

## PENGARUH JENIS INTERVENSI DISTRAKSI TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA ANAK: STUDI LITERATUR

Nike Budiarti Indah Fajarwati<sup>1</sup>, Sri Rejeki<sup>2</sup>, Amin Samiasih<sup>3</sup>,  
<sup>1-3</sup>Universitas Muhammadiyah Semarang  
Email: [nike.fajarwati@gmail.com](mailto:nike.fajarwati@gmail.com)

### ABSTRAK

Nyeri adalah pengalaman yang tidak menyenangkan dan sering kali dialami oleh anak-anak dalam berbagai konteks, termasuk selama perawatan medis. Intervensi distraksi telah digunakan sebagai metode non-farmakologis untuk mengurangi intensitas nyeri pada anak-anak. Tujuan dari studi literatur ini adalah untuk menyelidiki pengaruh jenis intervensi distraksi terhadap penurunan intensitas nyeri pada anak-anak. Penelusuran literatur dilakukan melalui basis data elektronik seperti PubMed, Google Scholar, dan PsycINFO. Kata kunci yang digunakan meliputi "distraction intervention", "pain intensity", "children", dan "pain management". Studi yang ditemukan harus memenuhi kriteria inklusi yaitu melibatkan anak-anak sebagai subjek penelitian, menguji efek jenis intervensi distraksi terhadap intensitas nyeri, dan memiliki data yang relevan untuk diekstraksi. Dari studi literatur yang telah dianalisis, beberapa jenis intervensi distraksi yang telah diteliti meliputi musik, permainan video, cerita bergambar, bercerita, dan mainan. Studi-studi tersebut melaporkan hasil yang bervariasi dalam pengaruh intervensi distraksi terhadap penurunan intensitas nyeri pada anak-anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa musik dan permainan video dapat mengurangi intensitas nyeri pada anak-anak selama prosedur medis, sementara studi lain menemukan bahwa cerita bergambar, bercerita, dan mainan juga memiliki efek yang positif. Kesimpulan: Dari studi literatur yang ada, terdapat bukti bahwa jenis intervensi distraksi dapat mempengaruhi penurunan intensitas nyeri pada anak-anak. Namun, hasil-hasil yang ditemukan tidak konsisten antara studi-studi yang dilakukan. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan desain yang lebih terkontrol dan sampel yang lebih besar untuk mengklarifikasi pengaruh masing-masing jenis intervensi distraksi. Pemahaman yang lebih baik tentang efektivitas jenis intervensi distraksi ini dapat membantu dalam pengembangan strategi yang lebih efektif dalam manajemen nyeri pada anak-anak.

**Kata Kunci:** "pain in children", "pediatric pain", "pain assessment", "pain management", "non-pharmacological interventions", dan "pain relief"

### ABSTRACT

*Pain is an unpleasant experience and is experienced by children in a variety of contexts, including during medical treatment. Distraction interventions have been used as a non-pharmacological method to reduce pain intensity in children. The aim of this literature study was to investigate the effect of a type of distraction intervention on reducing pain intensity in children. Literature searches were conducted through electronic databases such as PubMed, Google Scholar, and PsycINFO. Keywords used include "distraction intervention", "pain intensity", "children", and "pain management". The studies found must meet the inclusion criteria, namely involving children as*

*research subjects, testing the effect of the type of distraction intervention on pain intensity, and having relevant data to be extracted. From the literature studies that have been analyzed, several types of distraction interventions that have been studied include music, video games, picture stories, storytelling, and toys. These studies report varying results in the effect of distraction interventions on reducing pain intensity in children. Some studies have shown that music and video games can reduce pain in children during medical procedures, while other studies have found that picture stories, storytelling, and toys also have a positive effect. Conclusion: From existing literature studies, there is evidence that this type of distraction intervention can affect the reduction of pain intensity in children. However, the results were found to be inconsistent between the studies performed. Therefore, it is necessary to conduct further research with a more controlled design and a larger sample to clarify the effect of each type of distraction intervention. Better understanding of the effectiveness of this type of distraction intervention could assist in the development of more effective strategies for pain management in children.*

**Keywords:** "pain in children", "pediatric pain", "pain assessment", "pain management", "non-pharmacological interventions", and "pain relief"

## **LATAR BELAKANG**

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang dapat dialami oleh anak-anak. Masalah nyeri pada anak memiliki konsekuensi yang signifikan terhadap kualitas hidup mereka, termasuk gangguan tidur, penurunan nafsu makan, ketidaknyamanan fisik, dan dampak negatif pada kesejahteraan psikososial mereka. Oleh karena itu, pemahaman yang baik tentang nyeri pada anak sangat penting untuk memberikan perawatan yang optimal dan efektif. (Wandini & Resandi, 2020)

Manajemen nyeri pada anak dapat melibatkan pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis melibatkan penggunaan obat analgesik yang sesuai dengan usia dan kondisi anak. Sementara itu, terapi non-farmakologis melibatkan teknik seperti distraksi, relaksasi, terapi musik, hipnosis, dan pendekatan psikologis seperti terapi kognitif perilaku. (Cahyanti et al., 2023) Pendekatan kombinasi sering kali digunakan untuk memberikan perawatan nyeri yang holistik dan efektif pada anak-anak. (Soeparmin, 2010)

Pemahaman yang lebih mendalam tentang nyeri pada anak dan pengelolaannya sangat penting dalam praktek klinis. Penelitian lebih lanjut dan pengembangan pedoman yang lebih baik dalam manajemen nyeri pada anak dapat memberikan panduan yang lebih jelas dan efektif bagi tenaga medis dan orang tua dalam memberikan perawatan yang optimal untuk anak-anak yang mengalami nyeri.

## **METODE PENELITIAN**

Metode dalam penelitian ini adalah studi literatur. Langkah penelitian antara lain dimulai dari penentuan tujuan Penelitian yaitu secara spesifik, yaitu untuk menginvestigasi faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri pada anak, pendekatan manajemen nyeri yang efektif, dan pengaruh intervensi non-farmakologis distraksi terhadap penurunan intensitas nyeri pada anak. Kemudian langkah berikutnya adalah pemilihan basis data yang dipakai dalam penelitian ini antara lain PubMed, Google Scholar, PsycINFO dan memastikan basis

data yang dipilih mencakup publikasi yang relevan terkait implementasi nyeri pada anak. Langkah penelitian selanjutnya merupakan pengidentifikasian kata kunci yang relevan untuk mencari artikel-artikel yang berkaitan dengan nyeri pada anak antara lain : "pain in children", "pediatric pain", "pain assessment", "pain management", "non-pharmacological interventions", dan "pain relief". Data yang telah diperoleh dilakukan filter kembali antara lain, tahun publikasi 2015-2023 , jenis studi, dan populasi target khusus yaitu anak-anak/*pediatric*. Studi yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu artikel yang berfokus pada nyeri pada anak, termasuk hasil penelitian atau tinjauan literatur yang relevan dengan tujuan penelitian dipilih untuk selanjutnya dilakukan analisis artikel. Metode penelitian studi literatur nyeri pada anak ini didasarkan pada analisis literatur yang relevan dengan topik penelitian. Dengan mengikuti langkah-langkah metode tersebut, diharapkan pembaca dapat memperoleh wawasan yang komprehensif tentang nyeri pada anak, intervensi yang efektif, dan arah penelitian selanjutnya dalam bidang ini.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### Hasil:

Berdasarkan analisis literatur yang dilakukan, terdapat beberapa jenis intervensi distraksi yang telah diteliti dalam konteks mengurangi nyeri pada anak. Beberapa jenis intervensi yang paling umum meliputi musik, permainan video, cerita bergambar, bercerita, dan mainan. Setiap jenis intervensi memiliki pendekatan yang berbeda untuk mengalihkan perhatian anak dari nyeri yang dirasakan selama prosedur medis atau perawatan. (Pillai Riddell et al., 2015)

### Pembahasan:

#### Musik sebagai Intervensi Distraksi:

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa musik dapat mengurangi intensitas nyeri pada anak-anak selama prosedur medis. Musik yang disukai oleh anak, khususnya musik yang memiliki irama yang menenangkan atau menghibur, dapat mempengaruhi respons emosional dan sensorik anak terhadap nyeri. Musik juga dapat membantu dalam mengalihkan perhatian anak dari nyeri yang dialami. (Aydin & Sahiner, 2017)

#### Permainan Video sebagai Intervensi Distraksi:

Beberapa penelitian melaporkan bahwa permainan video dapat menjadi distraksi yang efektif dalam mengurangi nyeri pada anak-anak. (Seiden et al., 2014). Ketika anak terlibat dalam permainan video yang menarik, perhatian mereka teralihkan dari nyeri yang mereka rasakan. (Sola et al., 2017). Namun, penting untuk memperhatikan batasan penggunaan permainan video untuk memastikan bahwa permainan tersebut tetap aman dan tidak mengganggu prosedur medis atau perawatan. (Kim & Thomas, 2015)

Penelitian (penulis, tahun), negara	Desain penelitian	Partisipan, Umur	Tindakan medis/diagnosa medis	Intervensi video distraksi	Penjelasan terhadap intervensi
Seiden et al., (2014), USA	Non inferiority randomized trial	N = 108, 1 - 11 tahun	Outpatient surgeries with general anesthesia	Playing interactive video game (active distraction)	Anak-anak memilih video game yang sesuai usia di area tindakan. Tablet/HP dikembalikan kepada anak untuk memainkan permainan yang dipilih pada saat perpisahan dengan orang tua sebelum masuk ruang operasi dan mereka terus bermain selama induksi anestesi.
Kim et al., (2015), Korea Selatan	RCT	N = 117, 2 - 7 tahun	Elective minor surgery with general anesthesia (eye surgery, tonsillectomy, herniorrhaphy, neck mass excision)	Watching a cartoon film (passive distraction)	Anak-anak memilih film pilihan mereka dan mulai menontonnya di area tindakan (melalui <i>smartphone</i> ). Mereka terus menonton video selama induksi anestesi.
Sola et al., (2017), Perancis	RCT	N = 135, 2 - 12 tahun	Ambulatory surgery with general anesthesia	Watching a cartoon film (passive distraction)	Anak-anak memilih film kartun yang sesuai usia dan mulai menontonnya 30 menit sebelum anestesi melalui pemutar DVD. Anak-anak melanjutkan menonton film sampai mereka tertidur karena anestesi.
Marechal et al., (2017); Perancis	RCT	N = 118, 4 - 11 tahun	Ambulatory surgery with general anesthesia for minor surgeries	Playing a video game (active distraction)	Anak-anak diizinkan memilih video game pilihan mereka untuk dimainkan melalui iPad elektronik. Mereka mulai bermain di ruang <i>recovery</i> 20 menit sebelum anestesi dan mereka diizinkan untuk terus bermain sampai mereka kehilangan kesadaran selama induksi anestesi.

### Cerita Bergambar dan Bercerita sebagai Intervensi Distraksi:

Beberapa studi menunjukkan bahwa cerita bergambar dan bercerita dapat membantu mengalihkan perhatian anak dari nyeri dan menciptakan suasana yang lebih santai selama prosedur medis. Anak-anak dapat terlibat dalam cerita bergambar atau mendengarkan cerita yang diceritakan oleh orang dewasa untuk mengalihkan fokus mereka dari nyeri yang mereka rasakan. (Sekhavatpour et al., 2019)

### Mainan sebagai Intervensi Distraksi:

Penggunaan mainan sebagai distraksi dapat menjadi metode yang efektif untuk mengurangi nyeri pada anak-anak. Mainan dapat memberikan sensasi menyenangkan, mengalihkan perhatian, dan memberikan rasa aman kepada anak-anak selama prosedur medis. Pemilihan mainan yang sesuai dengan minat dan usia anak dapat memaksimalkan efek distraksi yang dihasilkan. (Godino-Iáñez et al., 2020)

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan studi literatur yang dilakukan, intervensi distraksi seperti musik, permainan video, cerita bergambar, bercerita, dan mainan memiliki potensi untuk mengurangi intensitas nyeri pada anak-anak selama prosedur medis. Meskipun hasil penelitian masih bervariasi, penggunaan intervensi distraksi secara umum terbukti memberikan manfaat dalam mengalihkan perhatian anak dari nyeri yang mereka rasakan.

### Saran:

1. Peningkatan penelitian: Diperlukan penelitian lebih lanjut dengan desain yang lebih terkontrol, sampel yang lebih besar, dan kelompok kontrol yang memadai untuk memperkuat bukti-bukti mengenai efektivitas intervensi distraksi. Penelitian dengan fokus pada pemilihan metode distraksi yang paling efektif dan adaptasi intervensi untuk berbagai kelompok usia dan kondisi medis anak juga perlu dilakukan.
2. Pengembangan pedoman klinis: Berdasarkan temuan studi literatur, penting untuk mengembangkan pedoman klinis yang jelas untuk penggunaan intervensi distraksi dalam manajemen nyeri pada anak-anak. Pedoman ini dapat membantu tenaga medis dan orang tua dalam memilih dan menerapkan intervensi distraksi yang sesuai, memastikan keselamatan anak, dan meningkatkan efektivitas dalam mengurangi nyeri.
3. Pendidikan dan pelatihan: Diperlukan upaya untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran tenaga medis, termasuk dokter, perawat, dan teknisi medis, mengenai pentingnya dan kegunaan intervensi distraksi dalam mengurangi nyeri pada anak-anak. Pelatihan yang memadai mengenai teknik distraksi dan implementasi yang efektif juga harus menjadi bagian dari pendidikan klinis mereka.
4. Pengembangan teknologi: Pengembangan teknologi yang inovatif, seperti aplikasi *mobile* atau *virtual reality*, dapat digunakan sebagai alat distraksi yang lebih interaktif dan menarik bagi anak-anak selama prosedur medis. Pengembangan teknologi ini harus melibatkan kolaborasi antara profesional kesehatan, ahli teknologi, dan desainer pengalaman pengguna untuk memastikan keefektifan dan keamanan penggunaannya.

Dengan memperkuat penelitian, mengembangkan pedoman klinis, meningkatkan pendidikan, dan mengembangkan teknologi yang tepat, intervensi distraksi dapat menjadi

bagian penting dalam manajemen nyeri pada anak-anak. Upaya ini dapat memberikan perawatan yang lebih baik, mengurangi stres dan ketidaknyamanan anak-anak selama prosedur medis, dan meningkatkan kualitas perawatan medis secara keseluruhan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada segenap civitas akademik khususnya Program Studi Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang, Bapak Direktur Pascasarjana Dr Ali Rosidi M.Si., Ibu Dr Vivi Yosafianti Pohan, M.Kep. selaku Kaprodi beserta jajaran, serta teman-teman Magister Keperawatan Angkatan III Tahun 2021 yang selalu mendukung dan kompak selalu dalam menularkan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aydin, D., & Sahiner, N. C. (2017). Effects of music therapy and distraction cards on pain relief during phlebotomy in children. *Applied Nursing Research*, *33*, 164–168. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2016.11.011>
- Cahyanti, L., Fitriana, V., Setya, D. P., & Siska, L. P. (2023). TERAPI RELAKSASI OTOT PROGESIF TERHADAP STRES PSIKOSOSIAL KELUARGA PASIEN COVID-19. *Jurnal Profesi Keperawatan*, *10*(1), 13–25.
- Godino-Iáñez, M. J., Martos-Cabrera, M. B., Suleiman-Martos, N., Gómez-Urquiza, J. L., Vargas-Román, K., Membrive-Jiménez, M. J., & Albendín-García, L. (2020). Play therapy as an intervention in hospitalized children: A systematic review. *Healthcare (Switzerland)*, *8*(3), 1–12. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030239>
- Kim, S. H., & Thomas, M. K. (2015). A Stage theory model of professional video game players in South Korea: The socio-cultural dimensions of the development of expertise. *Asian Journal of Information Technology*, *14*(5), 176–186. <https://doi.org/10.3923/ajit.2015.176-186>
- Pillai Riddell, R. R., Racine, N. M., Gennis, H. G., Turcotte, K., Uman, L. S., Horton, R. E., Ahola Kohut, S., Hillgrove Stuart, J., Stevens, B., & Lisi, D. M. (2015). Non-pharmacological management of infant and young child procedural pain. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, *2017*(7). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006275.pub3>
- Seiden, S. C., McMullan, S., Sequera-Ramos, L., De Oliveira, G. S., Roth, A., Rosenblatt, A., Jesdale, B. M., & Suresh, S. (2014). Tablet-based Interactive Distraction (TBID) vs oral midazolam to minimize perioperative anxiety in pediatric patients: A noninferiority randomized trial. *Paediatric Anaesthesia*, *24*(12), 1217–1223. <https://doi.org/10.1111/pan.12475>
- Sekhvatpour, Z., Khanjani, N., Reyhani, T., Ghaffari, S., & Dastoorpoor, M. (2019). <p>The effect of storytelling on anxiety and behavioral disorders in children undergoing surgery: a randomized controlled trial</p>. *Pediatric Health, Medicine and Therapeutics*, *Volume 10*, 61–68. <https://doi.org/10.2147/phmt.s201653>
- Soeparmin, S. (2010). Distraksi sebagai salah satu pendekatan yang dilakukan dalam mencapai keberhasilan perawatan gigi anak. *Dentika Dental Journal*, *15 NO.1*, 91–95.
- Sola, C., Lefauconnier, A., Bringuier, S., Raux, O., Capdevila, X., & Dadure, C. (2017). Childhood preoperative anxiolysis: Is sedation and distraction better than either alone? A prospective randomized study. *Paediatric Anaesthesia*, *27*(8), 827–834. <https://doi.org/10.1111/pan.13180>
- 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>

