

Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Selama Pemberian Injeksi dengan Menggunakan Distraksi Audiovisual

Sardi Anto

Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Megarezky, Makassar, Indonesia; antosardi1@gmail.com (koresponden)

Kurniawan Amin

Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Megarezky, Makassar, Indonesia; kurniawanaminmrm@gmail.com

Herty Haerani

Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Megarezky, Makassar, Indonesia; hhaerani02@gmail.com

ABSTRACT

When preschool children fall ill, parents are sometimes unable to provide optimal care at home. Such circumstances force the child to receive intensive care in the hospital. Hospitalized children often experience anxiety due to medical interventions such as administering medication through injections. Many anxiety-reducing interventions in children are expected to be suitable for implementation in hospitals, one of which is audiovisual distraction using cartoons. The purpose of this study was to test the effectiveness of audiovisual distraction to reduce anxiety levels in preschool children during injection procedures. This study used a one-group pretest and posttest design, involving 15 preschool children undergoing hospitalization. They were given an audiovisual distraction intervention using cartoons, and anxiety levels were measured before and after the intervention using a facial image scale. Furthermore, a comparative analysis of anxiety levels between before and after the intervention was conducted using the Wilcoxon test. The analysis showed a p-value of 0.000, indicating a significant difference in anxiety levels between the study before and after the audiovisual distraction. Thus, it can be concluded that audiovisual distraction is an effective method for reducing anxiety in preschool children undergoing invasive procedures in the hospital.

Keywords: audiovisual distraction; anxiety level; preschool age

ABSTRAK

Ketika anak prasekolah jatuh sakit, terkadang orang tua tidak dapat memberikan perawatan maksimal di rumah. Keadaan yang seperti itu memaksa anak harus mendapatkan perawatan yang intensif di rumah sakit. Anak yang dirawat di rumah sakit sering merasa cemas akibat intervensi medis seperti pemberian obat melalui suntikan atau injeksi. Banyak intervensi penurunan kecemasan pada anak yang diharapkan cocok untuk diterapkan di rumah sakit, salah satunya adalah distraksi audiovisual menggunakan film kartun. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas distraksi audiovisual untuk menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama prosedur pemberian injeksi. Rancangan penelitian ini adalah *one group pretest and posttest*, yang melibatkan 15 anak pra sekolah yang menjalani perawatan di rumah sakit. Mereka diberi intervensi distraksi audiovisual menggunakan film kartun, dan pada fase sebelum dan sesudah pemberian intervensi tersebut dilakukan pengukuran tingkat kecemasan menggunakan *facial image scale*. Selanjutnya dilakukan analisis perbandingan tingkat kecemasan antara sebelum dan sesudah intervensi menggunakan uji Wilcoxon. Hasil analisis menunjukkan nilai $p = 0,000$ yang berarti bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan secara signifikan antara penelitian sebelum dan sesudah pemberian distraksi audiovisual. Dengan demikian bisa disimpulkan bahwa distraksi audio visual adalah metode yang efektif untuk menurunkan kecemasan anak prasekolah pada saat ini menjalani prosedur invasif di rumah sakit.

Kata kunci: distraksi audiovisual; tingkat kecemasan; usia prasekolah

PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah adalah anak yang berusia antara 3-6 tahun. Usia ini disebut sebagai *the wonder years*. Mereka senang belajar dan terus mencari tahu tentang bagaimana menjadi teman dan mengontrol tubuh, emosi serta pikiran mereka.⁽¹⁾ Ketika anak sakit, orang tua tidak dapat memberikan perawatan maksimal selama di rumah. Keadaan yang seperti itu memaksa anak harus mendapatkan perawatan yang intensif di rumah sakit. Anak yang menjalani perawatan di rumah sakit sering merasa cemas akibat intervensi medis yang diberikan seperti pemberian obat melalui intravena.⁽²⁾

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), proporsi anak yang menjalani hospitalisasi mencapai 45%, sedangkan di Jerman, 3% hingga 7% anak *toddler* dan 5% hingga 10% anak usia prasekolah. Menurut *United Nations Children's Fund* (UNICEF), setiap tahun dari 57 juta anak 75% menghadapi trauma berupa ketakutan dan kecemasan saat perawatan. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, proporsi anak usia prasekolah yang dirawat di rumah sakit adalah sebanyak 52,38% dan anak usia sekolah (7-11 tahun) sebanyak 47,62%.⁽³⁾ Untuk mengatasi peningkatan kecemasan ini, perawat harus mempertimbangkan kebutuhan anak saat memberikan intervensi yang sesuai seperti dukungan emosional, teknik relaksasi, atau terapi psikologis serta pengobatan yang disesuaikan dengan perkembangan anak.⁽⁴⁾

Salah satu terapi yang dapat digunakan dalam menurunkan kecemasan pada anak adalah distraksi. Distraksi dapat berupa distraksi visual, auditori, audiovisual, pernafasan dan kognitif.^(5,6) Terapi distraksi audiovisual dapat

menurunkan kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi, dengan pembuktian bahwa ada pengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah.⁽⁷⁾

Dari hasil studi pendahuluan di RSUP Tadjuddin Chalid Makassar terdapat pasien anak usia prasekolah yang menjalani rawat inap dari bulan Januari sampai April 2024 sebanyak 259 anak. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa perawat yang bertugas di ruang perawatan anak, didapatkan bahwa anak usia prasekolah yang menjalani perawatan di RSUP Tadjuddin Chalid Makassar mengalami kecemasan ditandai dengan merengek, menangis dan takut saat akan dilakukan tindakan seperti pemberian injeksi, sedangkan hasil dari wawancara dengan beberapa orang tua anak didapatkan bahwa kecemasan yang dialami oleh anak disebabkan karena lingkungan yang asing bagi mereka, terutama ketika berada di ruang perawatan, dimana kehadiran orang asing seperti dokter dan perawat dapat menimbulkan perasaan cemas dan tidak aman. Pemberian obat melalui suntikan atau injeksi juga dapat memperbesar kecemasannya karena rasa sakit atau ketidaknyamanan yang anak alami.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, maka diperlukan penelitian yang bertujuan untuk menguji efektivitas distraksi audiovisual menggunakan film kartun untuk menurunkan tingkat kecemasan anak usia prasekolah selama prosedur pemberian injeksi di rumah sakit.

METODE

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 Juli 2024 sampai 10 Agustus 2024 di ruang perawatan anak RSUP Tadjuddin Chalid Makassar, berupa studi eksperimental dengan rancangan *one group pretest and posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien anak yang sedang menjalani perawatan di ruang perawatan anak, dengan besar populasi 30 pasien. Adapun teknik pengambilan sampel menggunakan adalah *total sampling* sesuai dengan ukuran populasi, sehingga ukuran sampel adalah 30 pasien anak.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian distraksi audiovisual, sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan anak. Untuk mengukur tingkat kecemasan pada anak, peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa lembar pengukuran kecemasan *facial image scale* (FIS), yang diterapkan pada fase sebelum dan sesudah intervensi. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis secara deskriptif, lalu diteruskan dengan analisis perbandingan tingkat kecemasan antara sebelum dan sesudah intervensi distraksi audiovisual dengan menggunakan uji Wilcoxon.⁽⁸⁾

Etika penelitian yang selalu diterapkan dalam penelitian ini antara lain *informed concent*, *anonymity*, *confidentiality*, *fidelity*, *justice*, *the right to get protection*. Peneliti bersama tim berusaha dengan penuh komitmen untuk menjalankan semua prinsip etik tersebut.

HASIL

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa pasien anak didominasi oleh usia 3 sampai 4 tahun yaitu 60%. Sementara itu, jenis kelamin cukup berimbang, dengan sedikit lebih banyak laki-laki yaitu 53,3%.

Tabel 1. Distribusi umur dan jenis kelamin pasien anak usia prasekolah di RSUP Tadjuddin Chalid Makassar

Kategori		Frekuensi	Persentase
Usia	3-4 tahun	9	60
	5-6 tahun	6	40
Jenis Kelamin	Laki-laki	8	53,3
	Perempuan	7	46,7

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa tingkat kecemasan pasien anak usia prasekolah sebelum diberikan intervensi distraksi audiovisual lebih banyak pada level kecemasan sedang (73,3%), sedangkan setelah diberikan intervensi distraksi audiovisual terjadi tingkat kecemasan telah berubah dengan dominasi pada level kecemasan ringan (73,3%). Terlihat bahwa nilai p dari uji Wilcoxon adalah 0,000, sehingga diinterpretasikan bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan secara signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan distraksi audiovisual, dengan tingkat kecemasan lebih rendah pada fase sesudah pemberian intervensi, yang ditandai dengan nilai Z negatif ($Z = -3873$). Dengan demikian bisa dimaknai bahwa intervensi distraksi audiovisual berhasil menurunkan tingkat kecemasan pasien anak prasekolah yang mendapatkan penanganan invasif di rumah sakit.

Tabel 2. Distribusi tingkat kecemasan anak usia prasekolah sebelum dan sesudah diberikan distraksi audiovisual

Tingkat kecemasan	Sebelum distraksi audiovisual		Sesudah distraksi audiovisual	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	0	0	0	0
Kecemasan ringan	0	0	11	73,3
Kecemasan sedang	11	73,3	4	26,7
Kecemasan berat	4	26,7	0	0
Nilai Z	-3873			
Nilai p	0,000			

PEMBAHASAN

Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai dengan rencana yaitu melibatkan 15 pasien anak prasekolah di yang sedang menghadapi tindakan invasif di rumah sakit. Tingkat kecemasan pasien anak usia prasekolah sebelum diberikan distraksi audiovisual (menonton film kartun) yang terbanyak adalah pada level kecemasan sedang. Hal ini terlihat dari perilaku anak sebagai respon terhadap stress, seperti tampak khawatir dan takut dengan orang asing termasuk petugas kesehatan seperti perawat. Hal ini sejalan dengan penelitian lain bahwa tingkat kecemasan yang terbanyak adalah kecemasan sedang, tingkat kecemasan ini menunjukkan respon anak atas proses perawatan, anak berpisah dengan keluarga, menempati lingkungan yang asing serta menerima prosedur perawatan yang asing^(9,10) Tingkat kecemasan berat dialami oleh 4 responden. Kecemasan ini ditunjukkan dengan perilaku anak yang sulit untuk diajak kerjasama, menolak makan, menangis terus menerus dan selalu menolak untuk dilakukan tindakan serta takut ketika dilakukan tindakan. Sebagian besar penyebab kecemasan anak usia prasekolah adalah karena perpisahan, dan yang masuk kategori kecemasan berat ketika anak menunjukkan perilaku yang selalu tegang dan sampai terjadi kegelisahan.⁽¹¹⁾ Kecemasan yang dialami anak usia prasekolah selama masa perawatan merupakan masalah penting, karena jika tidak ditangani dapat mempengaruhi proses tumbuh kembang mereka. Tindakan invasif seperti pemasangan infus atau injeksi seringkali diperlukan dalam perawatan. Hal itu yang menimbulkan stres dan kecemasan pada anak. Sebelum melakukan prosedur tindakan, perawat biasanya menjelaskan prosedur kepada orang tua dan melakukan komunikasi terapeutik dengan anak. Namun, kondisi ini sering membuat anak panik dan cenderung melawan atau menolak pemasangan infus atau injeksi obat yang dapat menyebabkan trauma pada anak.^(5,12)

Salah satu terapi yang dapat digunakan dalam menurunkan kecemasan pada anak adalah distraksi. Distraksi adalah sistem aktivasi retikuler (*reticular activating system*) yang menghambat stimulasi menyakitkan jika seseorang menerima *input* sensorik yang cukup atau berlebihan. Distraksi dapat berupa distraksi visual, auditori, audiovisual, pernafasan dan kognitif.⁽⁷⁾ Peneliti berasumsi bahwa kecemasan pada anak selama dirawat di rumah sakit adalah masalah serius yang dapat mengganggu tumbuh kembang mereka. Prosedur medis *invasive* seperti infus atau injeksi, sering menimbulkan stress dan kecemasan. Meskipun perawat berusaha menjelaskan prosedur ini kepada orang tua dan anak, banyak anak tetap merasa takut dan melawan yang dapat menyebabkan trauma.⁽¹³⁾

Anak yang cemas menunjukkan reaksi seperti gelisah, menangis, dan berteriak. Peneliti juga berpendapat bahwa menonton film kartun dapat membantu mengurangi kecemasan anak, membuat mereka lebih nyaman dan juga menghindari kebosanan. Pendapat ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa menonton kartun dapat efektif mengurangi kecemasan pada anak.⁽¹⁴⁾ Penelitian lain juga menyatakan bahwa perlakuan terapi distraksi audiovisual berupa menonton kartun animasi mampu menurunkan tingkat kecemasan anak menjadi berkurang, anak akan menjadi lebih familiar dengan lingkungan rumah sakit serta anak tidak akan merasa jenuh karena waktu mereka ditemani dengan kegiatan menonton kartun animasi.⁽¹⁵⁾

Anak yang mengalami kecemasan pada level sedang masih terlihat rewel dan menunjukkan kecemasan pada saat akan dilakukan tindakan pemberian obat melalui suntikan atau injeksi. Kecemasan pada anak selama pemberian injeksi mengalami penurunan setelah diberikan distraksi audiovisual menggunakan film kartun. Distraksi audiovisual memiliki efek terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi, dalam hal ini setelah dilakukan intervensi mengalami penurunan kecemasan berat turun menjadi kecemasan ringan.⁽⁴⁾ Terapi distraksi tersebut dapat dilakukan dengan mengajak anak menonton video kartun dan video animasi untuk mengalihkan kecemasan pada anak usia prasekolah agar dapat memberikan efek positif dalam peningkatan imun tubuh dengan memberikan kesenangan, membentuk imajinasi, edukasi dan hiburan untuk sehingga kecemasan anak dapat berkurang selama proses perawatan. Semakin banyak sumber perhatian yang digunakan untuk distraksi semakin sedikit sumber daya yang tersedia untuk merasakan nyeri atau cemas.^(16,17)

Dalam penelitian ini, distraksi audiovisual berupa film kartun digunakan saat prosedur injeksi untuk mengurangi kecemasan anak. Pendapat yang mendukung metode ini menyatakan bahwa untuk menangani kecemasan pada anak, kita harus mencari sumber kecemasan, memberikan rasa aman dengan sikap tenang, membantu anak mengatasi kecemasannya dan mengalihkan perhatian mereka dengan aktivitas menarik atau latihan relaksasi.^(18,19) Terapi distraksi dengan menonton film kartun efektif dalam menurunkan kecemasan anak usia prasekolah saat tindakan injeksi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan anak usia prasekolah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi distraksi audiovisual.^(5,20)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan pemberian distraksi audiovisual ini, dapat diambil bahwa distraksi audiovisual merupakan metode yang efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien anak usia prasekolah selama pemberian prosedur injeksi di ruang perawatan anak RSUP Tadjuddin Chalid Makassar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sukatin S, Chofifah N, Turiyana T, Paradise MR, Azkia M, Ummah SN. Analisis perkembangan emosi anak usia dini. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*. 2020 Jun 30;5(2):77-90.
2. Balqis, Rofiqoh S. Application of audio visual distraction techniques for preschool children those who have anxiety due to the injection procedure. *Univ Res Colloquium*. 2022;214–21.
3. O'Grady NP, Alexander M, Burns LA, Dellinger EP, Garland J, Heard SO, et al. Guidelines for the prevention of intravascular catheter-related infections. *Am J Infect Control*. 2011;39(4 SUPPL.):S1–34.
4. Fatmawati L, Syaiful Y, Ratnawati D. Pengaruh audiovisual menonton film kartun terhadap tingkat kecemasan saat prosedur injeksi pada anak prasekolah. *J Heal Sci*. 2019;12(02):15–29.

5. Novitasari S, Weti, Ferasinta, Wati N. Penerapan atraumatik care: audiovisual terhadap penurunan kecemasan pada anak usia prasekolah. *J Keperawatan Silampari*. 2021;5:207–13.
6. Islamiyah I, Dwi Novianti A, Anhusadar L. Pengaruh terapi bermain puzzel untuk penurunan kecemasan hospitalisasi pada anak usia prasekolah. *Murhum J Pendidik Anak Usia Dini*. 2024;5(1):87–98.
7. Setyawati MB. Electronical games untuk mengatasi nyeri perawatan luka pada anak post operasi. *Report*. 2020;8(2):58-62.
8. Pinzon RT, Edi DWR. Metodologi penelitian kesehatan. Yogyakarta: Andi Offset; 2021.
9. Faidah N, Marchelina T. Tingkat kecemasan anak usia prasekolah yang dirawat di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. *J Keperawatan dan Kesehat Masy Cendekia Utama*. 2022;11(3):218.
10. Vanny TNP, Agustin WR, Rizqiea NS. Gambaran ketakutan anak usia prasekolah akibat hospitalisasi. *J Keperawatan 'Aisyiyah*. 2020;7(2):13–7.
11. Azam MN. Kecemasan pada anak prasekolah. *J VARIDIKA*. 2020;32(1):37–44.
12. Mulyono A, Indriyani P, Ningtyas R. Literatur review: pengaruh terapi distraksi audiovisual pada saat prosedur injeksi pada anak usia prasekolah saat hospitalisasi. *J Nurs Heal*. 2020;5(2):108–15.
13. Safari G, Azhar H. Pengaruh teknik distraksi film kartun terhadap tingkat kecemasan anak usia 4-6 tahun pre sirkumsisi di klinik. *Heal J*. 2019;7(2):29–37.
14. Liswaryana E. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi. *Golden Age J Pendidik Anak Usia Dini*. 2018;2(1):65–70.
15. Padila AY. Terapi story telling dan menonton animasi kartun terhadap ansietas. *J Telenursing*. 2019;1(1):51–66.
16. Wisnasari S, Utami YW, Susanto AH, Dewi ES. Keperawatan dasar: dasar-dasar untuk praktik keperawatan profesional. Malang: UB Press; 2021. 264 p.
17. Sinaga B, Nurvinanda R, Lestari IP. Pengaruh menonton video kartun terhadap tingkat kecemasan pada anak hospitalisasi. *J Penelit Perawat Prof*. 2024;6(5):2605–14.
18. Habiba RA, Triana KY, Ayu NMD. Pengaruh distraksi video film kartun terhadap kecemasan anak dengan bronkopneumonia yang dilakukan terapi inhalasi menggunakan nebulizer. *Pol. K. Makassar*. 2021;12(1):2087–122.
19. Nuraliev NA, Ruzmetov FN. Description of antiendotoxin immunity immunological properties in children diagnosed with microbe etiological diseases. *Int J Health Sci (Qassim)*. 2022;6(April):13592–601.
20. Kusumaningtiyas DPH, Priastana IKA. Pengaruh terapi bermain tebak gambar untuk menurunkan kecemasan pada pasien anak usia toddler akibat hospitalisasi di rumah sakit. *JPP: J Kesehat Poltekkes Palembang*. 2022;15(2):2654–3427.