

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengobatan suatu penyakit tidak selamanya menggunakan obat-obatan, namun dapat dilakukan dengan tindakan operasi atau pembukaan tubuh yang umumnya dilakukan dengan membuat sayatan. Menurut Apriansyah, Romadoni & Andrianovita (2019) operasi atau pembedahan adalah semua tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Setelah bagian yang akan ditangani ditampilkan, dilakukan tindakan perbaikan yang akan diakhiri dengan penutupan dan penjahitan luka.

Operasi mayor elektif adalah prosedur operasi dengan resiko besar, lebih lama, lebih luas dari prosedur minor yang terencana dengan persiapan yang matang dimana operasi dilakukan dengan kondisi umum pasien yang baik, dan melewati proses penjadwalan terlebih dahulu (Rosdahl & Kowalski 2012). Contoh jenis operasi yang tergolong kedalam mayor elektif antara lain Apendiksitis, Hernia, Hemoroid, dan *Benign Prostatic Hyperplasia* (Profil RSUD Pringsewu, 2013).

Di Jawa Tengah pada tahun 2018, jumlah kasus apendiksitis dilaporkan sebanyak 5.980 dan 177 diantaranya menyebabkan kematian (Dinkes Jateng, 2018). Kasus penderita hernia dari bulan januari hingga desember di Jawa Tengah pada tahun 2017 diperkirakan sekitar 442 penderita (Kemenkes, 2016). Selain itu kasus Hemoroid Di Jawa Tengah sebanyak 1258 kasus hemoroid pada

tahun 2013 yang terjadi di berbagai kabupaten (Tejaningrum 2015). Kasus *Benigna Prostat Hiperplasia* (BPH) yang terjadi di Jawa Tengah tahun 2018 yaitu sebesar 4.794 kasus 66,33% (Dinkes Jateng, 2018).

Pembedahan dapat menjadi tindakan yang berpotensi atau bahkan secara aktual berpengaruh pada keadaan seseorang yang dapat menyebabkan reaksi stres psikologis maupun fisiologis. Fase pre operatif di mulai ketika keputusan untuk intervensi bedah di .buat dan berakhir ketika pasien di kirim ke meja operatif. Salah satu bentuk stres psikologis yang dialami oleh pasien pre-operatif adalah ansietas (Tahir & Anggraeni 2017). Pasien yang akan menjalani operasi/pembedahan dapat mengalami ansietas yang merupakan reaksi umum terhadap kondisi yang dirasakan sebagai suatu ancaman terhadap perannyadalam hidup, integritas tubuh, atau bahkan kehidupannya itu sendiri. Pasien yang mengalami ansietas akan merasa terancam, takut, dan mengalami rasa nyeri yang berlebih. Perasaan tidak berdaya dapat terjadi, disertai rasa terasing dan tidak aman. Intensitas perasaan ini dapat ringan atau cukup berat sampai menyebabkan kepanikan, dan intensitasnya dapat meningkat atau menghilang tergantung pada kemampuan coping individu dan sumber-sumber yang ada (Sutarna & Arti 2015).

Menurut Gunawan dan Kristinawati (2018) 90% pasien pre operatif berpotensi mengalami ansietas. Walaupun pasien pre operatif sudah diberikan informasi dan perawatan yang cukup baik sebelum melakukan operasi, pasien ternyata masih merasakan ansietas. Ada yang merasa khawatir akan tidak tahan terhadap nyeri akibat operasi, bingung akan perawatan luka di rumah, khawatir jika luka akibat operasi tidak sembuh–sembuh sehingga tidak bisa cepat kembali

bekerja, khawatir akan hasil dari operasi terutama hasil dari patologi anatomi yang tidak bisa langsung diketahui hasilnya, takut bagaimana nanti yang akan terjadi di kamar operasi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nigussie, Belachew, dan Wolancho (2014) alasan paling umum dari ansietas adalah kemungkinan operasi ditunda (69,6%), diikuti oleh rasa takut bahwa kesalahan dapat dibuat selama operasi bedah mengakibatkan kerugian bagi pasien (64%), takut tidak menerima cukup perhatian dari pemberi perawatan (63,2%) dan ketakutan "tidak bangun" setelah operasi (58,4%) dan 8% responden yang paling khawatir tentang mual dan muntah pasca operasi.

Menurut penelitian Rahman and Widiyastuti (2018) pada pasien pre operatif menunjukkan bahwa dari 20 responden didapatkan tingkat ansietas ringan sebanyak 18 orang (90%), tingkat ansietas sedang sebanyak 2 orang (10%), sedangkan tidak ada pasien dengan tingkat ansietas berat dan panik. Berdasarkan karakteristik responden sebanyak 20 orang, 75% ansietas terjadi pada jenis kelamin perempuan yang disebabkan oleh perbedaan otak dan hormon pada wanita yang terkait dengan proses reproduksi pada wanita, seperti menstruasi, kehamilan, serta menopause.

Menurut Pardede (2018) dampak yang ditimbulkan dalam keadaan cemas, antara lain tubuh akan memproduksi hormon kortisol secara berlebihan yang akan berakibat meningkatkan tekanan darah, dada sesak, emosi tidak stabil, demam, dan mual. Akibat dari ansietas pasien pre operasi yang sangat hebat maka ada kemungkinan operasi tidak bisa dilaksanakan, karena pada pasien yang mengalami ansietas sebelum operasi akan muncul kelainan seperti tekanan

darah yang meningkat sehingga apabila tetap dilakukan operasi akan mengakibatkan kesulitan dalam menghentikan perdarahan, dan bahkan setelah operasi pun akan mengganggu proses penyembuhan.

Penanganan ansietas dapat dilakukan dengan cara kombinasi relaksasi nafas dalam dan doa untuk menurunkan tingkat ansietas pada pasien yang akan menjalani operasi. Relaksasi nafas dalam dikembangkan dari konsep bahwa stres dengan ansietas tidak terjadi bila otot-otot tubuh rileks. Pasien yang diberikan terapi relaksasi nafas dalam dapat meminimalkan dampak stres baik secara fisiologis dan psikologis (Potter & Perry 2017). Waktu penerapan intervensi keperawatan terapi relaksasi nafas dalam sebelum pasien masuk ke ruang operasi perlu dilakukan dengan tujuan menghindari meningkatnya kecemasan mendekati waktu operasi. Menurut penelitian (Puspita, Armiyati, & Arif 2014) menunjukan intervensi yang diberikan 1 jam sebelum operasi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat ansietas pada pasien pre operatif. Skala ansietas pada kelompok perlakuan sebelum diberikan intervensi adalah 7,44, sedangkan sesudah diberikan intervensi skala ansietas mengalami penurunan menjadi 4,44.

Beberapa manfaat dari tehnik relaksasi nafas dalam adalah manfaat fisiologis dan psikologis yaitu meredakan stres yang dapat membuat tubuh rileks dengan berkonsentrasi pada pernafasan. Bernafas dalam dapat membantu mengurangi frekuensi ketegangan sakit kepala yang berhubungan dengan stres, memperlambat denyut jantung, tekanan darah rendah dan mengurangi kelelahan (Pardede 2018).

Terapi relaksasi nafas dalam merupakan pernafasan pada abdomen dengan frekuensi lambat serta perlahan, berirama, dan nyaman dengan cara memejamkan mata saat menarik nafas. Perhitungan mekanisme relaksasi nafas dalam dimulai saat keadaan inspirasi dan ekspirasi dengan frekuensi pernafasan 6-10 kali permenit dilakukan selama 5-10 menit, sedangkan efek dari terapi ini adalah atau pengalihan perhatian (Hartanti 2016). Dalam penerapannya terapi relaksasi nafas dalam lebih mudah dipelajari dan diterapkan oleh para pasien, serta keuntungannya menggunakan terapi relaksasi nafas dalam ini adalah waktu dan dana yang dikeluarkan tidak terlalu banyak dibandingkan terapi relaksasi yang lain (Rokawie, Sulastri, and Anita 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Rokawie, Sulastri, and Anita 2017) diketahui bahwa terdapat perbedaan rata-rata skor indeks tingkat ansietas sebelum dan sesudah dilakukan pemberian teknik terapi relaksasi nafas dalam pada pasien pre operasi bedah abdomen dengan pvalue (0,000;<0,05). Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Chandra, Jon, & Juli (2013) diketahui bahwa terdapat perbedaan rata-rata skor indeks tingkat ansietas sebelum dan sesudah dilakukan pemberian teknik terapi relaksasi nafas dalam pada pasien pre operatif section caesarea dengan pvalue (0,000;<0,05). Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Arfa (2023) diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat ansietas sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi nafas dalam pada pasien pre operatif appendisitis dengan pvalue (0,000;<0,05).

Terapi non farmakologis lain yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat ansietas pasien pre operasi adalah terapi doa. Menurut Zakiah Darajat (2019) doa merupakan suatu dorongan moral yang mampu memberikan manfaat

ketenangan batin dan kepercayaan mutlak terhadap Allah SWT terhadap segala sesuatu yang berada diluar jangkauan teknologi yang diciptakan oleh manusia. Doa merupakan suatu bentuk penyadaran tingkat tinggi guna mencapai kesuksesan rohani seseorang. Doa seringkali muncul Ketika seseorang berada dalam keadaan cemas dan menuju dalam sebuah keadaan yang fana (kehancuran). Dalam hal ini, doa merupakan wujud penyadaran atas diri yang tidak mempunyai daya upaya untuk melakukan sesuatu, selanjutnya akan muncul keyakinan bahwa Allah SWT itu benar adanya dan berkuasa penuh atas apa yang terjadi.

Doa dapat menurunkan hormon-hormon stressor, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam atau lebih lambat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan, kendali emosi, pemikiran yang lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik (Sutarna & Arti 2015).

Kemudian Arman Yurisaldi Saleh (2010) mengatakan dari hasil penelitiannya bahwa do'a sebagai penyembuh terhadap ansietas diantaranya dengan berdo'a menghasilkan beberapa efek medis dan psikologis yaitu akan menyeimbangkan keseimbangan kadar serotonin dan norepineprine di dalam tubuh, dimana fenomena ini merupakan morfin alami yang bekerja didalam otak serta akan menyebabkan hati dan pikiran merasa tenang dibandingkan sebelum berdo'a, Otot-otot tubuh mengendur terutama otot bahu yang sering

mengakibatkan ketegangan psikis. Hal tersebut merupakan salah satu bentuk karunia Allah yang sangat berharga yang berfungsi sebagai zat penenang didalam otak manusia

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Mursalim (2011) menunjukan terdapat pengaruh terapi doa terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *section caesarea* dengan pvalue (0,000;<0,05). Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Kasron and Sokeh (2019) menunjukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian bimbingan doa dan aromaterapi terhadap tingkat kecemasan pasien pre operatif diruang IBS RSI Fatimah dengan pvalue (0,001;<0,05). Hasil Penelitian lain yang dilakukan oleh Rofingah (2019) menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian terapi doa oleh perawat dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialami pada pasien diabetes melitus dengan pvalue (0,001;<0,05).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSUD Cilacap pada tanggal 6 april 2023 didapatkan data bahwa selama 1 bulan terakhir kasus bedah terbanyak diruang IBS adalah jenis bedah mayor elektif sebanyak 49 kasus meliputi ORIF 28%, debridement 28%, eksisi 23%, apendiks 11%, hernia 6%, sirkumsisi 4%.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh kombinasi terapi relaksasi nafas dalam dan doa untuk menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operatif mayor elektif di ruang bedah RSUD Cilacap ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh kombinasi terapi relaksasi nafas dalam dan membimbing doa untuk menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operatif mayor elektif di ruang bedah RSUD Cilacap.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat ansietas pasien pre operatif mayor elektif pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi relaksasi nafas dalam & doa.
- b. Mengetahui tingkat ansietas pasien pre operatif mayor elektif pada kelompok intervensi setelah diberikan terapi relaksasi nafas dalam & doa.
- c. Mengetahui tingkat ansietas pasien pre operatif mayor elektif pada kelompok kontrol sebelum kelompok intervensi diberikan perlakuan.
- d. Mengetahui tingkat ansietas pasien pre operatif mayor elektif pada kelompok kontrol setelah kelompok intervensi diberikan perlakuan.
- e. Mengetahui perbedaan tingkat ansietas pasien pre operatif mayor elektif pada kelompok intervensi dengan kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi.

- f. Mengetahui perbedaan tingkat ansietas pasien pre operatif mayor elektif sesudah kelompok intervensi dilakukan pemberian terapi relaksasi nafas dalam dan doa pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- g. Mengetahui perbedaan tingkat ansietas pasien pre operatif mayor elektif pada kelompok intervensi sebelum & sesudah diberikan terapi relaksasi nafas dalam & doa.
- h. Mengetahui perbedaan tingkat ansietas pasien pre operatif mayor elektif pada kelompok kontrol sebelum & sesudah intervensi.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

Untuk mengetahui pengaruh kombinasi pemberian terapi relaksasi nafas dalam dan membimbing doa untuk menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operatif mayor elektif di ruang bedah RSUD Cilacap dan sebagai pengembangan ilmu dalam keperawatan untuk mengurangi tingkat ansietas dengan menggunakan teknik non farmakologi.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan peneliti tentang pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan membimbing doa terhadap perubahan tingkat ansietas pada pasien.

b. Bagi RSUD Cilacap.

Dapat digunakan sebagai masukan dalam penyusunan *standar operating prosedur* (SOP) untuk intervensi keperawatan dalam teknik manajemen ansietas menggunakan tehnik non farmakologis.

c. Bagi tenaga kesehatan

Hasil penelitian diharapkan menjadi pedoman untuk menambah keahlian komunikasi perawat dalam melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan membimbing doa kepada pasien.

d. Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan

Memberikan informasi kepada mahasiswa dan dosen tentang cara melakukan teknik relaksasi nafas dalam dan membimbing doa yang dapat menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operatif mayor elektif, dan bagi yang berminat untuk melanjutkan penelitian, maka penelitian ini sebagai data awal.

E. Keaslian penelitian

Sepengetahuan peneliti ada beberapa penelitian yang berhubungan dengan pengaruh terapi relaksasi nafas dalam dan membimbing berdoa terhadap tingkat ansietas pada pasien diantaranya:

1. Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operatif Bedah Abdomen oleh Agung Octa (2017).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui rata-rata skor indeks kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam pada pasien pre operatif bedah abdomen. Variabel bebas pada penelitian ini adalah tehnik relaksasi nafas dalam, sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah skor indeks kecemasan pada pasien pre operatif bedah abdomen. Rancangan penelitian ini adalah kuantitatif dengan *pre experimental design* yang diperluas dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Penelitian ini menggunakan lembar penilaian kecemasan *Zung*

Self-Rating Anxiety Scale yang disesuaikan dengan kriteria inklusi dan sudah menandatangani *informed Consent*. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata skor indeks kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi nafas dalam pada pasien pre operatif abdomen dengan pvalue (0,000;<0,05).

2. Efektivitas Teknik relaksasi Nafas Dalam dan Guided Imagery Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea Di Iriana DBLU RSUP Prof. R. D. Kandou oleh Chandra, Jon, & Julia (2013).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan pada pasien pre operatif section caesarea sesudah dilakukan tehnik relaksasi nafas dalam dan guided imagery. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tehnik relaksasi nafas dalam dan guided imagery, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat Kecemasan pada pasien pre operatif section caesarea. Jenis penelitian ini adalah analitik dengan metode penelitian kuasi-eksperimen. Desain penelitian adalah salah satu kelompok pre-post tes tanpa kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan lembar penilaian kecemasan *Zung Self-Rating Anxiety Scale* yang disesuaikan dengan kriteria inklusi responden dan sudah menandatangani *informed Consent* yang disediakan peneliti. Hasil dari penelitian ini menunjukkan tingkat kecemasan pada pasien pre operatif section caesarea sebelum dilakukan tehnik relaksasi nafas dalam Sebagian besar mengalami penurunan yang signifikan dengan pvalue (0,000;<0,05).

3. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendisitis Di Ruang Bedah RSUD Prof. Dr. Hi. Aloei Saboe Kota oleh Muhammad Arfa (2013).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tehnik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan kecemasan pada pasien post operasi appendisitis. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Teknik relaksasi nafas dalam, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah penurunan nyeri pada pasien post operasi appendisitis. Jenis penelitian ini adalah eksperimen menggunakan metode *pre eksperimental design* dalam bentuk *one group pre test-post test design* tanpa kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan lembar penilaian kecemasan *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale* yang dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan keadaan responden. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat kecemasan dengan pvalue ($0,000 < 0,05$).

4. Pengaruh Terapi Doa Terhadap Skala Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Dr. M. Ashari Pemalang oleh Andy Taufan (2017).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi doa terhadap skala kecemasan pasien pre operasi di ruang instalasi bedah sentral RSUD Dr. M. Ashari Pemalang. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi doa, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah skala kecemasan pasien Pre Operasi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Dr. M. Ashari Pemalang. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan

rancangan penelitian *quasi ekperimental* yang menggunakan pendekatan *non randomized pre-post design with control group design*. . Penelitian ini menggunakan lembar penilaian kecemasan *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale* yang dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan keadaan responden. Hasil dari penelitian ini adalah ada pengaruh terapi doa terhadap skala kecemasan pasien pre operasi dengan pvalue (0,000;<0,05).

5. Pengaruh Bimbingan Doa Dan Aroma Terapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Islam Fatimah Cilacap oleh Sokeh (2018).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh bimbingan doa dan aromaterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre operatif di ruang persiapan IBS RSI Fatimah Cilacap. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah bimbingan doa dan aroma terapi, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan pasien pre operasi di ruang Instalasi Bedah Sentral RSI Cilacap. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian *quasi ekperimental* yang menggunakan pendekatan *non randomized pre-post design with control group design*. Penelitian ini menggunakan lembar penilaian kecemasan *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale* yang dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan keadaan responden. Hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara bimbingan doa dan aroma terapi dengan penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di ruang Instalasi Bedah Sentral RSI Cilacap dengan pvalue (0,001;<0,05)

6. Efektivitas Pemberian Doa Oleh Perawat Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus Di Ruang Rawat Inap RSI Fatimah Cilacap oleh Rofingah (2019).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian doa oleh perawat terhadap penurunan tingkat kecemasan pada penderita dispepsia. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi relaksasi dzikir, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus. Penelitian ini merupakan *pre-ekperimental design, true ekperimental design, factorial design, dan quasi ekperimental*. Penelitian ini menggunakan lembar penilaian Kecemasan skala *likert* yang disesuaikan peneliti dengan keadaan responden. Hasil penelitian ini adalah bahwa pemberian doa oleh perawat dapat menurunkan tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus.

Perbedaan : penelitian – penelitian diatas dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah Judul "Pengaruh kombinasi terapi relaksasi nafas dalam dan doa untuk menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operatif mayor elektif diruang bedah RSUD Cilacap". Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi relaksasi nafas dalam dan doa untuk menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operatif mayor elektif diruangbangsal bedah RSUD Cilacap. Variabel bebas penelitian yang saya lakukan adalah terapi relaksasi nafas dalam dan doa sedangkan variabel terikat penelitian saya yaitu tingkat ansietas pada pasien pre operatif mayor elektif. Penelitian yang akan saya lakukan menggunakan desain penelitian *quasi*

experimental dengan menggunakan rancangan penelitian *pretest-posttest with control group design*. Uji analisis pada penelitian ini adalah *MannWhitney*

