya lebih responsif terhadap intervensi berbasis komunikasi verbal seperti mendongeng. Hal ini mengindikasikan bahwa keberhasilan terapi bermain mendongeng dalam menurunkan ansietas hospitalisasi dipengaruhi oleh berbagai faktor individual¹⁷.

Penelitian ini bisa menjadi gambaran awal bahwa terapi bermain mendongeng bermanfaat untuk mengurangi ansietas pada anak prasekolah yang dirawat di rumah sakit. Disarankan agar melibatkan lebih banyak anak sebagai subjek agar hasilnya bisa mewakili lebih banyak kondisi anak. Selain itu, bisa juga dibandingkan dengan jenis terapi bermain lainnya untuk mengetahui mana yang paling efektif.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil. Pertama, jumlah subjek yang sangat terbatas hanya dua anak membuat temuan ini belum dapat digeneralisasikan ke populasi anak prasekolah secara luas. Kedua, durasi intervensi yang relatif singkat yaitu lima hari belum mampu menggambarkan konsistensi efek terapi mendongeng dalam jangka waktu lebih panjang. Ketiga, penelitian ini tidak melakukan pengukuran tindak lanjut sehingga efek jangka panjang, seperti ketahanan penurunan ansietas setelah pulang dari rumah sakit atau setelah terpapar prosedur medis berikutnya, belum dapat diketahui. Keterbatasan-keterbatasan ini menunjukkan perlunya penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat, jumlah sampel lebih besar, waktu intervensi lebih panjang, serta evaluasi follow-up untuk memperkuat bukti efektivitas terapi mendongeng sebagai intervensi keperawatan berbasis bukti.

Klien disarankan agar terus mengikuti terapi bermain mendongeng atau aktivitas menyenangkan lainnya yang bisa membantu mengurangi rasa cemas. Keluarga juga diharapkan selalu memberikan dukungan dan suasana yang tenang agar anak merasa nyaman selama perawatan. Selain itu, keluarga

dapat membantu dengan melakukan terapi bermain mendongeng secara mandiri di rumah apabila anak mengalami ansietas, sehingga dapat membantu mengurangi kecemasan dan membuat anak lebih rileks. Keluarga juga dianjurkan menemani dan memberikan perhatian lebih agar anak mudah beradaptasi dengan lingkungan rumah sakit maupun lingkungan baru lainnya. Institusi pendidikan, khususnya dalam bidang keperawatan, diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi untuk memperkaya materi pembelajaran tentang intervensi keperawatan anak, khususnya dalam pengelolaan ansietas melalui terapi bermain mendongeng.

REFERENCES

1. Solehuddin. Pelaksanaan perlindungan hukum terhadap pekerja anak yang bekerja di bidang konstruksi. Published online 2013.
2. Firmansyah H, Fetriyah UH, Pangesti NA. *Keperawatan Kesehatan Anak Berbasis Teori Dan Riset*. (Munandar A, ed.). CV. MEDIA SAINS INDONESIA; 2021.
3. UNICEF. Non-communicable diseases.
4. Rantung GM V, Renteng S, Simak VF, Bidjuni HJ. Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Anak Usia Pra Sekolah Dengan Intervensi Lintas Diare (Lima Langkah Tuntaskan Diare) Family Nursing Care For Preschool-Age Children With Lintas Diarrhea Intervention (Five Steps To Resolve Diarrhea). *Mapalus Nurs Sci J J Ilm Keperawatan Mapalus*. 2024;02(02):97-103.
5. Firamadani NF. *Intervensi manajemen jalan nafas pada an.a dengan bronkitis di Ruang Anak RS Universitas Muhammadiyah Malang*. Universitas Muhammadiyah Malang; 2024.
6. Kemenkes RI. Bronchitis.
7. Marni. Konsep dasar medis pada bronkitis. In: *Buku Ajar Keperawatan*. ; 2020.
8. Damanik SM, Sitorus E. *Buku Materi Pembelajaran Praktikum Keperawatan Anak*. Prodi DIII Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia 2019; 2019.
9. Rianti E, Sukmawati A. Studi Kasus: Penerapan Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Anak dengan Tindakan Invasif Masa Hospitalisasi. *Glob Heal Sci*. 2023;3(4):394-399.
10. A'diilah N, Somantri I. Efektifitas Terapi Mendongeng terhadap Kecemasan Anak Usia Toddler dan Prasekolah Saat Tindakan Keperawatan. *J Keperawatan Padjadjaran*. 2016;v4(n3):248-254. doi:10.24198/jkp.v4n3.4
11. Nurmayunita H, Hastuti AP. Pengaruh Terapi Bermain Clay Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak Usia 3-6 Tahun. *J Keperawatan Malang*. 2019;4(1):1-10. doi:10.36916/jkm.v4i1.77
12. Dwyer JB, Bloch MH. Antidepressants for Pediatric Patients HHS Public Access. *Curr Psychiatr*. 2019;18(9):26-42.
13. Ningsih NF, Mufidah A, Wilujeng AP. *Keperawatan Anak*. Vol 3. (Munandar A, ed.). CV. MEDIA SAINS INDONESIA; 2022.
14. Pawiliyah P, Marlenis L. Pengaruh Terapi Bermain Mendongeng dengan Penurunan Tingkat Kecemasan pada Anak Usia Pra Sekolah Akibat Hospitalisasi. *J Keperawatan Silampari*. 2019;3(1):271-280. doi:10.31539/jks.v3i1.788
15. Broeren S, Muris P. Psychometric evaluation of two new parent-rating scales for measuring anxiety symptoms in young Dutch children. *J Anxiety Disord*. 2008;22(6):949-958. doi:10.1016/j.janxdis.2007.09.008
16. Musviro, Wahyuningsih S, Desinta K. A. R. The Application of Storytelling Therapy in Reducing Anxiety in Preschool-Aged Children Experienced Hospitalization: Literature Review. *Heal Technol J*. 2023;1(1):48-56. doi:10.53713/htechj.v1i1.7
17. Gerdes ABM, Fraunfelter LA, Braband M, Alpers GW. Girls' Stuff? Maternal Gender Stereotypes and Their Daughters' Fear. *Front Psychol*. 2022;12(January). doi:10.3389/fpsyg.2021.741348
18. Oktavianto E, Pratiwi FY, Timiyatun E, Tinggi S, Kesehatan I, Global S. Usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi effectiveness of storytelling therapy on anxiety in preschool age perubahan status kesehatan yang memungkinkan mereka. 2024;12:1-10.
19. Legi JR, Sulaiman S, Purwanti NH. Pengaruh storytelling dan guided-imagery terhadap tingkat perubahan kecemasan anak usia prasekolah yang dilakukan tindakan invasif. *J Telenursing*. 2019;1(1):145-156. doi:https://doi.org/10.31539/joting.v1i1.496 PENGARUH