

**IMPLEMENTASI *SLOW DEEP BREATHING* MENIUP BALING-BALING TERHADAP NYERI  
PADA ANAK PRASEKOLAH SAAT TINDAKAN INVASIF (INJEKSI)**

***IMPLEMENTATION OF SLOW DEEP BREATHING BLOWING THE PROPELLER AGAINST  
PAIN IN PRESCHOOLERS DURING INVASIVE PROCEDURES (INJECTIONS)***

**Azzahra Kesya Kusuma<sup>1</sup>, Sri Nurhayati<sup>2</sup>, Immawati<sup>3</sup>**  
<sup>1,2,3</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dharma Wacana  
Email: [kesyakusuma37@gmail.com](mailto:kesyakusuma37@gmail.com)

**ABSTRAK**

Anak yang di rawat di rumah sakit akan mengalami tindakan pengobatan dan keperawatan sesuai dengan penyakit dan kebutuhan dasarnya. Salah satu tindakan yang rutin dilakukan adalah prosedur invasif (injeksi). Beberapa cara dapat dilakukan untuk mengurangi trauma akibat rasa nyeri yang dirasakan pada anak saat tindakan invasif salah satunya melalui *Slow Deep Breathing* dengan meniup baling-baling. Rancangan karya tulis ilmiah ini menggunakan desain studi kasus. Subjek yang digunakan yaitu empat anak yang mendapatkan injeksi terdiri dari 2 pasien yang menggunakan intervensi dan 2 kelompok kontrol. Analisa data dilakukan menggunakan analisis deskriptif dengan melihat skala nyeri sebelum dan setelah implementasi *Slow Deep Breathing* dengan meniup baling-baling. Implementasi ini dilakukan 1 kali sehari selama 1 hari dengan durasi waktu pemberian 5-10 menit. Hasil pengkajian skala nyeri pada kedua subjek intervensi yaitu 1 (nyeri ringan), sedangkan skala nyeri pada kedua kelompok kontrol yaitu 7 (nyeri berat). Hasil implementasi *Slow Deep Breathing* dengan meniup baling-baling berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada anak yang mendapatkan tindakan invasif (injeksi).

**Kata Kunci** : Baling-Baling, Nyeri, *Slow Deep Breathing*.

**ABSTRACT**

*Children who are hospitalized will undergo treatment and nursing according to their illness and basic needs. One of the procedures that is routinely carried out is an invasive procedure (injection). Several ways can be done to reduce trauma due to pain felt in children during invasive procedures, one of which is through Slow Deep Breathing by blowing a propeller. The design of this scientific paper uses a case study design. The subjects used were four children who received injections consisting of 2 patients who used the intervention and 2 control groups. Data analysis was carried out using descriptive analysis by looking at pain scales before and after the implementation of Slow Deep Breathing by blowing the propeller. This implementation is carried out 1 time a day for 1 day with a duration of 5-10 minutes. The results of the pain scale assessment in both intervention subjects were 1 (mild pain), while the pain scale in both control groups was 7 (severe pain). The results of the implementation of Slow Deep Breathing by blowing the propeller had an effect on reducing the pain scale in children who received invasive procedures (injections).*

**Keywords** : Propellers, Pain, *Slow Deep Breathing*.

## PENDAHULUAN

Anak diartikan sebagai seseorang yang usianya kurang dari 18 (delapan belas) tahun dalam masa tumbuh kembang, dengan kebutuhan khusus yaitu kebutuhan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Anak merupakan individu yang berada dalam satu rentang perubahan perkembangan yang dimulai dari bayi hingga remaja<sup>1</sup>. Masa perkembangan dan pertumbuhan di mulai dari bayi (0-1 tahun), toddler (1-2,5 tahun), pra sekolah (2,5-5 tahun), usia sekolah (5-11 tahun), remaja (11-18 tahun). Rentang tersebut berbeda antara anak yang satu dengan lainnya, mengingat latar belakang setiap anak berbeda-beda<sup>2</sup>. Anak usia pra sekolah merupakan anak yang berusia antara 3-6 tahun. Usia pra sekolah disebut juga masa emas (*golden age*) karena pada usia ini pertumbuhan dan perkembangan anak berkembang sangat cepat di setiap aspek perkembangannya<sup>3</sup>.

Hospitalisasi adalah suatu kondisi krisis yang mengharuskan anak yang sedang sakit untuk menjalani perawatan dan terapi di rumah sakit. Selama proses hospitalisasi, anak harus melewati rangkaian perawatan. Proses perawatan yang dilalui membuat anak terpaksa harus berpisah dari orang tuanya dan dapat menyebabkan anak memunculkan reaksi takut berlebih, khawatir, dan perasaan cemas. Setiap respon hospitalisasi yang muncul pada anak ditandai dengan beberapa perilaku. Respon kecemasan akan perpisahan pada anak ditandai dengan anak menangis terus menerus

saat ditinggalkan oleh orang tuanya, mencari orang tuanya hingga menolak interaksi dengan orang lain. Respon kehilangan kendali pada anak prasekolah ditampilkan dengan perilaku agresif seperti menggigit, menendang-nendang, dan terhambatnya kemandirian anak<sup>4</sup>.

Hasil Survei Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan presentase anak umur 0-17 tahun pada tahun 2023 yang pernah di rawat inap sebesar 2,55%. Angka kesakitan anak di perkotaan sebesar 38,83%, relatif lebih tinggi dibandingkan dengan di pedesaan sebesar 35,49%. Keluhan kesehatan juga banyak dialami oleh balita berjenis kelamin laki-laki (37,87%) bila dibandingkan dengan balita perempuan (36,92%)<sup>5</sup>. Data rekam medik di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Jenderal Ahmad Yani Metro diperoleh data anak yang menjalani rawat inap tahun 2023 sebanyak 1.686 anak dan meningkat pada tahun 2024 menjadi 2.344 anak<sup>6</sup>.

Anak yang di rawat di rumah sakit akan mengalami tindakan pengobatan dan keperawatan sesuai dengan penyakit dan kebutuhan dasarnya. Salah satu tindakan yang rutin dilakukan adalah prosedur invasif, yaitu meliputi tindakan medis, tindakan keperawatan, dan prosedur diagnostik. Prosedur terapi melalui jalur intravena tersebut menimbulkan kondisi nyeri akut bagi anak, artinya nyeri yang dirasakan hanya berlangsung dengan periode waktu yang singkat sekitar 1 menit saat penusukan.

Namun tindakan tersebut memberikan respon penerimaan yang buruk, diantaranya anak menjadi lebih agresif dan tidak kooperatif dengan petugas kesehatan. Kondisi ini mempersulit perawat dalam melaksanakan tindakan keperawatan<sup>7</sup>.

Nyeri merupakan pengalaman sensoris dan emosional tidak menyenangkan yang disertai oleh kerusakan jaringan secara potensial dan aktual<sup>8</sup>. Nyeri merupakan sensasi ketidaknyamanan yang bersifat individual. Pasien merespon rasa nyeri dengan beragam cara, misalnya berteriak, menangis, dan lain-lain. Oleh karena nyeri bersifat subjektif, maka perawat harus peka terhadap sensasi nyeri yang dialami pasien. Nyeri ialah suatu hal yang kompleks, Individual, subjektif dan umum terjadinya<sup>9</sup>.

Salah satu prosedur tindakan invasif seperti pemasangan infus merupakan kejadian yang sering menimbulkan nyeri pada pasien. Respon anak terhadap stimulus nyeri akibat pemasangan infus sangat bervariasi sesuai dengan perkembangannya. Pada anak usia pra sekolah (2-6 tahun) berpikir bahwa nyeri dapat hilang secara ajaib, menganggap nyeri sebagai hukuman dan cenderung beranggapan seseorang bertanggung jawab terhadap nyeri yang dialaminya dan perilaku menangis, berteriak, memukul lengan dan kaki, berusaha mendorong stimulus, tidak kooperatif, memerlukan restrain fisik dan dukungan emosional<sup>10</sup>. Prosedur pungsi vena ini bisa menakutkan bagi anak-anak, serta

menimbulkan rasa nyeri yang membuat anak trauma sehingga dapat menggunakan manajemen nyeri pada anak tersebut di ruang anak Rumah Sakit Sriwijaya Palembang<sup>11</sup>.

Beberapa cara dapat dilakukan untuk mengurangi trauma akibat rasa nyeri yang dirasakan pada anak saat tindakan invasif salah satunya melalui *Slow Deep Breathing* dengan meniup baling-baling. *Slow Deep Breathing* merupakan tindakan yang dilakukan secara sadar untuk mengatur pernapasan secara lambat dan dalam sehingga menimbulkan efek relaksasi. *Slow Deep Breathing* merangsang sekresi neurotransmitter endorfin pada sistem syaraf otonom yang berefek pada penurunan kerja syaraf simpatis dan meningkatkan kerja syaraf parasimpatis yang efeknya dapat mempengaruhi denyut jantung menjadi lebih lambat dan terjadi vasodilatasi pada pembuluh darah<sup>12</sup>.

Tujuan dari implementasi ini yaitu untuk menggambarkan skala nyeri pada anak prasekolah sebelum dan setelah implementasi *Slow Deep Breathing* dengan meniup baling-baling.

## **METODE**

Implementasi ini dilakukan di RSUD Jendral Ahmad Metro dengan surat laik etik No: 370/606/KEPK-LE/LL-02/2025 menggunakan metode studi kasus terhadap 2 anak prasekolah yang mendapatkan tindakan invasif (injeksi), implementasi dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari. Instrumen yang

digunakan dalam implementasi ini adalah standar operasional prosedur (SOP) *Slow Deep Breathing* dengan meniup baling-baling, kuesioner karakteristik responden, dan lembar observasi pengukuran skala nyeri metode *FLACC (Face, Leg, Activity, Cry, Constability)* sebelum dan setelah implementasi.

**HASIL**

Gambaran subjek dalam implementasi ini sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Karakteristik Kelompok Intervensi**

Data	Kelompok Intervensi	
	Subjek I	Subjek II
Inisial	An. N	An. Az
Jenis Kelamin	Laki-laki	Perempuan
Usia	6 tahun	6 tahun
Riwayat sakit	Subjek sudah pernah masuk rumah sakit sebelumnya pada tahun 2024 karena sakit DBD dan subjek kembali dirawat di rumah sakit karena diare	Subjek baru pertama kali dirawat di rumah sakit dan subjek dirawat di rumah sakit karena demam
Kondisi lingkungan	Lingkungan tenang pasien dirawat dikelas I	Lingkungan bising/ramai pasien dirawat dikelas III
Diagnosa medis	Diare	Febris
Hari rawat ke	2	4

**Tabel 2**  
**Karakteristik Kelompok Kontrol**

Data	Kelompok Kontrol	
	Subjek I	Subjek II
Inisial	An. Ar	An. Ad
Jenis Kelamin	Laki-laki	Laki-laki
Usia	4 tahun	4 tahun
Riwayat sakit	Subjek pernah masuk rumah sakit sebelumnya	Subjek baru pertama kali dirawat di rumah sakit dan subjek

Data	Kelompok Kontrol	
	Subjek I	Subjek II
Kondisi lingkungan	pada tahun 2024 karena demam yang naik turun selama seminggu lingkungan bising/ramai pasien dirawat dikelas III	dirawat di rumah sakit karena demam lingkungan tenang pasien dirawat dikelas I
Diagnosa medis	Febris	Febris
Hari rawat ke	4	4

Skala nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol yaitu sebagai berikut:

**Tabel 3**  
**Skala Nyeri Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol**

Skala Nyeri Kelompok Intervensi		Skala Nyeri Kelompok Kontrol	
Subjek I	Subjek II	Subjek I	Subjek II
1 (nyeri ringan)	1 (nyeri ringan)	7 (nyeri berat)	7 (nyeri berat)

**PEMBAHASAN**

**1. Karakteristik dan Gambaran Subjek Penerapan**

a. Usia

Usia subjek kelompok intervensi dan kontrol berbeda yaitu usia 6 tahun pada kelompok intervensi dan 4 tahun pada kelompok kontrol. Kategori usia subjek yaitu usia pra sekolah. Perawatan anak pra sekolah di rumah sakit memaksa anak untuk berpisah dengan lingkungannya yang nyaman, penuh kasih sayang, dan menyenangkan seperti rumah, teman bermain. Reaksi perpisahan yang sering ditunjukkan pada tahap ini adalah menolak makan, sering bertanya, menangis perlahan, dan tidak kooperatif terhadap petugas

kesehatan. Perawatan di rumah sakit mengharuskan anak untuk membatasi gerakannya, sehingga anak merasa kehilangan kekuatan diri, dan seringkali anak mempersepsikan ini adalah suatu hukuman. Keadaan ini membuat anak merasa malu, bersalah, dan takut. Hal ini menimbulkan reaksi agresif dengan marah dan berontak, ekspresi verbal dengan mengucapkan kata-kata marah, tidak mau bekerja sama dengan perawat, dan ketergantungan kepada orang tua<sup>13</sup>.

Perbedaan tingkat perkembangan dapat memengaruhi bagaimana seorang anak berespon terhadap nyeri<sup>14</sup>. Usia subjek kelompok intervensi dan kontrol berbeda yaitu kelompok intervensi berusia 6 tahun dengan skala nyeri 1 (nyeri ringan) dan kelompok kontrol berusia 4 tahun dengan skala nyeri 7 (nyeri berat).

b. Jenis kelamin

Jenis kelamin pada kelompok intervensi berbeda yaitu subjek I berjenis kelamin laki-laki dan subjek II berjenis kelamin perempuan. Sedangkan jenis kelamin pada kelompok kontrol sama-sama berjenis kelamin laki-laki. Beberapa penelitian menyebutkan perbedaan antara pria dan wanita tidak begitu berpengaruh terhadap respon nyeri, penelitian tersebut lebih mendeskripsikan perbedaan jenis

kelamin karena sensitivitas, pengalaman ekspresi dan situasional yang memengaruhi anak berespon<sup>14</sup>.

Berdasarkan teori di atas, pada kedua kelompok berbeda dimana pada kedua subjek kelompok intervensi berbeda jenis kelamin namun dengan skala nyeri yang sama (nyeri ringan). Hal ini juga terjadi pada kelompok kontrol dimana, kedua subjek berjenis kelamin yang sama dan dengan skala nyeri yang sama (nyeri berat).

c. Riwayat sakit

Kedua subjek kelompok intervensi mempunyai riwayat sakit dan perawatan yang berbeda namun dengan skala nyeri yang sama (nyeri ringan). Begitupun pada kelompok kontrol dengan riwayat perawatan yang berbeda namun dengan skala nyeri yang sama (nyeri berat). Persepsi seseorang terhadap nyeri juga dipengaruhi pengalaman nyeri sebelumnya, secara umum seseorang yang sering mengalami nyeri kecenderungannya untuk mengantisipasi nyeri lebih baik<sup>14</sup>.

Berdasarkan teori atas, pengalaman masuk rumah sakit tidak mempengaruhi skala nyeri. Namun, dikarenakan kelompok intervensi mendapatkan intervensi *slow deep breathing* meniup baling-baling sehingga skala nyeri kelompok intervensi lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol.

d. Lingkungan

Subjek I (kelompok intervensi) dan subjek II (kelompok kontrol) dirawat di ruang kelas I (lingkungan tenang), sedangkan subjek II (kelompok intervensi) dan subjek I (kelompok kontrol) dirawat di ruang kelas III (lingkungan berisik/ramai). Lingkungan dan kehadiran orang terdekat dapat memengaruhi nyeri seseorang, banyak orang yang menilai lingkungan yang asing, kebisingan, cahaya dapat menambah nyeri yang dirasakan<sup>14</sup>.

Berdasarkan teori di atas, lingkungan rumah sakit tidak mempengaruhi skala nyeri. Namun, dikarenakan kelompok intervensi mendapatkan intervensi *slow deep breathing* meniup baling-baling sehingga skala nyeri kelompok intervensi lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol.

## 2. Pengaruh *Slow Deep Breathing* Meniup Baling-Baling dengan Skala Nyeri Anak Akibat Tindakan Invasif (Injeksi)

Hospitalisasi adalah suatu kondisi krisis yang mengharuskan anak yang sedang sakit untuk menjalani perawatan dan terapi di rumah sakit. Selama proses hospitalisasi, anak harus melewati rangkaian perawatan. Proses perawatan yang dilalui membuat anak terpaksa harus berpisah dari orang tuanya dan dapat menyebabkan anak memunculkan reaksi takut berlebih, khawatir, dan perasaan

cemas. Setiap respon hospitalisasi yang muncul pada anak ditandai dengan beberapa perilaku. Respon kecemasan akan perpisahan pada anak ditandai dengan anak menangis terus menerus saat ditinggalkan oleh orang tuanya, mencari orang tuanya hingga menolak interaksi dengan orang lain. Respon kehilangan kendali pada anak prasekolah ditampilkan dengan perilaku agresif seperti menggigit, menendang-nendang, dan terhambatnya kemandirian anak<sup>4</sup>.

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan perbedaan skala nyeri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dimana skala nyeri kelompok kontrol dengan skala 7 (nyeri berat) lebih berat dibandingkan kelompok intervensi yang diberikan *slow deep breathing* meniup baling-baling dengan skala 1 (nyeri ringan). Anak diartikan sebagai seseorang yang usianya kurang dari 18 (delapan belas) tahun dalam masa tumbuh kembang, dengan kebutuhan khusus yaitu kebutuhan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Anak merupakan individu yang berada dalam satu rentang perubahan perkembangan yang dimulai dari bayi hingga remaja<sup>1</sup>.

Anak yang di rawat di rumah sakit akan mengalami tindakan pengobatan dan keperawatan sesuai dengan penyakit dan kebutuhan dasarnya. Salah satu tindakan yang rutin dilakukan adalah prosedur invasif<sup>7</sup>. Salah satu prosedur tindakan

invasif seperti pemasangan infus merupakan kejadian yang sering menimbulkan nyeri pada pasien. Respon anak terhadap stimulus nyeri akibat pemasangan infus sangat bervariasi sesuai dengan perkembangannya. Pada anak usia pra sekolah (3-6 tahun) berpikir bahwa nyeri dapat hilang secara ajaib, menganggap nyeri sebagai hukuman dan cenderung beranggapan seseorang bertanggung jawab terhadap nyeri yang dialaminya dan perilaku menangis, berteriak, memukul lengan dan kaki, berusaha mendorong stimulus, tidak kooperatif, memerlukan restrain fisik dan dukungan emosional<sup>10</sup>. Prosedur pungsi vena ini bisa menakutkan bagi anak-anak, serta menimbulkan rasa nyeri yang membuat anak trauma sehingga dapat menggunakan manajemen nyeri pada anak tersebut di ruang anak Rumah Sakit Sriwijaya Palembang<sup>11</sup>.

Penatalaksanaan yang dapat diberikan terhadap trauma akibat rasa nyeri yang dirasakan pada anak saat tindakan invasif salah satunya melalui *Slow Deep Breathing* dengan meniup baling-baling. *Slow Deep Breathing* merupakan tindakan yang dilakukan secara sadar untuk mengatur pernapasan secara lambat dan dalam sehingga menimbulkan efek relaksasi. *Slow Deep Breathing* merangsang sekresi neurotransmitter endorphen pada sistem syaraf otonom yang berefek pada penurunan kerja syaraf

simpatis dan meningkatkan kerja syaraf parasimpatis yang efeknya dapat mempengaruhi denyut jantung menjadi lebih lambat dan terjadi vasodilatasi pada pembuluh darah<sup>12</sup>.

Teknik relaksasi nafas (*Slow Deep Breathing*) dalam merupakan suatu teknik yang sangat efektif dilakukan dalam asuhan keperawatan untuk menurunkan intensitas nyeri. Menarik nafas dalam dapat menurunkan intensitas nyeri pada klien dikarenakan peningkatan fokus terhadap nyeri yang beralih pada relaksasi nafas, sehingga suplai oksigen dalam jaringan akan meningkat dan otak bisa berelaksasi<sup>11</sup>.

*Slow Deep Breathing* pada anak-anak dapat dilakukan dengan menggunakan alat bantu salah satunya yaitu baling-baling<sup>10</sup>. Saat anak bermain meniup baling-baling terjadi proses distraksi yaitu anak terfokus atau konsentrasi pada permainan yang dilakukan dan pada saat anak meniup memberikan efek relaksasi<sup>15</sup>.

Permainan meniup baling-baling adalah salah satu bentuk permainan yang kaitannya dengan pernafasan dimana anak yang mengalami nyeri dapat melakukan dengan terapi bermain tersebut. Terapi bermain meniup balingbaling dapat menurunkan intensitas nyeri dikarenakan suplai oksigen yang ada di jaringan akan meningkat dan otak bisa berelaksasi, dan terjadi peningkatan fokus terhadap nyeri

beralih pada relaksasi nafas. Otak yang berelaksasi akan merangsang tubuh untuk menghasilkan hormone endorphin yang dapat menghambat transmisi impuls nyeri ke otak sehingga dapat menurunkan sensasi nyeri dan intensitas nyeri yang dialami berkurang<sup>15</sup>.

Hasil penerapan ini relevan dengan penelitian sebelumnya yang berjudul “Pengaruh Terapi Meniup Baling-Baling Terhadap Tingkat Nyeri Anak Usia Prasekolah yang Dilakukan Pungsi Vena di RSUD Tugurejo Semarang” yang dilaksanakan pada tahun 2017 di ruang anak RSUD Tugurejo Semarang. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu skala observasi FLACC (*Face, Leg, Activity, Cry, Concolability*). Skala ini digunakan pada anak usia 2 bulan-7 tahun. Setiap parameter diberikan skor 0, 1, atau 2. Hasil menunjukkan setelah diberikan terapi meniup baling-baling didapatkan 13 responden (38,2%) tidak mengalami nyeri dengan skala 0, 14 responden (41,2%) mengalami nyeri ringan dengan skala 1-3, 6 responden (17,6%) mengalami nyeri sedang dengan skala 4-6, dan 1 responden (2,9%) mengalami nyeri berat dengan skala 7-9. Hasil uji t- independent diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $pvalue < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi meniup baling-baling dalam menurunkan nyeri pada anak usia prasekolah<sup>16</sup>.

Penelitian lain yang berjudul “Efektifitas Tehnik Relaksasi Napas Dalam Dengan Meniup Baling-Baling Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pungsi Vena Pada Anak Usia Prasekolah” yang dilaksanakan bulan Mei tahun 2018 di Ruang Ayyub 3 Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Penilaian skala nyeri dilakukan dengan skala nyeri FLACC. Cara pengambilan sampel ini adalah dengan teknik purposive sampling sehingga jumlah sampel menjadi 38 anak. Hasil menunjukkan rerata skala nyeri pada kelompok intervensi adalah 6 dan pada kelompok kontrol adalah 8. Ada pengaruh teknik relaksasi nafas dalam dengan meniup baling- baling terhadap skala nyeri pungsi vena pada anak usia prasekolah dengan nilai  $p\ value\ 0,000$  ( $\alpha < 0,05$ ). Saat diberikan teknik relaksasi nafas dalam dengan meniup baling-paling pada saat dilakukan pungsi vena skala nyeri anak yaitu skala 6 dengan kriteria nyeri sedang. Jumlah responden dengan skala nyeri sedang yaitu 17 responden dengan persentase 89,5% dan skala nyeri berat 2 responden 10,5%<sup>17</sup>.

Penelitian berikutnya yang berjudul “Penerapan Terapi *Slow Deep Breathing* dengan Bermain Meniup Baling-baling Untuk Menurunkan Nyeri pada Anak Prasekolah di RSUD Dr. Soedirman Kebumen” yang dilaksanakan tahun 2018 di RSUD Tugurejo Semarang dengan skala observasi FLACC (*Face, Leg, Activity,*

*Cry, Concolability*) menunjukkan terapi *Slow Deep Breathing* dengan bermain baling-baling yang dilakukan selama 3 hari dengan frekuensi 1 kali sehari selama 15 menit didapatkan hasil penurunan skala nyeri dari skala 6 menjadi skala nyeri 3, sehingga penurunan skala nyeri 3 skor. Terdapat 68 responden yang merupakan 34 kelompok kontrol dan 34 kelompok intervensi. Kelompok anak usia 3-6 tahun yang tidak diberikan terapi meniup baling-baling sebanyak 2 responden (5,9%) tidak mengalami nyeri dengan skala 0, 2 responden (5,9%) mengalami nyeri ringan dengan skala 1-3, 11 responden (32,4%) mengalami nyeri sedang dengan skala 4-6, dan 19 responden (27,5%) mengalami nyeri berat dengan skala 7-9. Anak yang tidak mengalami nyeri pada kelompok intervensi lebih besar proporsinya sebanyak 13 responden (38,2%) dibandingkan kelompok kontrol hanya 2 responden (5,9%)<sup>18</sup>.

Berdasarkan hasil implementasi diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa implementasi *slow deep breathing* meniup baling-baling dapat membantu menurunkan skala nyeri pada anak saat dilakukan tindakan invasif (injeksi) di Ruang Anak RSUD Jend. Ahmad Yani Metro, dimana dibuktikan adanya perbedaan skala nyeri pada kelompok intervensi (skala nyeri 1) dan kelompok kontrol (skala nyeri 7).

## KESIMPULAN

Implementasi *Slow Deep Breathing* dengan meniup baling-baling berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada anak prasekolah yang mendapatkan tindakan invasif (injeksi di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro).

## DAFTAR PUSTAKA

1. Wulandini, P., Kartika, I. R., Sartika, W., & Febrianita, Y. (2023). *Keperawatan Dasar Anak, Permainan Tradisional Untuk Meningkatkan Motorik Dan Manajemen Nyeri Pada Anak Penyakit Kronis* (T. Media (ed.)). TAHTA MEDIA GROUP.
2. Pratiwi, E. A., Fembi, P. N., Elfi, T., Kuwa, M. K. R., Jalal, N. M., Watu, E., Mane, G., Wahyuningrum, A. D., Suek, D., & Hidayati, B. N. (2021). *Konsep Keperawatan Anak* (Y. Nelista (ed.)). Penerbit Media Sains Indonesia.
3. Andriani, Y., Raraningrum, V., & Yunita, R. D. (2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah Di TK Nurul Husada Kalibaru Banyuwangi. *JURNAL ILMIAH KESEHATAN RUSTIDA*, 06(01), 20–27.
4. Fiteli, I., Nurchayati, S., & Zukhra, R. M. (2024). Gambaran Respon Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Yang Pertama Kali Dirawat Inap Di Rumah Sakit. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, 12(1).
5. Badan Pusat Statistik (2023) Presentase Anak Umur 0-17 tahun pada tahun 2023 Yang Pernah Di Rawat Inap
6. Medical Record RSUD Jenderal Ahmad Yani Metro (2024) data anak yang menjalani rawat inap tahun 2023 dan 2024
7. Rhomantri, M., Sari, S. A., & Immawati. (2022). Penerapan Teknik Distraksi Menonton Kartun Edukasi Untuk Menurunkan Skala Nyeri Pada Anak Usia 1-7 Tahun Saat Tindakan Invasif (Injeksi) di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendekia Muda*, 2(3).
8. Yunita, S., Pasaribu, M., Sharfina, D., & Lubis, A. J. (2022). Pengetahuan Perawat Dengan Penerapan Prosedur Manajemen Nyeri Di Rumah Sakit Mitra Medika Medan. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(2), 125–130.

9. Saputri, Y. (2022). *Penurunan Tingkat Nyeri Akibat Pemasangan Infus Dengan Pemberian Teknik Distraksi Pada Anak Umur 5-10 Tahun Yang Dirawat Diruang Rawat Inap Arafah 1 Di RSUD Dr. Zainoel Abidin*. UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSAMPENA.
10. Nirnasari, M. & Wati, L. (2020). Terapi Bermain Meniup Baling-Baling Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pemasangan Infus Anak Prasekolah. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 15(2).
11. Ndoy, Au. R. S. S. & Yanti L. (2018). Terapi Deep Breathing Dengan Bermain Baling-Baling Terhadap Penurunan Nyeri Anak Prasekolah Pada Pemasangan Pungsi Vena. *Jurnal Kesehatan*, 7(1).
12. Mahardika, A. I. (2021). *Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya.
13. Marni (2015) *Keperawatan Anak Modul 3*. Akademi Keperawatan Giri Satria Husada.
14. Ningtyas, N. W. R., Amanupunnyo, N. A., Manueke, I., Ainurrahmah, Y., Pramesti, D., Yuliana, Yanti, R. D., Siregar, M. A., Samutri, E., Syaftriani, A. M., Qorahman, W., Hesty, Ekawaty, F., Kusumahati, E., Fitria, K. T., & Laoh, J. M. (2023). *Manajemen Nyeri* (L. O. Alifariki & H. J. Siagian (eds.)). PT. MEDIA PUSTAKA INDO.
15. Wahyuni, H., Setyawati, & Inayah, I. (2015). Terapi Slow Deep Breathing Dengan Bermain Meniup Baling-Baling Terhadap Intensitas Nyeri Pada Anak Yang Dilakukan Penyuntikan Anestesi Sirkumsisi. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(2), 36–43.
16. Setyawati, S. Y., Alfiyanti, D., & Sumanto, D. (2017). *Pengaruh Terapi Meniup Baling-Baling Terhadap Tingkat Nyeri Anak Usia Prasekolah Yang Dilakukan Pungsi Vena Di RSUD Tugurejo Semarang*. 1–8.
17. Machsun, T., Alfiyanti, D., & Mariyam. (2018). Efektifitas Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Meniup Baling-Baling Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pungsi Vena Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/10.32584/jika.v1i1.102>
18. Hidayah, N. (2018). *Penerapan Terapi Slow Deep Breathing dengan Bermain Meniup Baling-baling Untuk Menurunkan Nyeri pada Anak Prasekolah di RSUD Dr. Soedirman Kebumen*. STIKES Muhammadiyah Gombong.