

PENERAPAN TERAPI DISTRAKSI : VIRTUAL REALITY UNTUK MENGURANGI GEJALA KECEMASAN ANAK DENGAN LEUKEMIA DI RSUP DR. SARDJITO

Muna Nur Alifah Helena¹, Sarka Ade Susana², Abdul Ghofur³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email : helenaamoon28@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Leukemia pada anak membutuhkan pengobatan jangka panjang berupa kemoterapi. Selain menimbulkan efek fisik, kemoterapi juga berdampak secara psikologis, seperti ansietas yang timbul dari prosedur medis, ketakutan terhadap nyeri, dan kekhawatiran selama pengobatan. Terapi distraksi berbasis realitas virtual merupakan salah satu intervensi yang dapat membantu mengurangi kecemasan pada anak.

Tujuan: Menerapkan terapi distraksi realitas virtual untuk mengurangi gejala kecemasan pada pasien anak usia 8–12 tahun dengan leukemia yang menjalani kemoterapi di RSUP Dr. Sardjito.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan jiwa pada dua pasien anak usia 8–12 tahun yang didiagnosis Acute Lymphoblastic Leukemia (ALL) dan mengalami ansietas terkait kemoterapi. Intervensi berupa terapi distraksi realitas virtual diberikan selama tiga hari dengan durasi 5–15 menit sesuai toleransi pasien. Evaluasi dilakukan dengan Child Anxiety Scale-State (CAS-S), observasi respons subjektif dan objektif, pemantauan status hemodinamik, serta indikator Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI).

Hasil: Studi menunjukkan penurunan tingkat kecemasan pada kedua pasien setelah intervensi distraksi realitas virtual. Skor CAS-S menurun secara bertahap dari 6 dan 7 pada pengukuran awal menjadi 3 pada hari ketiga. Pasien tampak lebih rileks, nyaman, dan kooperatif selama kemoterapi, mengalami perbaikan pola tidur, serta berkurangnya ungkapan kekhawatiran.

Kesimpulan: Terapi distraksi realitas virtual terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan kecemasan pada anak dengan leukemia yang menjalani kemoterapi. Intervensi ini dapat diaplikasikan dalam asuhan keperawatan jiwa dan pendekatan atraumatic care untuk meningkatkan kenyamanan pasien selama perawatan.

Kata Kunci: leukemia, kecemasan, virtual reality, terapi distraksi, kemoterapi anak

**APPLICATION OF DISTRACTION THERAPY: VIRTUAL REALITY TO
REDUCE ANXIETY SYMPTOMS IN CHILDREN WITH LEUKEMIA AT DR.
SARDJITO GENERAL HOSPITAL**

Muna Nur Alifah Helena¹, Sarka Ade Susana², Abdul Ghofur³
Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email: helenaamoon28@gmail.com

ABSTRACT

Background: Leukemia in children requires long-term treatment in the form of chemotherapy. In addition to causing physical effects, chemotherapy also has psychological impacts, such as anxiety arising from medical procedures, fear of pain, and concerns during treatment. Virtual reality-based distraction therapy is one of the interventions that may help reduce anxiety in children.

Objective: To implement virtual reality distraction therapy to reduce anxiety symptoms in pediatric patients aged 8–12 years with leukemia undergoing chemotherapy at Dr. Sardjito General Hospital.

Methods: This study used a case study design with a psychiatric nursing care approach involving two pediatric patients aged 8–12 years diagnosed with Acute Lymphoblastic Leukemia (ALL) who experienced chemotherapy-related anxiety. The intervention in the form of virtual reality distraction therapy was administered for three days with a duration of 5–15 minutes according to patient tolerance. Evaluation was conducted using the Child Anxiety Scale-State (CAS-S), observation of subjective and objective responses, hemodynamic status monitoring, and indicators from the Indonesian Nursing Outcomes Standards.

Results: The study showed a reduction in anxiety levels in both patients after the virtual reality distraction intervention. CAS-S scores gradually decreased from 6 and 7 at the initial assessment to 3 on the third day. Patients appeared more relaxed, comfortable, and cooperative during chemotherapy, experienced improved sleep patterns, and showed reduced expressions of worry.

Conclusion: Virtual reality distraction therapy has proven effective as a non-pharmacological intervention to help reduce anxiety in children with leukemia undergoing chemotherapy. This intervention can be applied in psychiatric nursing care and an atraumatic care approach to improve patient comfort during treatment.

Keywords: leukemia, anxiety, virtual reality, distraction therapy, pediatric chemotherapy