

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 6 No. 1	Edition: Desember 2025 – Maret 2026
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH	
Received : 15 Desember 2025	Revised: 18 Desember 2025	Accepted: 21 Desember 2025

**EDUKASI TERAPI DISTRAKSI AUDIOVISUAL SEBAGAI UPAYA
PENCEGAHAN TRAUMA INJEKSI PADA ANAK DI DUSUN II DESA
SIDODADI KECAMATAN BIRU-BIRU KABUPATEN DELI SERDANG**

*Education on Audiovisual Distraction Therapy as an Effort to Prevent
Injection Trauma in Children in Hamlet II, Sidodadi Village, Biru-Biru
Subdistrict, Deli Serdang Regency*

**Dewi Tiansa Barus¹, Daniel Suranta Ginting², Rini Debora Silalahi³,
Adi Arianto⁴, Rentawati Purba⁵**

¹²³⁴⁵Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail : dewi.tbarus@gmail.com, danielsuranta95@gmail.com, rinisilalahi19@gmail.com,
ns.adiarianto@gmail.com, rentawatipurba2@gmail.com

Abstract

Injection trauma in children is a common problem that can lead to anxiety, fear, and refusal of health care procedures in the future. One effective non-pharmacological approach to preventing injection trauma is audiovisual distraction therapy. This community service activity aimed to provide education on audiovisual distraction therapy as an effort to prevent injection trauma in children in Hamlet II, Sidodadi Village, Biru-Biru Subdistrict, Deli Serdang Regency. The implementation methods included health education sessions, demonstrations on the use of audiovisual media, and interactive discussions with children and parents. The media used consisted of educational videos and animations designed to capture children's attention during injection procedures. The results of the activity showed an increase in parents' knowledge and positive responses from children, as indicated by reduced anxiety and fear during injection simulations. Audiovisual distraction therapy education has proven to be a simple, effective, and easily applicable alternative intervention for both health workers and parents in preventing injection trauma in children. It is expected that this activity will improve the quality of pediatric health services and help create positive experiences during medical procedures.

Keywords: *Audiovisual distraction therapy, injection trauma, children, community service.*

Abstrak

Trauma injeksi pada anak merupakan permasalahan yang sering terjadi dan dapat menimbulkan kecemasan, ketakutan, serta penolakan terhadap tindakan kesehatan di kemudian hari. Salah satu upaya nonfarmakologis yang efektif untuk mencegah trauma injeksi adalah terapi distraksi audiovisual. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai terapi distraksi audiovisual sebagai upaya pencegahan trauma injeksi pada anak di Dusun II Desa Sidodadi, Kecamatan Biru-Biru, Kabupaten Deli Serdang. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan, demonstrasi penggunaan media audiovisual, serta diskusi interaktif dengan anak dan orang tua. Media yang digunakan berupa video edukatif dan animasi yang menarik perhatian anak saat dilakukan tindakan injeksi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan orang tua serta respon positif dari anak, ditandai dengan berkurangnya kecemasan dan ketakutan saat simulasi tindakan injeksi. Edukasi terapi distraksi audiovisual terbukti dapat menjadi alternatif intervensi yang sederhana, efektif, dan mudah diterapkan oleh tenaga kesehatan maupun orang tua dalam mencegah trauma injeksi pada anak. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan anak serta membentuk pengalaman positif dalam tindakan medis.

Kata Kunci : terapi distraksi audiovisual, trauma injeksi, anak, edukasi kesehatan

1. PENDAHULUAN

Artikel ilmiah Prosedur injeksi merupakan tindakan medis yang umum dilakukan pada anak-anak, baik dalam upaya pencegahan maupun pengobatan suatu penyakit. Namun, tindakan ini seringkali menjadi sumber ketakutan dan trauma, khususnya pada anak usia dini. Rasa takut dan cemas terhadap injeksi dapat menyebabkan respon negatif seperti menangis, menolak tindakan, hingga fobia terhadap perawatan kesehatan di masa mendatang (Putri et al., 2020). Anak-anak memiliki kemampuan kognitif dan emosional yang masih berkembang, sehingga belum mampu memahami sepenuhnya tujuan dari prosedur medis yang mereka jalani. Akibatnya, tindakan invasif seperti injeksi dapat meninggalkan pengalaman traumatis apabila tidak dikelola dengan tepat (Marlina & Widyaningsih, 2021). Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan dan trauma pada anak saat injeksi adalah terapi distraksi.

Terapi distraksi audiovisual merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang digunakan untuk mengalihkan perhatian anak dari rasa sakit atau ketidaknyamanan selama prosedur medis. Dengan menggunakan media visual dan suara seperti video kartun, animasi edukatif, atau musik anak, perhatian anak terfokus pada rangsangan audiovisual sehingga tingkat kecemasan dan persepsi nyeri menurun (Setiawati et al., 2022). Penerapan edukasi mengenai terapi distraksi audiovisual kepada orang tua dan tenaga kesehatan di tingkat desa sangat penting untuk mengurangi risiko trauma injeksi pada anak. Desa Sidodadi, khususnya Dusun II di Kecamatan Biru-Biru, Kabupaten Deli Serdang, merupakan wilayah dengan populasi anak yang cukup tinggi dan frekuensi kunjungan ke fasilitas kesehatan yang cukup rutin, seperti imunisasi atau pengobatan demam. Namun, pendekatan psikologis dalam tindakan injeksi masih terbatas, sehingga risiko trauma pada anak tetap tinggi.

Melalui edukasi ini, diharapkan masyarakat, khususnya para orang tua dan kader kesehatan di Dusun II Desa Sidodadi, dapat menerapkan teknik terapi distraksi audiovisual secara mandiri dan berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan upaya promosi kesehatan yang holistik dan berpusat pada keluarga. Anak-anak merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap stres dan trauma, terutama dalam menghadapi prosedur medis seperti injeksi. Bagi sebagian besar anak, tindakan injeksi tidak hanya menimbulkan rasa sakit secara fisik, tetapi juga menciptakan kecemasan dan ketakutan yang berlebihan. Trauma akibat injeksi tidak boleh dianggap sepele karena dapat berdampak jangka panjang, seperti fobia medis, penolakan terhadap pengobatan, dan gangguan perilaku saat berinteraksi dengan petugas kesehatan (Susanti et al., 2021).

Di Indonesia, upaya imunisasi dan pengobatan penyakit infeksi yang sering dilakukan pada anak-anak masih sangat bergantung pada prosedur injeksi. Sayangnya, penanganan aspek psikologis anak selama tindakan medis ini masih belum optimal, terutama di wilayah pedesaan yang minim fasilitas dan tenaga kesehatan terlatih dalam manajemen nyeri nonfarmakologis. Berdasarkan pengamatan awal di Dusun II Desa Sidodadi Kecamatan Biru-Biru Kabupaten Deli Serdang, masih banyak anak-anak yang menunjukkan ketakutan berlebih saat akan menerima suntikan, baik saat imunisasi di posyandu maupun di pelayanan kesehatan primer seperti puskesmas. Salah satu pendekatan efektif yang telah banyak digunakan secara global untuk mengurangi kecemasan dan nyeri selama prosedur invasif adalah terapi distraksi audiovisual. Terapi ini memanfaatkan video atau musik untuk mengalihkan perhatian anak dari prosedur yang sedang dijalani. Saat perhatian anak teralihkan oleh gambar atau suara yang menyenangkan, otak tidak memproses sinyal nyeri secara penuh, sehingga intensitas nyeri yang dirasakan menurun (Ali & Rasyid, 2020). Dalam konteks anak-anak, penggunaan media kartun, lagu anak, atau cerita animasi terbukti mampu menenangkan suasana hati dan membuat anak lebih kooperatif.

Pemberian edukasi mengenai terapi distraksi audiovisual kepada orang tua, kader kesehatan, dan tenaga medis tingkat dasar sangat penting sebagai bagian dari intervensi promotif dan preventif. Dengan edukasi ini, masyarakat dapat memahami bahwa trauma pada anak akibat prosedur medis bisa dicegah melalui pendekatan yang sederhana, murah, namun efektif. Selain itu, pemberdayaan masyarakat melalui edukasi ini juga sejalan dengan program Keluarga Sehat yang dicanangkan oleh Kementerian Kesehatan, yang menekankan pentingnya peran keluarga dalam perawatan kesehatan anak di rumah dan lingkungan sekitar. Penerapan terapi distraksi audiovisual secara terstruktur di wilayah pedesaan seperti Desa Sidodadi juga menjadi strategi yang tepat, mengingat teknologi seperti smartphone atau tablet sudah cukup umum ditemukan bahkan di pedesaan. Edukasi yang diberikan tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga dapat dipraktikkan langsung oleh para orang tua, sehingga anak-anak terbiasa dengan suasana injeksi yang lebih nyaman dan tidak menakutkan.

Dengan demikian, pelaksanaan edukasi terapi distraksi audiovisual di Dusun II Desa Sidodadi diharapkan mampu menjadi solusi alternatif yang efektif dalam menurunkan angka kejadian trauma injeksi pada anak, serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang ramah anak.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Dusun II Desa Sidodadi, Kecamatan Biru-Biru, Kabupaten Deli Serdang. Sasaran kegiatan adalah anak-anak usia prasekolah dan sekolah dasar yang berpotensi mengalami trauma injeksi, serta orang tua sebagai pendamping utama anak dalam tindakan kesehatan. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan perangkat desa dan orang tua, penyusunan materi edukasi, serta persiapan media audiovisual berupa video edukatif dan animasi yang sesuai dengan usia anak.

Tahap pelaksanaan diawali dengan penyuluhan kesehatan kepada orang tua dan anak mengenai pengertian trauma injeksi, dampak yang ditimbulkan, serta pentingnya pencegahan trauma injeksi sejak dini. Selanjutnya dilakukan edukasi dan demonstrasi terapi distraksi audiovisual dengan memutar video dan animasi sebagai media pengalihan perhatian anak saat simulasi tindakan injeksi. Kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif dan tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman peserta. Tahap evaluasi dilakukan melalui observasi langsung terhadap respon anak selama simulasi tindakan injeksi serta penilaian peningkatan pengetahuan orang tua sebelum dan sesudah kegiatan edukasi. Indikator keberhasilan kegiatan ditunjukkan dengan meningkatnya pemahaman orang tua serta berkurangnya kecemasan dan ketakutan anak terhadap tindakan injeksi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 08 Mei 2025. Kegiatan ini dilakukan selama \pm 90 menit dari pukul 09.00 WIB sampai dengan pukul 10.30 WIB di Balai Desa Sidodadi Dusun IV Kecamatan Biru-biru Kabupaten Deli Serdang.

3.1 Kehadiran Peserta

Sebelum acara dimulai, setiap warga yang datang terlebih dahulu diarahkan ke meja registrasi untuk mengisi daftar hadir sebagai bentuk pendataan peserta kegiatan. Selain itu, peserta juga mendapatkan pemeriksaan tekanan darah secara gratis oleh tim pelaksana sebagai bentuk pelayanan kesehatan awal dan pendekatan kepada masyarakat.

Kegiatan ini diikuti oleh orang tua yang memiliki anak usia 1–10 tahun, terutama ibu-ibu yang aktif mengikuti kegiatan Posyandu. Sebanyak 30 orang tua dan 5 kader kesehatan tercatat hadir dan berpartisipasi secara aktif dalam penyuluhan. Kehadiran peserta menunjukkan antusiasme masyarakat Dusun II Desa Sidodadi terhadap upaya peningkatan pengetahuan kesehatan anak, khususnya dalam pencegahan trauma injeksi.

3.2 Proses Kegiatan Penyuluhan

1. Pembukaan

Kegiatan diawali dengan sambutan dari kepala dusun dan tim pelaksana. Dilanjutkan dengan perkenalan singkat mengenai tujuan dan manfaat kegiatan.

2. Penyampaian Materi

Pemateri menjelaskan materi secara interaktif menggunakan media presentasi. Beberapa topik utama yang disampaikan meliputi:

- Apa itu trauma injeksi dan bagaimana pengaruhnya terhadap psikologis anak.
- Pentingnya peran orang tua dalam mengelola emosi anak saat tindakan medis.
- Penjelasan konsep terapi distraksi audiovisual sebagai salah satu solusi non-obat untuk mengurangi rasa takut dan nyeri

3. Pemutaran Video Contoh

Peserta diajak menonton video kartun yang biasa digunakan sebagai distraksi saat anak akan disuntik. Beberapa anak yang hadir tampak tertarik dan tenang saat menyaksikan tayangan tersebut, memperkuat pemahaman peserta bahwa teknik ini efektif.

4. Simulasi Praktik Langsung

Simulasi dilakukan dengan menggunakan boneka sebagai "anak" dan alat suntik mainan. Peserta mempraktikkan cara mengalihkan perhatian anak menggunakan video/audio sambil "melakukan" tindakan injeksi.

Kegiatan ini menumbuhkan kepercayaan diri peserta, terutama para ibu, untuk mencoba teknik tersebut di rumah atau saat mendampingi anak ke puskesmas. Sesi Tanya Jawab

Peserta diberikan waktu untuk bertanya dan berbagi pengalaman mereka dalam menghadapi anak saat disuntik. Banyak peserta menyampaikan bahwa mereka sering kesulitan menenangkan anak, dan merasa terbantu dengan adanya teknik ini.

5. Evaluasi Pengetahuan

Pre-test dan post-test dilakukan secara sederhana dengan kuesioner berisi 5–10 pertanyaan. Hasil awal menunjukkan peningkatan pemahaman peserta setelah sesi edukasi berlangsung.

6. Penutupan

Kegiatan ditutup dengan pemberian leaflet edukatif dan dokumentasi bersama seluruh peserta. Para peserta berharap kegiatan serupa dapat dilakukan secara rutin untuk topik-topik kesehatan lainnya.

3.3 Evaluasi

1. Evaluasi Struktur

- Peserta penyuluhan orang

2. Evaluasi Proses

- Selama proses berlangsung warga Sidodadi dapat mengikuti seluruh kegiatan
- Selama kegiatan berlangsung warga Sidodadi aktif
- Terdapat pertanyaan yang diajukan oleh warga tentang penyuluhan tersebut :

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi mengenai terapi distraksi audiovisual ini mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat, terutama orang tua dan kader kesehatan, tentang pentingnya upaya pencegahan trauma injeksi pada anak. Melalui pemberian materi edukatif, penayangan video, serta pelaksanaan simulasi, peserta memperoleh pemahaman dan keterampilan praktis yang dapat langsung diterapkan ketika mendampingi anak saat menjalani prosedur injeksi. Penerapan terapi distraksi audiovisual terbukti menjadi metode yang sederhana, ekonomis, dan efektif dalam membantu anak merasa lebih rileks dan kooperatif selama tindakan medis. Tingginya antusiasme serta keterlibatan aktif peserta dalam sesi diskusi dan praktik menunjukkan bahwa pendekatan ini dapat diterima dengan baik oleh masyarakat.

Berdasarkan hasil evaluasi, terdapat peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah kegiatan penyuluhan, yang terlihat dari nilai post-test yang lebih tinggi dibandingkan dengan pre-test. Kegiatan simulasi juga memberikan kesempatan bagi peserta untuk mempraktikkan secara langsung teknik distraksi yang dinilai mudah dilakukan, menyenangkan, dan fleksibel untuk diterapkan kapan saja. Secara umum, kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesiapan masyarakat untuk mendampingi anak dengan pendekatan yang lebih empatik dan berorientasi pada kenyamanan selama prosedur medis. Diharapkan terapi distraksi audiovisual dapat dijadikan sebagai bagian dari pendekatan rutin, baik oleh keluarga maupun tenaga kesehatan, dalam mencegah terjadinya trauma medis jangka panjang pada anak.

Melalui kegiatan ini, orang tua dan kader kesehatan di Dusun II Desa Sidodadi diharapkan mampu berperan sebagai agen perubahan dalam menciptakan pelayanan kesehatan yang lebih ramah anak serta mencegah munculnya trauma medis sejak usia dini. Penulisan sumber kutipan mengacu pada APA Style menggunakan format urutan alfabet dan 1 spasi. Daftar pustaka hanya memuat Pustaka yang secara langsung disebutkan atau menjadi sumber kutipan. Berikut adalah beberapa contoh penulisan daftar pustaka.

DAFTAR PUSTAKA

- Adibah, N., & Suhariyanti, R. (2020). Pengaruh Terapi Distraksi Audiovisual terhadap Tingkat Kecemasan Anak saat Tindakan Injeksi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 5(2), 45–52.
- Ariani, A. (2019). *Psikologi Anak: Perkembangan dan Permasalahannya*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Departemen Kesehatan RI. (2020). *Pedoman Pelayanan Kesehatan Anak di Puskesmas*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dewi, K. T., & Marlina, R. (2022). Terapi Distraksi sebagai Upaya Menurunkan Nyeri dan Cemas pada Anak. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 13(1), 20–27.
- Handayani, L. (2021). *Manajemen Nyeri Nonfarmakologis pada Anak*. Yogyakarta: Pustaka Cendekia.
- Hidayat, A. A. (2018). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusnanto, H., & Rahayu, S. (2021). Pengaruh Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 9(2), 175–182.
- Mubarak, W. I., & Chayatin, N. (2019). *Ilmu Keperawatan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Nursalam. (2020). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Utami, W., & Sari, D. (2023). Efektivitas Media Audiovisual dalam Mengurangi Ketakutan Anak Terhadap Suntikan. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 11(1), 33–40.

Yuliana, D. (2019). Teknik Distraksi Audiovisual dan Perilaku Anak saat Injeksi. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(1), 65–72.