

ABSTRAK

Efektivitas Antara Mendengarkan Shalawat Dengan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi *General* Anestesi Rumah Sakit Karsa Husada Batu. Devi Ayu Oktavia (2024) Skripsi, Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Malang, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing (Utama) Rudi Hamarno, S.Kep.,Ners.,M.Kep, Pembimbing (Pendamping) Taufan Arif, S.Kep.,Ners.,M.Kep.

Pasien pre operasi dengan kecemasan akan menyebabkan peningkatan frekuensi napas dan denyut jantung, yang berpotensi mengakibatkan pembatalan pelaksanaan operasi. Penanganan pasien cemas akan diberikan intervensi melalui teknik distraksi mendengarkan shalawat dan teknik relaksasi napas dalam yang diduga berpengaruh tetapi efektifitas antara keduanya belum bisa dibuktikan. Tujuan penelitian untuk menganalisis efektivitas mendengarkan shalawat dibandingkan dengan teknik relaksasi napas dalam terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *general* anestesi. Peneliti menggunakan metode *Quasi Experimen Non-Equivalent Group Design Pre and Post Test* dengan membagi 30 responden menjadi tiga kelompok, masing-masing terdiri atas 10 responden. Pengambilan responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, diikuti dengan penerapan teknik " *purposive sampling*". Uji yang digunakan meliputi uji normalitas *shapiro-wilk* dilanjutkan dengan *independent t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan setelah intervensi dengan mendengarkan shalawat berbeda secara signifikan dengan kelompok kontrol ($p=0,000$), dan juga berbeda secara signifikan dengan kelompok yang menggunakan teknik relaksasi napas dalam ($p=0,002$). Namun, perbedaan antara kelompok mendengarkan shalawat dan kelompok relaksasi napas dalam tidak signifikan secara statistik ($p=0,705$), meskipun tingkat kecemasan kelompok mendengarkan shalawat cenderung lebih tinggi. Relaksasi napas dalam meningkatkan ventilasi paru-paru dan oksigenasi darah dengan memengaruhi medulla oblongata yang mengatur sistem kardiovaskular dan *Hypothalamus-Pituitary-Adrenal* yang mengontrol respons neuendokrin. Mendengarkan shalawat melalui pendengaran merangsang defleksi sel-sel rambut di telinga, menurunkan kadar kortisol dan *Adeno Cortico Tropin Hormone*, serta menciptakan suasana hati yang tenang. Rekomendasi penelitian menerapkan teknik distraksi (mendengarkan shalawat dan relaksasi napas dalam) sebagai bagian dari manajemen kecemasan pre operasi.

Kata kunci : shalawat, relaksasi napas dalam, kecemasan, pre operasi.