

**PENERAPAN DISTRAKSI MENONTON KARTUN ANIMASI DALAM MENURUNKAN  
TINGKAT KECEMASAN SAAT INJEKSI PADA ANAK *TODDLER***

**APPLICATION OF DISTRACTION WATCHING ANIMATION CARTOONS TO  
REDUCE THE LEVEL OF ANXIETY DURING INJECTION IN TODDLER**

**Angger Sakti Aji Aryatama<sup>1</sup>, Immawati<sup>2</sup>, Nia Risa Dewi<sup>3</sup>**

<sup>1, 2, 3</sup>. Program DIII Keperawatan Akper Dharma Wacana Metro

Email: [anggeradji@gmail.com](mailto:anggeradji@gmail.com)

Hospitalisasi dapat menjadi situasi yang dianggap krisis oleh anak. Keadaan ini muncul karena anak berusaha beradaptasi dengan lingkungan asing yaitu rumah sakit sehingga menimbulkan kecemasan pada anak. Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan antara lain dapat dilakukan dengan teknik distraksi salah satunya dengan menonton film kartun animasi. Tujuan: Menggambarkan penerapan menonton kartun animasi dalam menurunkan tingkat kecemasan saat injeksi pada anak *toddler*. Metode: Menggunakan desain studi kasus. Subjek yang digunakan adalah 2 anak usia *toddler* yang mengalami kecemasan saat hospitalisasi. Hasil: Tingkat kecemasan saat tidak diberi distraksi menonton film kartun, kedua subyek berada pada skor kecemasan 3 (agak tidak senang), ada saat dilakukan injeksi, skor naik menjadi 5 (sangat tidak senang/ subyek sempat menangis sebentar), setelah *post* injeksi skor menurun menjadi 4 (anak masih tetap menangis). Pada subyek kedua, saat injeksi skor naik menjadi 4 (tidak senang), setelah *post* injeksi skor menjadi 3 (anak tidak senang). Tingkat kecemasan saat diberi distraksi menonton film kartun, subyek pertama saat *pre* injeksi berada pada skor 3, 2 menit skor 3 (agak tidak senang), saat injeksi skor 4, 7 menit skor 3, dan setelah berjalan 10 menit menjadi 1 (anak sangat senang). Pada subyek kedua: *pre* injeksi skor 3, saat injeksi skor 4, *post* injeksi (7 menit) skor 3, 10 menit distraksi berjalan skor menjadi 2 (senang). Kesimpulan: Penerapan distraksi menonton film kartun animasi yang dilakukan penulis mampu menurunkan kecemasan pada anak *toddler* saat tindakan invasif (injeksi). Bagi ibu yang anaknya mengalami kecemasan akibat hospitalisasi, dapat menggunakan distraksi menonton film kartun animasi sebagai salah satu alternatif manajemen kecemasan pada anak akibat tindakan yang tidak menyenangkan.

Kata Kunci : Distraksi, Menonton Film Kartun Animasi, *Toddler*

**ABSTRAK**

Hospitalization can be a situation that is considered a crisis by the child. This situation arises because the child tries to adapt to a foreign environment, namely the hospital, causing anxiety in children. One of the efforts to overcome anxiety, among others, can be done with distraction techniques, one of which is watching animated cartoons. Objective: To describe the application of watching animated cartoons in reducing anxiety levels during injection in preschool children. Methods: Using a case study design. The subjects used were 2 toddler who experienced anxiety during hospitalization. Results: The level of anxiety when not given distraction watching cartoons, both subjects were at an anxiety score of 3 (somewhat unhappy), there was an injection, the score rose to 5 (very unhappy / the subject cried for a while), after post injection the score decreased to 4 (child still crying). In the second subject, at the time of injection the score rose to 4 (unhappy), after post-injection the score became 3 (children are not happy). The level of anxiety when given the distraction of watching cartoons, the first subject during pre-injection was at a score of 3, 2 minutes a score of 3 (somewhat unhappy), during injection a score of 4, 7 minutes a score of 3, and after walking 10 minutes it became 1 (children are very happy). In the second subject: pre injection score 3, during injection score 4, post injection (7 minutes) score 3, 10 minutes of walking traction the score became 2 (happy) Conclusion: The application of distraction watching animated cartoon films by the author can reduce anxiety in preschool children during invasive procedures (injections). For mothers whose children experience anxiety due to hospitalization, they can use the distraction of watching animated cartoons as an alternative to anxiety management in children due to unpleasant actions.

Keywords: Distraction, Watching Animated Cartoon Films, Toddler

---

## PENDAHULUAN

Hospitalisasi dapat menjadi situasi yang dianggap krisis oleh anak keadaan ini muncul karena anak berusaha beradaptasi dengan lingkungan asing yaitu rumah sakit. Hospitalisasi pada anak dapat mengakibatkan stres dan kecemasan pada semua tingkat usia. Penyebab kecemasan dipengaruhi oleh banyak faktor, baik faktor dari petugas rumah sakit (dokter, perawat atau tenaga kesehatan lainnya), lingkungan baru, ataupun reaksi keluarga yang mendampingi anak selama perawatan<sup>1</sup>.

Anak usia *toddler* kurang mampu mendefinisikan konsep tentang citra tubuh terutama batasan tubuh. Oleh sebab itu, prosedur yang sangat mengganggu akan menimbulkan kecemasan. *Toddler* bereaksi terhadap nyeri mirip dengan bayi, dan pengalaman sebelumnya dapat mempengaruhinya dengan baik. *Toddler* juga dapat merasa sedih jika mereka hanya merasa akan mengalami nyeri<sup>2</sup>.

Anak usia dalam berespon terhadap kejadian yang menegangkan, seperti hospitalisasi, mekanisme pertahanan prima *toddler* adalah regresi. *Toddler* juga dapat merasa kehilangan kendali terkait dengan keterbatasan fisik, kehilangan rutinitas, ketergantungan, dan takut terhadap cedera atau nyeri pada tubuh<sup>2</sup>.

Kecemasan yang dialami anak *toddler* dalam masa hospitalisasi merupakan masalah yang penting, jika tidak ditangani dapat berpengaruh dalam proses tumbuh kembang. Asuhan keperawatan pada anak biasanya memerlukan tindakan invasif seperti injeksi atau pemasangan infus. Hal ini merupakan stresor kuat yang dapat

membuat anak mengalami kecemasan. Perawat biasanya akan menjelaskan prosedur ini kepada orangtua dan melakukan komunikasi terapeutik kepada anak sebelum melakukan prosedur tersebut. Kondisi ini membuat anak menjadi panik dan biasanya melakukan perlawanan atau memaksa petugas kesehatan untuk sedikit melakukan paksaan kepada anak yang mengakibatkan timbulnya trauma pada anak<sup>3</sup>.

Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan antara lain dapat dilakukan dengan teknik distraksi. Distraksi adalah teknik mengalihkan perhatian klien dari nyeri dan kecemasan. Distraksi digunakan untuk mengalihkan fokus dan perhatian anak agar menjauhi rasa nyeri ataupun rasa sakit. Beberapa teknik distraksi yang dikenal dalam pendekatan pada anak adalah distraksi visual seperti melihat gambar di buku, bermain video games, distraksi pendengaran dengan mendengarkan musik, distraksi pernapasan dengan teknik pernapasan napas dalam, distraksi intelektual dan imajinasi terbimbing<sup>4</sup>.

Teknik distraksi yang dapat dilakukan untuk mengalihkan perhatian klien dari nyeri salah satunya adalah dengan mendorong klien untuk berkhayal (*guide imagery*) yaitu melakukan bimbingan yang baik kepada klien untuk mengkhayal, salah satunya dengan mendengarkan menonton kartun animasi<sup>5</sup>. Pada film kartun animasi terdapat unsur gambar, warna dan cerita sehingga anak-anak menyukai menonton kartun edukasi. Ketika anak lebih fokus pada kegiatan menonton film kartun, hal tersebut membuat impuls nyeri akibat adanya

cedera tidak mengalir melalui tulang belakang, pesan tidak mencapai otak sehingga anak tidak merasakan nyeri<sup>6</sup>.

Tujuan umum penerapan ini adalah untuk menggambarkan penerapan menonton kartun animasi dalam menurunkan tingkat kecemasan saat injeksi pada anak *toddler*.

**METODE**

Karya tulis ini menggunakan desain studi kasus (*case study*) yaitu dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus. Studi kasus dibatasi oleh waktu dan tempat serta kasus yang dipelajari berupa peristiwa, aktivitas atau individu<sup>7</sup>. Studi kasus dilakukan untuk mengetahui masalah keperawatan kecemasan pada anak prasekolah saat tindakan invasif injeksi dengan distraksi menonton kartun animasi. Subyek penerapan ini adalah 2 anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan saat injeksi di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro.

Penetapan sampel dilakukan dengan kriteria sebagai berikut:

1. Bersedia menjadi responden
2. Anak laki-laki dan perempuan dengan usia prasekolah
3. Dilakukan tindakan invasif (injeksi)
4. Anak yang tidak dalam kondisi di distraksi.

Penerapan telah dilakukan di Ruang Anak RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. Waktu penerapan telah dilakukan pada tanggal 30 Juni dan 05 Juli 2021.

**HASIL**

**1. Karakteristik dan Gambaran Subyek Penerapan**

Pengkajian telah dilakukan pada tanggal 30 Juni dan 05 Juli 2021. Gambaran subyek

penerapan dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini

Tabel 1 Gambaran Subyek Penerapan

Identitas	Subyek 1	Subyek 2
Nama Pasien	An. S	An. A
Umur	2 tahun 7 bulan	3 tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki	Perempuan
Alamat	15 Polos	Jepara (Lantim)
Diagnosa Medis	Kejang demam sederhana	Cedera kepala ringan
Tanggal Pengkajian	30 Juni 2021	05 Juli 2021
Riwayat Masuk RS	Anak mengalami kejang demam langsung dibawa ke RS.	Anak mengalami kecelakaan ditabrak motor
Jenis obat yang diinjeksi	Anak sudah pernah dirawat di RS sebelumnya Ceftriaxon dexamethasone	Ceftriaxon

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa kedua pasien yang dirawat di rumah sakit sama-sama mengalami kecemasan karena hospitalisasi. Subyek pertama berjenis kelamin laki-laki, subyek kedua berjenis kelamin perempuan berumur. Kedua subyek berumur ± 3 tahun. Subyek pertama sudah pernah dirawat di rumah sakit dengan diagnosa demam, sedangkan subyek kedua baru pertama kali dirawat di rumah sakit karena mengalami kecelakaan ditabrak motor.







**2. Gambaran Penerapan Distraksi Menonton Film Kartun**

Sesuai dengan pengkajian di atas, untuk mengurangi kecemasan akibat hospitalisasi, perawat melakukan distraksi menonton film kartun. distraksi menonton film kartun dimulai dengan mengatur pasien nyaman mungkin. Setelah pasien merasa nyaman, perawat menanyakan film kartun yang diinginkan.

distraksi menonton film kartun dilakukan 2 menit sebelum injeksi dilakukan sampai dengan film kartun selesai. Kaji perubahan kecemasan pasien dengan menggunakan skala kecemasan FIS (*Facial Image Scale*).









Gambaran kecemasan yang dirasakan subyek saat injeksi yang dilakukan pada tanggal 30 Juni dan 05 Juli 2021 diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.2 Gambaran Skala Kecemasan Tanpa Diberi Distraksi Menonton Kartun Animasi

Subyek	Skala FIS		
	Pre	Saat injeksi	Post
I (An. S)	 3	 5	 4
II (An. A)	 3	 4	 3

Dari tabel di atas diketahui bahwa kedua subyek mengalami kecemasan saat tindakan injeksi tanpa diberi distraksi menonton film kartun. Subyek pertama saat penulis baru masuk, berada pada skor 3 (agak tidak senang). Pada saat dilakukan injeksi, skor naik menjadi 5 (sangat tidak senang/ subyek sempat menangis sebentar), setelah injeksi selesai skor menurun menjadi 4 (anak masih tetap menangis). Subyek kedua saat penulis baru masuk, berada pada skor 3 (agak tidak senang), saat dilakukan injeksi, skor naik menjadi 4 (tidak senang), setelah injeksi selesai skor menurun menjadi 3 (anak tidak senang).

Tabel 2 Gambaran Skala Kecemasan dengan Diberi Distraksi Menonton Kartun Animasi

Subyek	Skala FIS			
	2 menit	5 menit	7 menit	10 menit
I (An. S)	 3	 4	 3	 1
II (An. A)	 3	 4	 3	 2

Dari tabel di atas diketahui bahwa kedua subyek mengalami kecemasan saat tindakan injeksi dengan diberi distraksi menonton film kartun. Subyek pertama: 2 menit sebelum dilakukan injeksi, anak diberi distraksi menonton kartun animasi dan berada pada skor 3 (agak tidak senang), 5 menit setelah menonton film kartun dan dilakukan injeksi, skor naik menjadi 4 (tidak senang), 7 menit skor menurun menjadi 3 (agak tidak senang), setelah 10 menit menonton kartun animasi, skor menurun menjadi 1 (anak sangat senang). Pada subyek kedua: 2 menit sebelum dilakukan injeksi, anak diberi distraksi menonton kartun animasi dan berada pada skor 3 (agak tidak senang), 5 menit setelah menonton film kartun dan dilakukan injeksi, skor naik menjadi 4 (tidak senang), 7 menit skor menurun menjadi 3 (agak tidak senang), setelah 10 menit menonton kartun animasi, skor menurun menjadi 2 (anak senang).

**A. Pembahasan**

**1. Karakteristik dan Gambaran Subyek Penerapan**

Hospitalisasi dapat menjadi situasi yang dianggap krisis oleh anak keadaan ini muncul karena anak berusaha beradaptasi dengan lingkungan asing yaitu rumah sakit. Hospitalisasi pada anak dapat mengakibatkan stres dan kecemasan pada semua tingkat usia. Penyebab kecemasan dipengaruhi oleh banyak faktor, baik faktor dari petugas rumah sakit (dokter, perawat atau tenaga kesehatan lainnya), lingkungan baru, ataupun reaksi keluarga yang mendampingi anak selama perawatan<sup>1</sup>. Tetapi dengan pendekatan yang dilakukan untuk membina kepercayaan terhadap pasien bahwasannya penerapan distraksi menonton film kartun untuk menghibur bukan memberikan rasa tidak nyaman.

Hasil penerapan distraksi menonton film kartun pada kedua subyek diketahui kedua subyek yang dirawat di rumah sakit mengalami kecemasan karena hospitalisasi. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan yaitu usia, jenis kelamin dan keluarga<sup>8</sup>.

Dalam penerapan ini kemungkinan faktor yang mempengaruhi adalah faktor usia, kedua subyek sama-sama pada rentan usia *toddler*, dimana usia *toddler* akan mengalami kecemasan saat hospitalisasi. Adapun perbedaan dimungkinkan karena jenis obat yang diberikan berbeda. Sebelum diberikan distraksi, subyek pertama sangat tidak senang karena obat dexamethason dan cetriaxson yang menimbulkan nyeri saat diinjeksi.

Kedua subyek memiliki jenis kelamin yang berbeda. Kedua subyek memiliki jenis kelamin yang berbeda. Subyek pertama berjenis kelamin laki-laki dan subyek kedua berjenis kelamin perempuan. Anak laki-laki lebih sering sakit dibandingkan anak perempuan, tetapi belum diketahui secara pasti mengapa demikian. Anak usia prasekolah mengalami kecemasan kecakapan verbal lebih banyak pada anak perempuan, sedangkan agresi, aktifitas, dominasi, impulsifitas, kecakapan pengamatan ruang dan kecakapan kuantitatif lebih banyak pada anak laki-laki<sup>9</sup>. Hal ini sesuai dengan penerapan penulis bahwa tingkat kecemasan subyek pertama lebih senang dibandingkan subyek kedua.

Pengalaman subyek pertaman sudah pernah dirawat sebelumnya di rumah sakit sedangkan subyek kedua baru pertama kali dirawat di rumah sakit. Individu yang mempunyai modal kemampuan pengalaman menghadapi stres dan punya cara menghadapinya akan cenderung lebih menganggap stres yang berapapun sebagai masalah yang bisa diselesaikan. Tiap pengalaman merupakan sesuatu yang berharga dan belajar dari pengalaman dapat meningkatkan keterampilan menghadapi stres<sup>8</sup>. Ekspresi anak di awal penerapan menunjukkan skala yang sama (skala kecemasan 3) agak tidak senang. Hasil penerapan menunjukkan bahwa tingkat kecemasan subyek pertama lebih kecil dibandingkan kecemasan subyek kedua.

Peran keluarga dalam penerapan ini subyek pertama lebih mendapatkan dukungan dari keluarga karena sudah pernah dirawat dan pernah mengalami hospitalisasi, sedangkan subyek kedua baru pertama kali dirawat namun orangtua juga mendukung dan mendampingi anak yang mengalami hospitalisasi. Lingkungan kecil mulai dari lingkungan keluarga, peran orangtua dalam hal ini sangat berarti dalam memberi dukungan. Orangtua yang penuh pengertian serta dapat mengimbangi kesulitan yang dihadapi anak<sup>8</sup>.

## 2. Tingkat Kecemasan Tanpa Diberi Distraksi

Subyek pertama: saat penulis baru masuk, berada pada skor 3 (agak tidak senang). Pada saat dilakukan injeksi, skor naik menjadi 5 (sangat tidak senang/ subyek sempat menangis sebentar), setelah injeksi selesai skor menurun menjadi 4 (anak masih tetap menangis). Subyek kedua saat penulis baru masuk, berada pada skor 3 (agak tidak senang), saat dilakukan injeksi, skor naik menjadi 4 (tidak senang/ subyek masih sedikit menangis), setelah injeksi selesai skor menurun menjadi 3 (anak tidak senang).

Tingkat kecemasan dengan tanpa diberi distraksi, subyek pertama dan kedua menunjukkan ekspresi yang berbeda karena obat yang diberikan pada subyek pertama adalah obat dexamethason dan centriaxone yang memungkinkan menimbulkan rasa nyeri yang membuat subyek pertama menunjukkan ekspresi sangat tidak senang saat injeksi dan *post* injeksi. Pada subyek kedua, obat yang diberikan adalah centriaxone yang

menunjukkan ekspresi tidak senang dan setelah *post* injeksi menjadi agak tidak senang (skala 3).

## KESIMPULAN

Penerapan distraksi menonton film kartun animasi yang dilakukan penulis mampu menurunkan kecemasan pada anak *toddler* saat tindakan invasif (injeksi). Bagi ibu yang anaknya mengalami kecemasan akibat hospitalisasi, dapat menggunakan distraksi menonton film kartun animasi sebagai salah satu alternatif manajemen kecemasan pada anak akibat tindakan yang tidak menyenangkan

## DAFTAR PUSTAKA

1. Nursalam, Susilaningsih, R & Utami, S. (2015). *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
2. Nursalam, Susilaningsih, R & Utami, S. (2015). *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
3. Wong, et,al (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Jakarta; EGC.
4. Rosdahl, C. B., & Kowalski, M. T. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Dasar Edisi 10*. Jakarta: EGC.
5. Asmadi. (2012). *Teknik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
6. Sarfika, R, Yanti, N & Winda, R. (2015). Pengaruh Teknik Distraksi menonton Film 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 – 40.
7. Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Prilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
8. Mubarak, W. I., Indrawati, L & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta; Salemba Medika.
9. Soetjiningsih & Ranuh, I.N.G (2016). *Tumbuh Kembang Anak Edisi 2*. Jakarta. Buku Kedokteran EGC.