

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pre operasi merupakan fase sejak pasien diterima masuk diruangan terima pasien dan berakhir ketika pasien dipindahkan dimeja operasi untuk dilakukan tindakan pembedahan (Pratama & Pratiwi, 2020). Pada fase ini kecemasan muncul secara samar tanpa penyebab yang jelas dan dapat membuat seseorang merasa tidak nyaman terhadap keadaan lingkungan sekitarnya (Badar et al., 2021). Kecemasan dapat dirasakan oleh setiap orang jika mengalami tekanan dan perasaan mendalam yang dapat menyebabkan masalah psikiatrik dan dapat berkembang dalam jangka waktu lama (Marbun et al., 2019). Dampak dari kecemasan dapat mempengaruhi fungsi fisiologis tubuh. Munculnya tanda kecemasan seperti peningkatan tekanan darah, peningkatan frekuensi nadi, peningkatan frekuensi napas maka biasanya operasi akan ditunda oleh dokter sehingga menghambat penyembuhan penyakit pada pasien (Rokawie et al., 2017).

World Health Organization tahun 2017 menyatakan pasien dengan tindakan operasi sebanyak 140 juta diseluruh dunia meningkat tahun 2019 menjadi 148 juta jiwa. Data Departemen Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2019, memperlihatkan bahwa tindakan pembedahan menempati urutan ke-11 dari 50 pola penyakit di Indonesia diperkirakan sebanyak 7% mengalami kecemasan. Lebih dari dua pertiga pasien yang menunggu operasi mengalami kecemasan (Pardede et al., 2018). Menurut Affandi (2017), setiap orang dalam menghadapi proses

pembedahan atau anestesi, terdapat 99% berpotensi terjadinya kecemasan pre anestesi dan operasi. Angka kejadian penundaan operasi berkisar antara 5%-40% dari jumlah operasi elektif yang direncanakan (Dimitriadis et al., 2013). Pembatalan operasi pada hari operasi dipengaruhi oleh persiapan pre operasi. Persiapan pre operasi yang optimal dapat mengurangi pembatalan operasi sebesar 42% (Salimah & Widiastuti, 2019).

Tindakan operasi memiliki tiga tahapan yaitu pre operasi, intra operasi dan post operasi. Tahapan awal dari keperawatan perioperatif adalah pre operasi. Hal yang menunjang keberhasilan operasi perlu dilakukan pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang, pemeriksaan status anestesi, *inform consent*, dan persiapan mental (Pratama & Pratiwi, 2020). Salah satu jenis anestesi regional yang sering digunakan adalah spinal anestesi. Spinal anestesi dilakukan dengan cara menyuntikkan obat anestesi lokal ke dalam ruang *subarachnoid*. Spinal anestesi merupakan teknik yang efektif pada prosedur bedah pada ekstremitas bawah dan perut bagian bawah (Sukmaningtyas & Suryani, 2021). Operasi yang menggunakan anestesi spinal membuat pasien tetap sadar, oleh karenanya manajemen jalan napas dan ventilasi tidak diperlukan. Rasa takut terhadap keadaan penyakit, operasi, anestesi dan nyeri adalah penyebab dari timbulnya kecemasan (Affandi et al., 2017).

Kecemasan merupakan pengalaman subjektif dari individu dan tidak dapat diobservasi secara langsung serta merupakan suatu keadaan emosi tanpa objek yang spesifik (Pratama & Pratiwi, 2020). Respon yang ditimbulkan dari kecemasan dapat dimanifestasikan oleh saraf otonom (simpatis dan parasimpatis). Saraf otonom simpatis akan menyebabkan pelepasan *epinephrine* yang mengakibatkan perubahan fisiologis dan psikologis tubuh (Badar et al., 2021). Penatalaksanaan kecemasan

dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan non farmakologis salah satunya dengan menggunakan Teknik Relaksasi Napas Dalam dan Hipnosis Lima Jari.

Teknik relaksasi napas dalam merupakan suatu proses yang dapat melepaskan ketegangan dan mengembalikan keseimbangan tubuh. Teknik napas dalam dapat meningkatkan oksigen dalam darah, meningkatkan konsentrasi pada diri, dan memberikan rasa tenang sehingga membuat diri menjadi lebih rileks (Pandie & Efendy, 2022). Relaksasi napas dalam lebih mudah dipelajari dan diterapkan oleh pasien, keuntungan menggunakan terapi napas dalam adalah waktu dan dana yang dikeluarkan tidak terlalu banyak dibandingkan teknik relaksasi yang lain (Rokawie et al., 2017). Hipnosis lima jari adalah salah satu metode self hipnosis yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga mampu mengurangi ketegangan dan stres dari pikiran seseorang (Marbun et al., 2019). Hipnosis lima jari merupakan salah satu terapi yang efektif untuk mengurangi kecemasan tanpa efek samping. Teknik ini memiliki kelebihan yaitu metode tercepat dan termudah dalam menghasilkan relaksasi. Selain itu juga dengan membayangkan empat kondisi yang paling membahagiakan mampu membuat pasien menjadi rileks (Dewi, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Rokawie (2017) menyatakan bahwa terapi relaksasi napas dalam berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi bedah abdomen di Ruang Bedah RSUD Jendral Ahmad Yani Metro. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2020) menyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi hipnosis lima

jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di ruang perawatan bedah RSUD Pakuhaji.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 9 Januari 2023 didapatkan data pasien dengan spinal anestesi pada bulan Oktober sebanyak 107 pasien, bulan November sebanyak 127 pasien, dan bulan Desember sebanyak 91 pasien. Berdasarkan wawancara dengan perawat ruangan sebagian besar pasien pre operasi spinal anestesi mengalami kecemasan ringan sampai sedang. Tindakan perawat yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah dengan memberi KIE, edukasi ulang, dan diberi *support*. Perawat tidak melakukan penatalaksanaan nonfarmakologis seperti kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari pada pasien pre operasi spinal anestesi.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti tertarik untuk meneliti Efektivitas Kombinasi Relaksasi Napas Dalam dan Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Spinal Anestesi walaupun sebelumnya sudah ada peneliti yang tertarik dengan hal yang serupa, namun efektivitas kombinasi relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari pada pasien spinal anestesi akan berbeda. Sehingga diperlukan studi tentang kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari yang efektif terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi spinal anestesi agar dapat dilakukan penanganan kecemasan yang baik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitiannya : “Bagaimana Efektivitas Kombinasi Teknik Relaksasi Napas Dalam

dan Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Spinal Anestesi?''.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang efektivitas kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi spinal anestesi.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Menganalisis pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi spinal anestesi
- 2) Menganalisis pengaruh kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi spinal anestesi
- 3) Menganalisis efektivitas teknik relaksasi napas dalam dan kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi spinal anestesi

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat menambah pengetahuan serta informasi tentang efektivitas kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari terhadap kecemasan pasien pre operasi. Teknik ini berguna untuk menurunkan kecemasan pasien pre operasi sehingga pasien menjadi lebih tenang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Pasien

Hasil penelitian yang dilakukan ini, diharapkan bisa menjadi tambahan informasi kepada pasien bahwa kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari dapat digunakan untuk mengontrol kecemasan sehingga berdampak pada pasien dalam menghadapi situasi yang asing.

2) Bagi Intitusi

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan atau sumber informasi dan memberi pengetahuan kepada mahasiswa lain tentang efektivitas kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi spinal anestesi.

3) Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk perawat dalam mengatasi adanya kecemasan pada pasien pre operasi. Penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui kecemasan pasien pre operasi dan diintervensi menggunakan teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari sebagai salah satu tindakan untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi spinal anestesi.

4) Bagi Peneliti Lain

Memberikan informasi dan sebagai bahan pertimbangan selanjutnya untuk menyelesaikan studi khususnya yang berkaitan dengan efektivitas kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi spinal anestesi.