

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menjalani pembedahan adalah pengalaman menantang yang sering menimbulkan kecemasan. Kecemasan adalah suatu perasaan yang tidak menyenangkan dan sering kali mengganggu kesejahteraan individu. Perasaan ini dapat digambarkan dengan berbagai gejala, termasuk kegelisahan, ketegangan, dan tanda-tanda fisik yang abnormal, seperti peningkatan detak jantung, tekanan darah yang tidak stabil, dan perubahan dalam pola pernapasan. Gejala-gejala ini merupakan respons tubuh terhadap stimulasi sistem saraf simpatik, parasimpatik, dan endokrin, yang berfungsi untuk mempersiapkan individu menghadapi situasi yang dianggap mengancam (Pandiangan et al., 2020).

Menurut (Sutantri, 2024) berdasarkan hasil penelitiannya yakni 26 responden yang mengalami kecemasan tidak cemas hingga cemas berat, yang pertama dengan kecemasan sedang sebanyak 17 orang, kecemasan berat sebanyak 5 orang, kecemasan ringan sebanyak 3 orang, dan yang tidak merasakan cemas 1 orang. Setelah dilakukan intervensi aromaterapi yang tidak mengalami kecemasan ada 17 orang, kecemasan ringan ada 8 orang, dan kecemasan sedang ada 1 orang. Menurut (Komariah et al., 2020) berdasarkan hasil penelitiannya yakni 32 responden yang mengalami kecemasan, tidak cemas hingga sedang, yang pertama dengan kecemasan sedang sebanyak 12 orang, kecemasan ringan sebanyak 4 orang, dan yang tidak cemas tidak ada.

Setelah dilakukan intervensi kombinasi aromaterapi mawar dan edukasi di dapatkan hasil, tidak cemas 4 orang, kecemasan ringan 12 orang, kecemasan sedang tidak ada. Menurut (Banjarnahor & Sulidah, 2024) berdasarkan hasil penelitiannya yakni 45 responden dengan mengalami kecemasan dari tidak cemas hingga sampai sangat berat, frekuensi tidak cemas sebanyak 12 orang, ringan 6 orang, sedang 6 orang, berat 12 orang. Setelah dilakukan intervensi relaksasi napas dalam di dapatkan hasil tidak cemas 23 orang, ringan, 8 orang, sedang 3 orang, dan sangat berat 4 orang, maka Kesimpulan dari peneliti ini yaitu menandakan bahwa relaksasi napas dalam mempunyai pengaruh positif untuk mereduksi kecemasan pasien pre operasi.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilaksanakan pada 04 Februari 2025 di Ruang Jade-Zamrud yaitu Ruang Inap Bedah Rumah Sakit (RS) Indonesia Healthcare Corporation (IHC) Lavalette Kota Malang didapatkan data pada tahun 2024 sebanyak 306 pasien, dengan rata-rata setiap bulan berjumlah 25 pasien yang akan menjalani operasi bedah abdomen dimana 50-65% diantaranya pengalaman pertama kali melakukan tindakan pembedahan atau operasi sehingga mengalami kecemasan saat akan operasi bedah abdomen. Pasien dengan tindakan bedah abdomen yaitu pasien-pasien dengan tindakan bedah, seperti: apendiktomi, laparatomi, herniotomy, kolostomi, Kolesistektomi, dan Laparoscopi. Pada beberapa kasus pembedahan, pasien mengalami kecemasan ringan hingga berat dikarenakan rata-rata pasien tidak berpengalaman tindakan pembedahan sehingga menimbulkan kecemasan.

Kecemasan sering kali terjadi dalam konteks medis, terutama ketika prosedur bedah direncanakan. Pasien yang akan menjalani operasi sering kali merasakan kecemasan yang meningkat, yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satu penyebab utama adalah ketidakpastian mengenai hasil dari prosedur tersebut. Pasien mungkin khawatir tentang kemungkinan kesalahan yang dapat terjadi selama operasi, risiko komplikasi, atau bahkan ketakutan tidak bangun dari anestesi. Ketidakpastian ini dapat menciptakan perasaan tidak tenang dan meningkatkan tingkat stress. Kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan kecemasan pada pasien. Kecemasan adalah perasaan yang mengganggu kenyamanan, sering kali disertai ketakutan yang tidak jelas dan rasa was-was. Kecemasan pra-operasi adalah hal yang umum terjadi, biasanya disebabkan oleh kekhawatiran akan kesalahan dalam operasi, kegagalan prosedur, tidak bangun dari anestesi, dan kemungkinan komplikasi lainnya (Sutantri, 2024).

Untuk masalah ini, Kecemasan dapat dikelola melalui pendekatan non-farmakologis. Terapi non-farmakologis seperti relaksasi napas dalam dan aromaterapi. Relaksasi napas dalam dapat dilakukan secara relaks dengan posisi yang nyaman lalu tarik napas secara perlahan melalui hidung dan hembuskan melalui mulut dengan hitungan 5 detik secara perlahan diulangi 3-5 kali atau setiap merasakan cemas dan nyeri, aromaterapi memanfaatkan minyak esensial yang berasal dari tanaman, yang dikenal karena sifatnya yang mudah menguap. Minyak esensial dari aroma lavender diketahui dapat membantu mengurangi

tingkat kecemasan (Sutantri, 2024). Pada penelitian ini menggunakan alat humidifier aromaterapi dengan minyak esensial lavender.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik dikarenakan pada umumnya pasien akan merasakan cemas dan nyeri tidak terkontrol saat akan melakukan operasi terutama pasien pre operasi bedah abdomen, maka dari itu peneliti melakukan penelitian terkait pengaruh kombinasi relaksasi napas dalam dengan aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi bedah abdomen, walaupun sudah ada peneliti yang melakukan penelitian tentang hal yang serupa. Pada penelitian ini peneliti fokus untuk meneliti tingkat kecemasan yang akan dilakukan intervensi kombinasi relaksasi napas dalam dan aromaterapi lavender menggunakan alat humidifier di Rumah Sakit IHC Lavalette.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas peneliti merumuskan masalah Apakah ada pengaruh kombinasi relaksasi napas dalam dan aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi abdomen.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya pengaruh kombinasi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap tingkat pada pasien pre operasi abdomen.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kecemasan sebelum diberikan kombinasi terapi relaksasi napas dalam dan aromaterapi lavender terhadap kecemasan pada pasien pre operasi abdomen.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan sesudah diberikan kombinasi terapi relaksasi napas dalam dan aromaterapi lavender terhadap kecemasan pada pasien pre operasi abdomen.
- c. Menganalisis perubahan tingkat kecemasan sebelum dengan sesudah dilakukan kombinasi relaksasi napas dalam dan aromaterapi lavender.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan mengenai pengaruh kombinasi relaksasi napas dalam dan aromaterapi lavender terhadap kecemasan pre operasi bedah abdomen.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Responden

Tambah pengetahuan mengenai pentingnya kombinasi relaksasi napas dalam dan aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan pasien pre operasi abdomen.

b. Instalasi Rumah Sakit

Meningkatkan kinerja perawat dalam melakukan edukasi terutama informasi pada pasien pre operasi untuk mengurangi tingkat kecemasan.

c. Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi bagi pembaca seluruh warga Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang mengenai “Pengaruh Kombinasi Relaksasi Napas Dalam Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pre Operasi Bedah Abdomen.”

d. Peneliti

Sebagai pengalaman berharga dalam penerapan metode penelitian, analisis data, dan penulisan ilmiah, serta sebagai dasar peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait intervensi non-farmakologis dalam menurunkan kecemasan pasien pre operasi bedah abdomen.