

EFEKTIVITAS MENONTON VIDEO KARTUN TERHADAP TINGKAT NYERI SELAMA PROSEDUR INVASIF PADA ANAK SEKOLAH

Rini Wahyuni Mohamad¹, Nani Nurhaeni², Dessie Wanda³
Universitas Indonesia^{1,2,3}
riniwahyuni91@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas menonton video kartun terhadap tingkat nyeri pada anak sekolah selama prosedur invasif. Metode yang digunakan adalah *systematic review* melalui pencarian artikel pada *database Scopus, ProQuest, EBSCOhost, ScienceDirect, Embase, ClinicalKey, Wiley Online* dan *Google Scholar*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa tema yang diperoleh dari hasil studi literatur, diantaranya yaitu: 1) pemberian teknik distraksi menonton kartun animasi untuk menurunkan tingkat nyeri; 2) pengaruh terapi distraksi audiovisual pada saat prosedur invasif; 3) manfaat teknik distraksi; 4) tingkat nyeri pada anak. Simpulan, teknik distraksi menonton video kartun efektif dalam mengurangi nyeri selama prosedur invasif pada anak sekolah.

Kata Kunci: Anak Sekolah, Terapi Menonton Video kartun, Tingkat Nyeri

ABSTRACT

This study aims to analyze the effectiveness of watching cartoon videos on pain levels in school children during invasive procedures. The method used is a systematic review by searching for articles on the Scopus, ProQuest, EBSCOhost, ScienceDirect, Embase, ClinicalKey, Wiley Online and Google Scholar databases. The results showed that there were several themes obtained from the results of the literature study, including: 1) giving distraction techniques to watch animated cartoons to reduce pain levels; 2) the effect of audiovisual distraction therapy during invasive procedures; 3) the benefits of distraction techniques; 4) the level of pain in children. In conclusion, the distraction technique of watching cartoon videos is effective in reducing pain during invasive procedures in school children.

Keywords: School Children, Watching Cartoon Video Therapy, Pain Level

PENDAHULUAN

Nyeri didefinisikan sebagai pengalaman respon saraf sensori tidak menyenangkan yang berhubungan dengan kerusakan jaringan (Sari & Halim, 2017). Nyeri dapat disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya yaitu akibat dari tindakan prosedur invasif. Selama dirawat di Rumah sakit, anak akan memperoleh tindakan prosedur invasif dan perawatan yang sesuai dengan diagnosis penyakit dan kebutuhan dasarnya.

Salah satu tindakan prosedur invasif yang didapatkan oleh anak yang menjalani hospitalisasi yaitu pemasangan infus dan pengambilan darah. Pemasangan infus dan pengambilan darah akan menimbulkan rasa nyeri pada area penusukan jarum infus atau

jarum pada saat pengambilan darah. Nyeri pada anak saat dilakukan prosedur invasif yang tidak diatasi dengan baik dapat membuat anak tidak kooperatif dan menolak tindakan sehingga dapat menghambat proses pengobatan. Dampak jangka panjang yang dapat muncul jika nyeri anak tidak dikurangi atau ditangani adalah stres psikologis dan fisik yang diderita oleh anak, seperti insomnia, depresi, perubahan nafsu makan dan kelelahan (Pebriani & Irwadi, 2018). Penanganan nyeri pada anak dapat diatasi melalui manajemen nyeri farmakologi. Manajemen ini merupakan upaya atau strategi penyembuhan nyeri menggunakan obat-obatan anti nyeri. Tenaga medis yang dominan berperan dalam manajemen farmakologi adalah para dokter dan apoteker. Sedangkan manajemen nyeri non farmakologi merupakan strategi penyembuhan nyeri tanpa menggunakan obat-obatan tetapi lebih kepada perilaku *caring*. Adapun tenaga medis yang dominan berperan adalah para perawat karena bersentuhan langsung dengan tugas keperawatan.

Manajemen nyeri non farmakologi merupakan strategi penyembuhan nyeri tanpa menggunakan obat-obatan, tenaga kesehatan yang dominan berperan adalah para perawat karena bersentuhan langsung dengan tugas keperawatan (Wandini & Resandi, 2020). Teknik non farmakologi seperti distraksi memberikan dampak yang cukup berarti dalam manajemen nyeri dan dapat dikontrol oleh anak. Teknik distraksi efektif digunakan pada prosedur invasif yang menimbulkan nyeri seperti injeksi, pemasangan infus serta pengambilan darah, anak sangat mudah didistraksi atau dialihkan sehingga teknik distraksi dapat membantu dalam manajemen nyeri. Teknik ini bertujuan agar anak teralihkan dari rasa sakit yang dirasakannya (Wardah et al., 2020).

Manajemen nyeri atau tindakan untuk mengatasi nyeri yang biasa dilakukan perawat ruangan pada anak yaitu teknik latihan pengalihan, diantaranya adalah dengan menonton televisi, berbincang dengan orang lain dan mendengarkan musik, serta mengulangi hal yang sama sambil terus berkonsentrasi, sehingga pasien merasa nyaman, tenang dan rileks (Wandini & Resandi, 2020). Penelitian lain juga membuktikan bahwa terdapat pengaruh penerapan terapi distraksi audiovisual seperti menonton video kartun dalam menurunkan rasa nyeri pada anak saat dilakukan tindakan imunisasi (Sari et al., 2021).

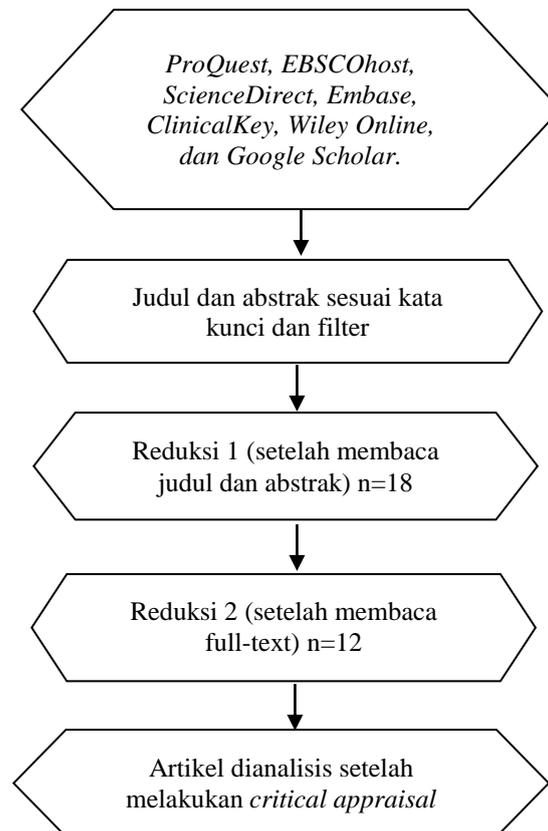
Media animasi berupa gambar yang bergerak disertai dengan suara dapat menarik perhatian anak sehingga teralihkan dari rasa sakit yang dirasakan (Rahayu & Darmawan, 2020). Teknik ini dapat menggunakan bantuan dari media elektronik seperti TV, Tablet, Handphone dan lain-lain tergantung dari usia anak, misalnya untuk anak usia dini dapat menggunakan media yang sesuai dengan usia anak agar anak dapat menikmati animasi kartun yang diberikan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian teknik distraksi pemutaran video kartun dalam menurunkan rasa nyeri pada anak yang menerima tindakan invasif. Distraksi yang dikaji pada studi ini adalah menonton video (audio visual) kartun. Pelaksanaan studi ini ditujukan untuk mengumpulkan informasi yang dapat digunakan sebagai acuan terkait metode yang efektif dalam mengurangi nyeri pada anak akibat prosedur invasif, sehingga dapat digunakan sebagai alternatif penanganan nyeri pada anak.

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kepustakaan, sumber data diperoleh dari data sekunder. Tinjauan secara sistematis dilakukan melalui identifikasi di *ProQuest*, *EBSCOhost*, *ScienceDirect*, *Embase*, *ClinicalKey*, *Wiley Online* dan *Google Scholar*. Kata kunci yang digunakan dalam melakukan pencarian yaitu *child AND cartoon AND pain*. Kriteria inklusi dalam pencarian yaitu studi yang diterbitkan antara 2012 dan 2021. Kriteria eksklusi yaitu penelitian dengan besar sampel kurang dari 20 orang dan artikel penelitian yang tidak bisa diakses dengan lengkap. Setelah dilakukan pencarian pada beberapa data base yang telah ditentukan, jumlah artikel yang diperoleh yaitu 389 artikel.

Peneliti pada tahap awal melakukan *screening* dengan membaca judul dan abstrak sehingga tersisa 18 artikel. Pada tahap kedua, penulis membaca secara *fulltext* semua artikel yang telah diperoleh dan tersisa 12 artikel yang sesuai dengan kriteria penelitian. Pada tahap akhir, penulis menilai kualitas artikel dengan melakukan *critical appraisal*. *Critical Appraisal* dilakukan menggunakan form dari JBI (*The Jonna Briggs Institute*) dan CASP (*Critical Appraisal Skills Programme*). Secara detil, tahapan pemilihan artikel dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar. 1
Tahapan Pemilihan Artikel

HASIL PENELITIAN

Hasil *review* artikel dari beberapa studi penelitian yang memenuhi kriteria disajikan pada tabel berikut ini:

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil penelitian
Düzıkaya, D. S., Bozkurt, G., Ulupınar, S., Uysal, G., Uçar, S., & Uysalol, M. (2021). The Effect of a Cartoon and An Information Video about Intravenous Insertion on Pain and Fear in Children Aged 6 to 12 Years in the Pediatric Emergency Unit: A randomized Controlled Trial.	Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental, acak uji klinis terkontrol. Itu dilakukan dengan 477 anak usia 6-12 tahun diacak menjadi 3 kelompok: kelompok informatif grup video animasi, grup kartun, dan grup kontrol. Persepsi rasa takut dan nyeri dievaluasi berdasarkan umpan balik dari anak, perawat pengamat, dan orang tua. Skala Ketakutan Anak-anak digunakan untuk mengevaluasi tingkat ketakutan dan Skala WAJAH Wong-Baker digunakan untuk menilai tingkat nyeri. Analisis data menggunakan analisis varians satu arah, yaitu uji chi-kuadrat, dan uji koefisien korelasi intrakelas.	Anak-anak yang menonton video informasi sebelum prosedur penyisipan intravena dan mereka yang menonton kartun selama prosedur memiliki rasa sakit yang lebih rendah dan skor Ketakutan yang dievaluasi oleh anak daripada anak-anak dalam kelompok kontrol.
Inan, G., & Inal, S. (2019). The Impact of 3 Different Distraction Techniques on the Pain and Anxiety Levels of Children during Venipuncture a Clinical Trial.	Uji coba terkontrol secara acak yang dilakukan dengan 180 anak usia 6 sampai 10 tahun; data dikumpulkan di bulan Agustus hingga November 2016. Peserta diacak dalam 4 kelompok; anak-anak kelompok 1 menonton film kartun (CM), anak-anak di kelompok 2 bermain video game (VG), anak-anak di kelompok 3 terganggu oleh interaksi verbal (PI) orang tua mereka, sedangkan tidak ada metode distraksi yang digunakan pada anak-anak di kelompok 4 (kelompok kontrol). Tingkat kecemasan dan persepsi nyeri dievaluasi secara mandiri berdasarkan umpan balik dari anak-anak, perawat pengamat, dan orang tua. Skala Ketakutan Anak-anak	Perbedaan antara kedua kelompok berdasarkan kecemasan tingkat dan skor nyeri selama venipuncture secara statistik signifikan ($P < 0,05$). Tingkat kecemasan dan persepsi nyeri terendah dilaporkan dalam kelompok VG. Skor diamati baik di CM kelompok dan kelompok PI secara signifikan lebih rendah daripada di kontrol kelompok ($P < 0,05$).

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil penelitian
	adalah digunakan untuk mengevaluasi tingkat kecemasan dan Skala Nyeri Wong-Baker adalah digunakan untuk mengevaluasi tingkat nyeri anak-anak.	
Akgül, E. A., Karahan, Y., Başoğlu, F., Oğul, A., Öztornaci, B. Ö., Yetim, P., & Sari, H. Y. (2018). Effects of Watching Cartoons on Pain Scores in Children Undergoing Venepuncture.	Rumah sakit pendidikan dan penelitian. Anak-anak dibagi menjadi kelompok eksperimen (n=41) dan grup kontrol (n=40). Mereka yang berada di kelompok eksperimen menonton kartun dan kemudian pungsi vena dimulai. Tingkat rasa sakit mereka dan durasi menangis dinilai selama tusukan vena. Setelah venepuncture, mereka terus menonton kartun dan tingkat rasa sakit mereka dinilai lagi. Selama proses tersebut, peneliti lain menghitung durasi menangis. Anak-anak dalam kelompok kontrol mengalami proses yang sama tetapi tidak diperlihatkan kartunnya.	Perbedaan signifikan dalam tingkat nyeri, durasi menangis setelah prosedur dan total durasi menangis ditemukan antara kelompok. Tidak ada perbedaan yang signifikan dalam hal durasi menangis selama prosedur.
Wandini, R., & Resandi, R. (2020). Pemberian Teknik Distraksi Menonton Kartun Animasi untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Prosedur Invasif pada Anak.	Jenis penelitian adalah Kuantitatif. Desain penelitian metode Quasi Eksperimental pendekatan one group pretest-posttest design. Sampel sebanyak 16 anak orang. Analisa data menggunakan univariat dan bivariate dengan t-tes.	Karakteristik responden berdasarkan Usia paling banyak adalah usia 4-5 tahun sebanyak 5 responden (31,3%) dan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki sebanyak 11 responden (68,8%). Rata-rata nyeri pengambilan darah pada anak sebelum dilakukan distraksi menonton video kartun terhadap 16 orang anak, dengan mean 7,81 standar deviasi 1,047, setelah diberikan intervensi dengan mean 3,38 standar deviasi 1,821. Hasil uji statistik menggunakan test-dependen didapat nilai beda 2 mean sebelum dan sesudah diberikan terapi distraksi menonton video kartun adalah 4,43 dengan p-value 0.000 ($\alpha < 0.05$).

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil penelitian
Mulyono, R., Indriyani, R., & Ningtyas, R. (2020). Pengaruh Terapi Distraksi Audiovisual pada saat Prosedur Injeksi pada Anak Usia Prasekolah saat Hospitalisasi.	Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kepustakaan, sumber data yang diperoleh dari data sekunder dimana peneliti memperoleh sumber utama hasil literatur- literatur yang berkaitan dengan fokus kajian dari tahun 2015-2020, dengan menggunakan 4 jurnal dan buku- buku yang membahas konsep keperawatan anak yang dijadikan sebagai referensi tetapi hanya 2 jurnal yang dijadikan sebagai landasan teori.	Terapi distraksi audiovisual sangat berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan dan tingkat nyeri pada anak usia prasekolah pada saat prosedur injeksi.
Mustofa, I. H., Verawati, M., & Sari, R. M. (2021). Studi Komparatif Skala Nyeri saat Pemasangan Infus pada Anak yang Diberikan Teknik Distraksi Audio Visual Menonton Animasi Kartun dan Teknik Relaksasi Tarik Nafas dalam di RSI Siti Aisyah Kota Madiun.	Desain studi komparatif untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dengan pendekatan pre test one group desain untuk mengetahui pengaruh antar variabel. Populasi penelitian ini adalah seluruh pasien anak rawat inap di UGD RSI Siti Aisyah Kota Madiun sejumlah 670 pasien pada tahun 2019. Sampel penelitian ini adalah sebagian pasien anak rawat inap sejumlah 30 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi nyeri pada kelompok intervensi dengan mengukur skala nyeri Wong Backer. Intervensi dilakukan dengan cara memberikan terapi distraksi menonton animasi kartun dan teknik relaksasi tarik napas dalam selama pemasangan infus.	Skala nyeri saat pemasangan infus pada anak yang diberikan teknik distraksi audio visual menonton animasi kartun dengan kategori ekspresi wajah sedikit nyeri dengan prosentase 67% sedangkan 47% anak masuk ke kategori wajah ekspresi sangat nyeri saat diberikan teknik relaksasi tarik napas dalam. Hasil uji statistik independet t-test diperoleh p value 0,000 dengan menggunakan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan antara teknik distraksi dan teknik relaksasi saat pemasangan infus.
Colin, V., Keraman, B., Dwianamaydinar, D., & Prasensi, M. (2020). Pengaruh Teknik Distraksi Menonton Kartun Animasi terhadap Penurunan Skala Nyeri Saat Injeksi pada Anak Usia Pra Sekolah.	Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian pra eksperimental menggunakan rancangan one group pretest and posttest. Sampel sebanyak 30 responden diambil dengan teknik accidental sampling. Pengumpulan data primer dilakukan	30 responden terdapat 23 orang dengan nyeri ringan dan 7 orang dengan nyeri sedang setelah di beri perlakuan menonton kartun animasi. Berdasarkan Uji Wilcoxon Signed Rank Test didapat nilai Z sebesar -3,963 dengan nilai A symp.

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil penelitian
	menggunakan kuesioner skala nyeri, sedangkan data sekunder diperoleh dari instansi-instansi terkait yang ada hubungannya dalam penelitian ini.	Sig (ρ) = 0,000, karena nilai $\rho < 0,05$, dengan demikian dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian teknik distraksi menonton kartun animasi terhadap penurunan skala nyeri pada anak usia pra sekolah saat injeksi di ruang Edelweis RSUD dr M. Yunus Bengkulu.
Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Ratnawati, D. (2019). Pengaruh Audiovisual Menonton Film Kartun terhadap Tingkat Kecemasan saat Prosedur Injeksi pada Anak Prasekolah.	Penelitian ini Pre-experimental dengan jenis pretest and posttest one group design. Pengambilan data dengan menggunakan teknik purposive sampling pada 28 responden. Variabel independen audiovisual menonton film kartun, sedangkan variabel dependen tingkat kecemasan. Instrumen yang digunakan SOP dan skala kecemasan HAR-S. Uji statistik menggunakan uji Paired Sample T-Test, dengan signifikansi $p < 0,05$.	Hasil analisis statistik didapatkan nilai sig ($p = 0,001$, $t = 11,71$) yang berarti ada pengaruh audiovisual menonton film kartun terhadap tingkat kecemasan saat prosedur injeksi pada anak prasekolah.

Berdasarkan studi literatur yang dilakukan, ditemukan beberapa tema yang membahas tentang pengaruh menonton video kartun terhadap tingkat nyeri pada anak sekolah. Artikel penelitian yang ditelaah terdiri dari 8 artikel dengan desain penelitian cross sectional, kohort prospektif, *case control*, dan pra eksperimen. Usia anak yang terlibat atau yang dinilai dari studi yang ditelaah berada diantara usia 6 tahun sampai 12 tahun dengan berbagai kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan dari masing-masing studi. Secara lebih jelas, penulis menggambarkan hasil dari studi literatur yang telah dilakukan menjadi beberapa tema yaitu: 1) Pemberian teknik distraksi menonton kartun animasi untuk menurunkan tingkat nyeri; 2) Pengaruh terapi distraksi audiovisual pada saat prosedur invasif; 3) Manfaat teknik distraksi; 4) Tingkat nyeri pada anak.

PEMBAHASAN

Pemberian Teknik Distraksi Menonton Kartun Animasi untuk Menurunkan Tingkat Nyeri

Berdasarkan hasil analisa dua belas artikel diperoleh delapan artikel yang menjelaskan media audio visual adalah media penyalur atau menyampaikan pesan dengan memanfaatkan indera pendengaran dan penglihatan serta menggunakan perangkat keras. Adapun karakteristik media audio visual yaitu memiliki gambar bergerak yang disertai dengan unsur suara atau bunyi.

Audiovisual yang digemari oleh anak-anak usia sekolah adalah kartun/animasi yaitu gambar bergerak yang merupakan media yang sangat menarik bagi anak-anak karena memiliki daya imajinasi tinggi. Audio visual dapat memudahkan anak untuk mendapatkan pembelajaran dengan basis menyenangkan karena anak tidak mudah bosan

dengan gambar bergerak dan memiliki suara, serta memiliki berbagai Smacam warna menarik. Anak juga dapat mengeksplorasi perasaan, emosi, dan daya ingat melalui audio visual seperti perasaan senang dan sedih.

Distraksi audio visual dapat membantu intervensi mandiri perawat dalam mengurangi rasa nyeri anak selama tindakan prosedur invasif, memudahkan perawat dalam mendistraksi agar anak kooperatif dalam pelaksanaan prosedur invasif. Dengan demikian diharapkan tingkat nyeri anak berkurang. Pengendalian nyeri pada anak merupakan prioritas dan harus digaris depankan oleh tangan kesehatan profesional ketika berhadapan dengan anak. Teknik distraksi menonton kartun animasi sangat efektif untuk mengurangi nyeri yang dirasakan oleh anak usia sekolah saat dilakukan tindakan prosedur invasif saat anak mendapatkan perawatan di rumah sakit.

Menurut Aryatama et al., (2022) penerapan teknik distraksi berupa film kartun animasi dapat merangsang serabut saraf besar dan menyebabkan inhibitory neuron dan projection aktif. Terapi inhibitory neuron mencegah projection neuron mengirimkan sinyal ke otak, sehingga gerbang tertutup dan stimulasi nyeri tidak diterima sampai ke otak. Anak-anak yang menyukai unsur-unsur seperti gambar, warna, cerita dan emosi (senang, sedih, seru dan bersemangat) yang terdapat pada film kartun sehingga konsentrasi anak terhadap kartun animasi yang dilihat akan meningkat dan nyeri pada anak teralihkan, sedangkan anak yang tidak dilakukan distraksi merasakan nyeri lebih tinggi karena saat jarum infus menusuk kulit akan menimbulkan rangsangan yang mengganggu, sehingga akan mengaktifkan nesiseptor nyeri. Nesiseptor nyeri akan merangsang ujung saraf aferen untuk mengeluarkan substansi P. Substansi P akan mempengaruhi nesisptor di luar daerah trauma yang akan menimbulkan lingkaran nyeri semakin luas. Impuls nyeri akan ditransmisikan ke medula spinalis kemudian ke otak melalui jalur asendens. Persepsi nyeri yang terjadi di otak akan ditransmisikan ke somatosensorik, sehingga akan terasa nyeri pada area yang ditusuk infus.

Pengaruh Terapi Distraksi Audiovisual pada Saat Prosedur Invasif

Selama memberikan pelayanan medis sehari-hari di rumah sakit, tenaga kesehatan tidak terlepas dengan keharusan untuk melakukan tindakan invasif (Akgül et al., 2018). Menurut Setiawati & Novikasari (2021) teknik distraksi efektif digunakan pada prosedur medis yang menimbulkan nyeri seperti injeksi, pemasangan infus serta pengambilan darah. Anak usia prasekolah sangat mudah didistraksi atau dialihkan sehingga teknik distraksi dapat membantu dalam manajemen nyeri. Selain itu teknik ini lebih mudah dan dapat dilakukan oleh perawat. Teknik distraksi merupakan intervensi yang sering digunakan untuk mengurangi nyeri pada anak. Teknik ini bertujuan agar anak teralihkan dari rasa sakit yang dirasakannya. Beberapa manfaat yang didapatkan dari teknik distraksi menonton kartun animasi yaitu anak dapat mengalihkan rasa nyeri yang dirasakannya dengan menonton film kartun. Anak dapat menjalani pemasangan infus dengan tenang dengan trauma yang minimal. Salah satu intervensi keperawatan yang bisa dilakukan adalah dapat menggunakan metode menonton kartun animasi.

Metode menonton kartun animasi sangat efektif karena sangat menghibur dan sangat disenangi oleh anak-anak sehingga tidak mengganggu intervensi penyembuhan anak. Metode menonton kartun animasi diharapkan dapat mengalihkan bahkan mengurangi rasa nyeri yang dihasilkan karena pemberian obat melalui injeksi serta perawat dapat menggunakan metode menonton kartun animasi masuk ke dalam intervensi keperawatan untuk mengurangi rasa nyeri pada anak (Mertajaya, 2018).

Manfaat Teknik Distraksi

Metode distraksi adalah suatu metode untuk menghilangkan nyeri dengan cara mengalihkan perhatian pasien pada hal-hal lain sehingga pasien akan lupa terhadap nyeri yang dialami. Manfaat dari penggunaan teknik distraksi yaitu agar anak sekolah yang menerima teknik ini merasa lebih nyaman, santai, dan menyenangkan. Distraksi merupakan sistem aktivasi retikular yang dapat menghambat stimulus meyakinkan jika seseorang menerima masukan sensoris yang cukup ataupun berlebihan. Stimulus yang menyenangkan dapat melepaskan hormon endorfin.

Distraksi merupakan kegiatan mengalihkan perhatian klien ke hal lain dan dengan demikian dapat menurunkan ketakutan terhadap nyeri bahkan dapat meningkatkan toleransi terhadap nyeri (Bergomi et al., 2018). Distraksi digunakan untuk memfokuskan perhatian anak agar melupakan rasa nyerinya. Melalui teknik distraksi kita dapat menanggulangi nyeri yang didasarkan pada teori bahwa aktivasi retikuler menghambat stimulus nyeri. Jika seseorang menerima input sensori yang banyak dapat menyebabkan terhambatnya impuls nyeri ke otak (nyeri berkurang atau tidak dirasakan sama sekali oleh pasien). Stimulus yang membahagiakan dari luar juga dapat merangsang sekresi endorfin, sehingga stimulus nyeri yang dirasakan oleh pasien berangsur-angsur menurun. Oleh karena itu, stimulasi penglihatan, pendengaran dan sentuhan barangkali akan lebih berhasil dalam menurunkan nyeri dibanding stimulasi satu indera saja.

Distraksi audiovisual adalah cara yang sering digunakan pada teknik ini adalah dengan mengalihkan perhatian pasien pada hal-hal yang digemari seperti: melihat film keluarga, menonton televisi, membaca koran, melihat pemandangan, melihat gambar-gambar, dan melihat buku cerita bergambar, bermain game. Teknik audiovisual adalah salah satu teknik yang efektif dalam melakukan pendekatan pada anak. Distraksi audiovisual berguna dalam menurunkan tingkat nyeri. Perhatian anak yang terfokus kepada cerita audiovisual yang disimakinya mendistraksikan atau mengalihkan persepsi nyeri anak dalam korteks serebral (Zahra & Agustin, 2018). Cara ini digunakan dengan cara mengalihkan perhatian anak pada hal-hal yang disukai seperti menonton animasi-animasi (Sarfika et al., 2017).

Tingkat Nyeri pada Anak

Nyeri pada anak saat melakukan prosedur invasif yang tidak diatasi dengan baik dapat membuat anak tidak kooperatif dan menolak tindakan sehingga dapat menghambat proses pengobatan. Nyeri merupakan gejala utama yang paling sering membuat seseorang mencari pertolongan dokter. Nyeri merupakan rasa tidak nyaman, umumnya karena adanya perlakuan dalam tubuh, walaupun tidak sebatas itu. Nyeri juga dianggap sebagai racun di dalam tubuh, karena nyeri terjadi akibat adanya kerusakan jaringan atau saraf akan mengeluarkan berbagai mediator seperti H⁺, K⁺, ATP, prostaglandin, bradikinin, serotonin, substansi P, histamin, dan sitokain. Mediator kimiawi inilah yang membuat rasa tidak nyaman, sehingga mediator-mediator ini disebut sebagai mediator nyeri (Bahrudin, 2018).

Menurut Fatmawati et al., (2019) respon nyeri anak menunjukkan bahwa nyeri yang dirasakan anak dapat terdistraksi dengan kegiatan menonton kartun animasi kesukaan anak sehingga nyeri yang dirasakan menjadi lebih ringan dan perawat lebih mudah saat melakukan tindakan invasif seperti pemasangan obat melalui injeksi pada anak, pengambilan darah intravena dan pemasangan infus. Pada kelompok anak yang tidak diberikan distraksi menonton film kartun menunjukkan respon nyeri seperti: tidak

tenang gelisah atau tegang, aktivitas mengeliat, mengeluh atau merengek, menangis terus-menerus. Hal ini berakibat pada tingkat keberhasilan tindakan prosedur invasif, contohnya anak yang tidak diberikan perlakuan harus mengalami pemberian injeksi berkali-kali karena gelisah tidak tenang dan menarik bagian tubuh yang akan dilakukan pemberian obat melalui injeksi akibatnya bagian yang dilakukan injeksi akan membiru dan anak menjadi trauma setiap menjalani tindakan invasif.

Purnamasari & Aprilyanti (2020) menemukan bahwa terdapat perbedaan skala nyeri pada kelompok yang mendapat teknik distraksi menonton kartun animasi dengan kelompok yang tidak mendapat teknik distraksi. Hasil penelitian tersebut memperoleh rata-rata nilai skala nyeri prosedur invasif kelompok sebelum intervensi sebesar 9,83 atau skala nyeri tindakan prosedur invasif masih buruk. Kemudian pada saat dilakukan intervensi mengalami penurunan menjadi 3,97 atau skala nyeri tindakan prosedur invasif sudah lebih baik.

SIMPULAN

Penerapan terapi distraksi audiovisual berupa menonton video kartun efektif dalam mengurangi nyeri selama prosedur invasif pada anak sekolah. Pengaruh tersebut terlihat dari adanya penurunan tingkat nyeri dari sebelum dan setelah dilakukan terapi distraksi.

SARAN

Diharapkan perawat dapat optimal dalam menangani respon nyeri yang dirasakan oleh anak saat tindakan invasif salah satunya dengan melakukan pemberian teknik distraksi pemutaran video kartun.

DAFTAR PUSTAKA

- Akgül, E. A., Karahan, Y., Başoğlu, F., Oğul, A., Öztornaci, B. Ö., Yetim, P., & Sari, H. Y. (2018). Effects of Watching Cartoons on Pain Scores in Children Undergoing Venepuncture. *Nursing Children and Young People*. <https://doi.org/10.7748/ncyp.2018.e913>
- Aryatama, A. S. A., Immawati, I., & Dewi, N. R. (2022). Penerapan Distraksi Menonton Kartun Animasi dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Saat Injeksi pada Anak Toddler. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), 103–109. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/download/298/184>
- Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7–13. <https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>
- Bergomi, P., Scudeller, L., Pintaldi, S., & Dal Molin, A. (2018). Efficacy of Non-Pharmacological Methods of Pain Management in Children Undergoing Venipuncture in a Pediatric Outpatient Clinic: A Randomized Controlled Trial of Audiovisual Distraction and External Cold and Vibration. *Journal of Pediatric Nursing*, 42, 66–72. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2018.04.011>
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Ratnawati, D. (2019). Pengaruh Audiovisual Menonton Film Kartun terhadap Tingkat Kecemasan Saat Prosedur Injeksi pada Anak Prasekolah. *Journal of Health Sciences*, 12(2), 15–29. <https://doi.org/10.33086/jhs.v12i02.996>
- Mertajaya, I. M. (2018). Analisis Intervensi Teknik Distraksi Menonton Kartun Edukasi terhadap Skala Nyeri pada Anak Usia Toddler Saat Pengambilan Darah Intravena

- di Ruang Cempaka Anak Rumah Sakit Pelni Jakarta. *Jurnal JKFT*, 3(2), 46–58. <http://dx.doi.org/10.31000/jkft.v3i2.1285.g822>
- Pebriani, S. H., & Irwadi, I. (2018). Perbedaan Skor Nyeri pada Anak dengan Pemberian Madu Setelah Dilakukan Tindakan Pemasangan Infus. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 99–104. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i1.667>
- Purnamasari, E. R. W., & Aprilyanti, N. (2020). Menonton Animasi Rainbow Menurunkan Skala Nyeri Saat Prosedur Invasif Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(2), 193–203. <https://doi.org/10.36760/jka.v13i2.89>
- Rahayu, H. S., & Darmawan, D. (2020). Pemberian Teknik Distraksi Pemutaran Video Kartun untuk Menurunkan Nyeri pada Anak Post Operasi. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.46749/jiko.v4i1.34>
- Sarfika, R., Yanti, N., & Winda, R. (2017). Pengaruh Teknik Distraksi Menonton Kartun Animasi terhadap Skala Nyeri Anak Usia Prasekolah Saat Pemasangan Infus di Instalasi Rawat Inap Anak RSUP dr. M. Djamil Padang. *NERS Jurnal Keperawatan*, 11(1), 32. <https://doi.org/10.25077/njk.11.1.32-40.2015>
- Sari, K. P., & Halim, M. S. (2017). Perbedaan Kualitas Hidup antara Berbagai Metode Manajemen Nyeri pada Pasien Nyeri Kronis. *Jurnal Psikologi*, 44(2), 107–125. <https://doi.org/10.22146/jpsi.25208>
- Sari, V. K., Wahyuni, W., & Nelliana, N. (2021). Pengaruh Menonton Kartun Animasi terhadap Nyeri Saat Imunisasi Campak pada Bayi Usia 9-12 Bulan. *Voice of Midwifery*, 11(1), 1–6. <https://doi.org/10.35906/vom.v11i02.154>
- Setiawati, S., & Novikasari, L. (2021). Aplikasi Pemberian Teknik Distraksi terhadap Skala Nyeri Anak Selama Prosedur Medis. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(1), 140–146. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i1.4392>
- Wandini, R., & Resandi, R. (2020). Pemberian Tehnik Distraksi Menonton Kartun Animasi untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Prosedur Invasif pada Anak. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(3), 479–485. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i3.1708>
- Wardah, G. N., Adhistry, K., & Purwanto, S. (2020). Pengaruh Teknik Distraksi Audio terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Proses Pemasangan Intravena Fluid Drip. *Citra Delima : Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 3(2), 82–89. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v3i2.75>
- Zahra, S. I., & Agustin, D. A. (2018). Literature Review: Distraksi Audiovisual Dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Pemasangan Infus pada Anak Usia Prasekolah. *Sentani Nursing Journal*, 3(2), 104–125. <https://doi.org/10.52646/snj.v3i2.110>