

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Tinjauan Pustaka**

##### **2.1.1 Mendengarkan Shalawat**

###### **2.1.1.1 Definisi**

Bershalawat adalah gabungan antara shalawat dan zikir kepada Allah. Shalawat memiliki arti berdoa atau memohon, dan ampunan bagi Nabi Muhammad SAW (A.Soebachman, 2015). Shalawat pada dasarnya adalah doa kepada Allah SWT dengan harapan untuk mendapatkan hal baik dan menghindari hal yang buruk (Maulidya *et al.*, 2023). Shalawat juga membantu orang yang mengalami kecemasan (Sudirman, 2020). Shalawat yang diucapkan oleh orang mukmin adalah doa agar Allah SWT memberikan rahmat dan kesejahteraan kepada Nabi Muhammad saw dan keluarganya. Ini juga diucapkan untuk diri sendiri, orang lain, dan kepentingan umum (Ali Mustofa *et al.*, 2020).

Shalawat Nabi telah berkembang menjadi berbagai bentuk kreatif yang interpretasikan berdasarkan kaidah Islam seperti sirah kehidupan nabi atau syair yang berkaitan dengan keagungan pribadi nabi (Sudirman, 2020). Seseorang dengan kecemasan dapat menggunakan terapi musik sehingga membuat merasa nyaman, menurunkan gejala, meningkatkan daya ingat yang positif dan bertahap mengurangi gejala kecemasan dengan berbagai masalah (Novianti *et al.*, 2021). Menurut Santoso dan Rengganis (2022) dengan penelitiannya yang bertujuan

mendeskripsikan penelitian tentang bagaimana pendengar merespons lirik lagu meyimpulkan bahwasanya respon pendengar dalam analisis ini sebanding dengan respon pembaca karena ketika mendengarkan lirik lagu bukan hanya mendengarkan lagu, tetapi juga memaknainya.

Menurut Hs. Bunganegara (2020) Shalawat ketika dilafalkan melalui nyanyian, syair, dan semacamnya tidak menghilangkan peresapan maknanya. Shalawat memiliki perspektif yang berbeda tergantung pada orang yang melihatnya dan untuk merasakan kekuatan shalawat harus memahami maknanya.

#### **2.1.1.2 Keutamaan Shalawat**

Menurut A.Soebachman (2015) keutamaan shalawat yaitu:

- a. Shalawat serupa dengan perintah Allah SWT, malaikat pun ikut shalawat didalamnya.
- b. Seseorang yang bershalawat satu kali akan dituliskan 10 kebaikan, dihapuskan sepuluh keburukan (pengampunan dosa), diangkat sepuluh derajat, mendapat hidayah dan dicukupkan kesedihan oleh Allah.
- c. Shalawat mendatangkan pengijaban atas sebuah doa, dan jika tidak dilafalkan, akan menggantung di antara langit dan bumi.
- d. Shalawat dapat menyebabkan kedekatan seorang hamba, memperoleh syafaat Rasulullah SAW dan mendapatkan kabar gembira disurga dan mengantar pada jalan surga dengan berlimpahnya cahaya ketika berada di *shirath al-mustaqim*.
- e. Sesrorang yang bershalawat akan dijawab oleh Rasulullah SAW.

- f. Shalawat sebagai penolong dalam kesulitan sehingga rasa takut akan terhapus dan mendapatkan hal yang kita harapkan. Shalawat sebagai pengingat sesuatu yang dilupakan, menolak kefakiran, mengeluarkan seorang hamba dari kehilangan dan hidupnya hati.

### 2.1.1.3 Shalawat Nariyah

Shalawat Nariyah membantu mewujudkan semua harapan dan keinginan, terutama saat menghadapi kesulitan hidup dengan Rasulullah yang menjembatani hubungan kepada Allah SWT (Hanaan, 2022). Salah satu amalan yang terbanyak dilakukan oleh kaum muslim adalah shalawat (Ahmad, 2020). Shalawat Nariyah tidak terlalu panjang dan dapat dinyanyikan, mudah dihafal bahkan oleh orang yang tidak bisa membaca tulisan Arab, dan memiliki efek yang mirip dengan api yang menyala yaitu keinginan seseorang terkabul dengan cepat (Musyafa et al., 2023).

Shalawat Nariyah lafal dan terjemah:

*Allahumma shalli shalaatan kaamilatan wasallim salaaman taamman 'alaa sayyidinaa muhammadinil ladzii tanhallu bihil 'uqadu wa tanfariju bihil kurabu. Wa tuqdhaa bihil hawaa-iju wa tunaalu bihir-raghaa-ibu wa husnul khawaatimi wa yustasqal ghamaamu bi wajhihil kariimi wa 'alaa aalihii wa shahbihii fii kulli lamhatin wa nafasin bi 'adadi kulli ma'luumin laka.*

Artinya: "Wahai Allah, limpahkanlah rahmat dan salam yang sempurna kepada junjungan kita Nabi Muhammad saw. Semoga terurai dengan berkahnya segala macam buhulan dilepaskan dari segala kesusahan, tunaikan segala macam hajat, dan tercapai segala macam keinginan dan husnul khatimah. Dicurahkan air hujan (rahmat) dengan berkah pribadinya yang mulia. Semoga rahmat dan salam

yang sempurna itu juga tetap tercurah kepada para keluarga dan sahabat beliau, setiap kedipan mata dan hembusan napas, bahkan sebanyak pengetahuan bagi-Mu."

Kandungan Shalawat Nariyah:

1. Menjelaskan bahwa nur Muhammad ada di dalam diri kita.
  2. Sholawat yang sempurna akan mendapat jawaban yang sempurna secara dhohir, batin, dunia, dan akhirat dan menyelesaikan masalah.
  3. Allah akan memberikan yang lebih baik jika kita dekat dengan Rasulullah.
  4. Istimawanya Nabi Muhammad SAW adalah hadiah dunia dan akhirat
- (Kusnandi, 2021).

#### **2.1.1.4 Langkah-Langkah Mendengarkan Shalawat**

Pasien akan diberikan intervensi terapi musik religi selama 5-10 menit (Rahmanti et al., 2022). Pasien cemas pada 2-3 jam waktu tunggu ataupun waktu persiapan operasi yang lama sesuai penjadwalan diruang operasi (Damayanti, 2021). Terapi kecemasan disarankan menggunakan dengan tempo 60-80 BPM (*beat per menit*) (Yunizar et al., 2023).

Shalawat nariyah yang dilantunkan oleh Muhammad Yusuf telah diuji dan dievaluasi menggunakan *software Steinberg Neundo*, yang menghasilkan tempo 68,7-77 BPM (Nofiah et al., 2020). Rumus aman yaitu 60 : 60 yang artinya mendengarkan musik dengan batasan volume maksimal 60% dan batasan mendengarkan selama 60 menit. *Earphone* atau *headphone* bagian dari *Personal Listening Devices* (PLDs) dan dipastikan *earbud* masuk ke dalam lubang telinga dan tidak longgar (Putri, 2023). Seseorang dapat berkonsentrasi pada musik dengan volume maksimum 60dB, harmonisasi yang selaras, dan ruangan yang

nyaman, tenang, dan jauh dari kebisingan (Savitri, Fidayanti and Subiyanto, 2016).

**Tabel 2.1 Skala Intensitas Kebisingan**

Tingkat Kebisingan	Intensitas (Db)	Batas Dengar Tertinggi
Menulikan	100 - 120	Meriam, halilintar, dan mesin uap,
Sangat kuat	80 -100	Pluit polisi, perusahaan sangat gaduh,jalan hiruk pikuk
Kuat	60-80	Perusahaan, radio, jalan pada umumnya, kantor gaduh
Sedang	40-60	Radio perlahan, percakapan kuat, kantor umumnya, rumah gaduh
Tenang	20-40	Percakapan, auditorium, kantor perorangan, dan rumah tenang
Sangat tenang	0-20	Batas dengar terendah, berbisik, dan bunyi daun

## **2.1.2 Relaksasi Napas Dalam**

### **2.1.2.1 Definisi**

Pasien pre operasi akan mengalami kecemasan bahkan stres, hal ini teknik relaksasi bermanfaat untuk mengurangnya (Riniasih et al., 2016). Relaksasi adalah teknik untuk menghilangkan pikiran negatif dan membantu orang menjadi lebih adaptif terhadap situasi yang mengganggu dan lebih rileks (Euis Nurhidayati dan Firmanto, 2017). Relaksasi napas dalam mengajarkan bernapas dengan tepat dengan berteknik untuk melenturkan dan memperkuat otot-otot pernapasan (Musdalifah et al., 2022).

### **2.1.2.2 Manfaat**

Manfaat teknik relaksasi napas dalam adalah:

- a. Teknik pernapasan dalam membantu menjaga pengendalian diri terhadap stres fisik dan emosional, mengurangi kecemasan, mengurangi ketegangan otot atau merelaksasikan otot-otot, meningkatkan kualitas tidur, dan rasa percaya diri dalam semua keadaan (Ariga, 2019).

- b. Relaksasi ini membentuk individu yang memiliki keyakinan dan pikiran secara rasional yang dapat menimbulkan ketenangan fisik, menormalkan detakan jantung, dan membantu individu lebih tenang (Rasyidin et al., 2022).
- c. Membantu mengurangi tingkat nyeri, stres, kecemasan, dan insomnia (Ridho et al., 2022).
- d. Teknik *deep breathing* bermanfaat memperbaiki ventilasi paru serta meningkatkan oksigen dalam darah (Parinduri, 2020).

### **2.1.2.3 Langkah-langkah Relaksasi Napas Dalam**

Relaksasi *slow deep breathing* dilakukan selama 5-10 menit (Rasyidin et al., 2022). Ada keyakinan bahwa teknik relaksasi napas dalam dapat membantu mengurangi kecemasan dengan melemaskan otot yang tegang sehingga menyebabkan cemas dengan menghela napas (inspirasi) secara perlahan kemudian ditahan selama  $\pm 5$  detik dan dihembuskan (ekspirasi) secara berangsur-angsur, diikuti dengan rileksasi otot bahu (Riniasih et al., 2016).

Frekuensi pernapasan pada metode ini dilakukan pengurangan, yang awalnya mencapai 16-19x/menit, menjadi 10x/menit atau kurang (Berek, 2018). *Slow deep breathing* menghasilkan renggangan kardiopulmonar meningkat dikarenakan terdapat frekuensi pernapasan menjadi 6-10x/menit yang termasuk fase inspirasi dan ekspirasi pernapasan (Wahyuningsih et al., 2020). Relaksasi napas dalam menggunakan fase ekshalasi yang panjang dengan frekuensi bernapas berkurang menjadi 10x/menit (Puspitasari et al., 2023)

Bernapas perlahan dengan tempo lambat yang dilakukan secara rutin dapat membantu menjaga tekanan darah rendah dan memungkinkan tubuh melakukan pernapasan diafragma, yang berfungsi untuk mengubah fungsi fisiologis dengan

mengaktifkan pusat relaksasi otak (Berek, 2018). Relaksasi dalam juga bermanfaat sebagai efek relaksasi untuk menurunkan tekanan darah, nyeri, dan stres atau cemas (Puspitasari et al.,2023).

Ada berbagai cara relaksasi napas dalam seperti relaksasi napas dalam, tarik napas dalam melalui hidung dengan 1,2,3 hitungan dan tahan selama sekitar lima detik. Kemudian, hembuskan napas dalam secara perlahan melalui mulut. Mengulangi sampai 15 kali dengan selingi istirahat singkat setiap 5 kali dianjurkan untuk mengulangi prosedur untuk mengurangi kecemasan (Sari, 2017). Menurut PPNI (2021) mmunenarik napas melalui hidung selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik, kemudian menghembuskan napas dari mulut dengan bibir dibulatkan (mecucu) selama 8 detik.

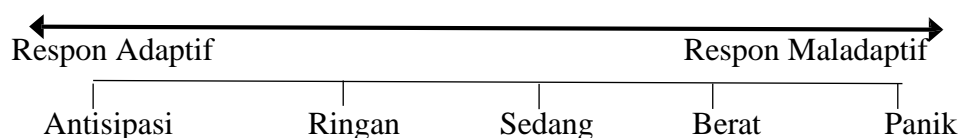
### 2.1.3 Kecemasan

#### 2.1.3.1 Definisi

Kecemasan dialami oleh seseorang yang merasa takut dan khawatir tentang hal-hal yang tidak pasti (Muyasaroh, 2020). Kecemasan adalah kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan gelisah yang parah dan berkelanjutan yang menyebabkan perilaku terkadang bersifat stabil dan terganggu (Nur, Wibowo and Maryoto, 2022).

#### 2.1.3.2 Rentang kecemasan

Stuart (2016) menyatakan rentang respon kecemasan sebagai berikut:



Gambar 2.1 Rentang Respon Kecemasan Stuart (2016)

Menurut Muyasaroh (2020) terdapat empat tingkatan kecemasan yaitu

1. Kecemasan ringan

Kecemasan yang berhubungan dengan aktivitas keseharian, yang akan meningkatkan waspada dan fokus, membantu dan mengelola masalah dengan baik. Perubahan fisiologisnya berupa mengalami kesulitan saat hendak tidur karena gelisah dan sangat sensitif terhadap bunyi atau suara (Muyasaroh, 2020).

2. Kecemasan sedang

Individu yang mengalami kecemasan mempengaruhi pikiran mereka secara detail dan terfokus pada masalah tersebut sehingga tidak dapat sulit untuk memikirkan hal yang lain. Perubahan fisiologisnya, sulit untuk bernapas, tekanan darah dan denyut nadi tinggi, mulut menjadi kering dan juga merasa gelisah (Muyasaroh, 2020). Gejala seperti kelelahan yang berlebihan, peningkatan pernapasan, bicara cepat dengan volume yang cenderung tinggi, kemampuan untuk belajar tetapi tidak optimal, penurunan konsentrasi, mudah lupa, marah, dan menangis tanpa alasan (Alimuddin, 2021).

3. Kecemasan berat

Individu akan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi, tidak dapat belajar, sakit kepala, mual, badan gemetar, susah untuk tidur, takikardi, diare, emosional, dan hanya fokus pada dirinya sendiri yang menyebabkan keterbatasan dalam mengatasi masalah. Seseorang dengan kecemasan berat memerlukan arahan untuk dapat lebih fokus (Muyasaroh, 2020). Perasaan tidak berdaya, disorientasi dan sering kencing juga termasuk ciri dari kecemasan tingkat berat (Alimuddin, 2021).



#### 4. Panik

Panik memiliki gejala termasuk kesulitan bernapas, berdebar-debar, berkeringat dingin, pembicaraan yang tidak teratur, kecenderungan untuk berteriak dan menjerit (Alimuddin, 2021). Panik merupakan kecemasan yang berhubungan dengan perasaan takut yang menyebabkan individu kehilangan kendali dan berpengaruh pada peningkatan aktivitas motorik interaksi dengan lingkungan, depresi dan tidak mampu menjaga diri sendiri secara efektif dikhawatirkan akan menyebabkan kematian karena kurangnya kontrol diri (Muyasaroh, 2020).

##### **2.1.3.3 Tanda dan gejala kecemasan**

Tanda dan gejala kecemasan, meliputi:

##### 1. Komponen fisiologis

Pasien yang mengantisipasi pembedahannya akan mengaktifkan sistem saraf untuk memisahkan berbagai otot dan jaringan tubular, sehingga terjadi reagen fisiologis yang paling sering terjadi sebelum operasi. Reaksi fisiologis seperti jantung berdegup kencang, tekanan darah akan meningkat, peningkatan frekuensi pernapasan dan ketergantungan individu yang lebih kepada orang lain dan dapat kehilangan kesadaran diri (Kurniati, 2018).

##### 2. Komponen psikologis

Pasien dengan perasaan takut dan khawatir akan sesuatu yang belum pasti terjadi. Pasien dapat menunjukkan rasa cemasnya dengan seringkali menanyakan apa yang dihadapi ruang operasi dan peralatan

operasi, cemas karena mengalami prosedur invasive, atau masalah biaya (Hendro et al., 2022).

#### **2.1.3.4 Faktor yang mempengaruhi kecemasan**

Faktor yang mempengaruhi kecemasan, meliputi:

1. Usia

Kecemasan dapat dipengaruhi oleh usia dengan catatan orang yang berusia muda lebih berisiko dibandingkan dengan orang yang lebih tua (Nur et al., 2022). Seseorang dengan menangani masalah yang dihadapi akan mengalami kematangan berpikir yang dipengaruhi oleh usia. Pada usia dewasa muda sedang ingin menunjukkan aktualisasi dirinya, sehingga respons cemas akan meningkat saat menghadapi ancaman fisik seperti pembedahan (Titin Marlina, 2017).

2. Jenis kelamin

Perempuan lebih berisiko menghadapi kecemasan dikarenakan laki-laki lebih berani, tidak cemas, dan tidak lemah, yang mungkin karena tekanan sosial (Nur et al., 2022). Perempuan menjadi lebih cemas dikarenakan dalam dirinya menonjolkan perasaan daripada logika serta toleransi terhadap sakit yang rendah (Titin Marlina, 2017).

3. Tingkat Pendidikan

Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi memiliki pemahaman yang lebih baik tentang anestesi dan prosedur bedah (Mulugeta, et al, 2018).

4. Tipe kepribadian

Pasien dengan kepribadian yang *introvert* akan mempengaruhi kecemasan dibandingkan kepribadian *ekstrovert* (Hartono et al., 2021).

#### 5. Mekanisme Koping

Pasien dengan mekanisme koping maladaptif tidak dapat mengatasi masalah dengan baik dan akan menyalahkan diri sendiri sehingga berpotensi mengalami kecemasan dibandingkan mekanisme koping adaptif (Hartono et al., 2021).

#### 6. Dukungan keluarga

Pasien akan lebih mudah mengalami cemas jika mereka tidak memiliki dukungan yang cukup saat menjalani pengobatan di rumah sakit (Hartono et al., 2021).

#### 7. Pekerjaan

Pasien akan memikirkan biaya yang dikeluarkan untuk operasi dan memikirkan penghasilan (Sari et al., 2020).

### **2.1.3.5 Dampak Kecemasan Pre Operasi**

Dampak kecemasan pasien pre operasi, meliputi:

1. Kecemasan mampu memperburuk atau memperberat respon terhadap nyeri (Apriansyah et al., 2015).
2. Pasien dengan kecemasan akan mengubah fisik dan mental yang memicu saraf simpatis dan saraf otonom sehingga terjadi peningkatan frekuensi napas dan denyut jantung yang akan berdampak pada pelaksanaan operasi (Wijayanti et al., 2019)
3. Kecemasan yang berlebihan dapat mengganggu pengobatan dan memperburuk penderitaan (Kassahun et al., 2022).

4. Pembatalan pembedahan (Netty, 2014).
5. Resiko mual dan muntah setelah operasi dan meningkatkan tekanan darah sebelum operasi (Prana Iswari *et al.*, 2022).

### 2.1.3.6 Alat Ukur Kecemasan

Menurut Stuart, (2016) APAIS merupakan suatu instrumen yang dimaksudkan untuk mengukur tingkat kecemasan. APAIS adalah survei yang berisi dari enam item, yang dapat dibagi lagi menjadi dua komponen utama. Item 1 dan 2 penilaian tingkat cemas terhadap pembiusan. Item 4 dan 5 penilaian kecemasan yang berhubungan dengan pembedahan, dan item 3 dan 6 menilai keinginan untuk mendapatkan informasi tentang anestesi dan pembedahan pada skala kecemasan. Semua pertanyaan memiliki skor mulai dari 1 hingga 5. *The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS)* sudah terbukti valid dan *reliable* digunakan dengan sifat psikometrik yang baik untuk menilai kecemasan pre operasi dan kebutuhan informasi dengan cepat (Wu *et al.*, 2020).

Tabel 2.2 Kuesioner APAIS

No.	Pertanyaan	Sangat tidak setuju	Tidak setuju	Ragu-ragu	Setuju	Sangat setuju
1.	Saya takut dibius	1	2	3	4	5
2.	Saya terus-menerus memikirkan tentang bius	1	2	3	4	5
3.	Saya ingin tahu sebanyak mungkin tentang pembiusan	1	2	3	4	5
4.	Saya takut dioperasi	1	2	3	4	5
5.	Saya terus-menerus memikirkan operasi	1	2	3	4	5
6.	Saya ingin tahu sebanyak mungkin tentang operasi	1	2	3	4	5

1. 1 - 6 : Tidak ada kecemasan
2. 7 - 12 : Kecemasan ringan.
3. 13 - 18 : Kecemasan sedang.
4. 19 - 24 : Kecemasan berat.
5. 25 - 30 : Kecemasan berat sekali atau panik

## **2.1.4 Pre Operasi**

### **2.1.4.1 Definisi Pre Operasi**

Pre operasi adalah tahap awal persiapan pasien yang sudah memutuskan untuk dioperasi dan berakhir saat mereka dipindahkan ke ruangan operasi (Rahmayati et al., 2018). Pre operasi adalah serangkaian aktivitas pasien yang akan dijalani dengan berbagai prosedur yang telah direncanakan berdasarkan hasil evaluasi pre operasi dan tes diagnostik. Tujuan dari pre operasi adalah untuk memastikan pasien dalam kondisi baik selama anastesi dan pembedahan (Senocak, 2019). Puncak kecemasan diamati oleh perawat bangsal dan kamar operasi dua jam sebelum pasien menjalani operasi di bangsal, atau sekitar 30-150 menit pre operasi (Waryanuarita et al., 2018).

### **2.1.4.2 Hubungan Pre Operasi dengan Kecemasan**

Pembedahan merupakan ancaman nyata atau potensial bagi integritas seseorang yang dapat menyebabkan perasaan tidak menyenangkan, gelisah atau takut ketika akan menghadapinya (Apriansyah et al., 2015). Pasien yang mengalami kecemasan pre operasi sebagai reaksi antisipatif terhadap pengalaman yang dianggap mengancam fungsi kehidupan, integritas tubuh, dan bahkan kehidupan mereka sendiri (Nur et al., 2022). Kecemasan pre operasi timbul karena beberapa faktor, antara lain perubahan *body image* pasien, kurangnya pemahaman terhadap prosedur, kurangnya kemajuan, kurangnya kontrol, dan ketakutan potensi komplikasi selama operasi. Faktor-faktor tersebut dapat menimbulkan persepsi negatif pasien dan dampak buruk bagi masyarakat pasca operasi (Sari et al., 2020).

## **2.1.5 General Anestesi**

### **2.1.5.1 Definisi General Anestesi**

Keadaan di mana kondisi fisik mengalami perubahan yang ditandai dengan relaksasi, kehilangan kesadaran, nyeri, dan amnesia dikenal sebagai anestesi umum (Risdayati et al., 2021). Pasien yang mengalami anestesi umum dapat menjadi tidak sadar sehingga dapat dilakukannya pembedahan (Septiarini, 2019). Indikasi dilakukan *general* anestesi yaitu pembedahan dengan jangka waktu yang lama, tidak dapat dilakukan pembiusan dengan lokal ataupun regional anestesi, operasi besar yang menyebabkan kehilangan darah yang signifikan (Goldman, 2023).

Pasien yang tidak kooperatif bahkan untuk operasi kecil dapat dilakukan anestesi umum, keputusan untuk menerima anestesi juga dapat dipengaruhi oleh preferensi pasien selain itu selama tidak ada kontra indikasi dapat dilakukan. Kontra indikasi seperti penolakan pasien, jalan napas yang sulit, komorbiditas signifikan lainnya untuk menjalani dengan regional atau neuraksial. Pasien juga harus distabilkan dan dievaluasi peninjauan riwayat anestesi sebelumnya, komorbiditas medis, fungsi jantung, paru-paru, ginjal, perokok dan status kehamilan (Goldman, 2023).

### **2.1.6 Hubungan Kecemasan terhadap Mendengarkan Shalawat dan Relaksasi Napas Dalam**

Menurut Pittman dan Karle (2015) kecemasan bersumber dari otak kemudian terbagi lagi menjadi dua jalur, yaitu jalur korteks dan amygda:

1. Jalur korteks

Panca indra memulai jalur korteks, yang mencapai thalamus, yang merupakan pusat otak. Impuls atau informasi didistribusikan ke berbagai lobus di thalamus untuk diproses dan ditafsirkan. Setelah itu, informasi menyebar ke bagian lain otak, termasuk lobus frontalis yang berfungsi sebagai penerima informasi dari lobus. Sementara jalur korteks sering menjadi sumber kecemasan, lobus frontal bertanggung jawab untuk antisipasi, menafsirkan situasi, dan interpretasi. Pendekatan kognitif seperti terapi dapat digunakan sebagai opsi pengurangan kecemasan (Pittman dan Karle, 2015).

b. Jalur amygala

Amygala berada di pusat otak dan terhubung ke seluruh otak, yang memungkinkannya mengontrol jumlah hormon yang dilepaskan dan mengaktifkan area otak sehingga muncul reaksi fisiologis. Semua respons berdasarkan otak terjadi ketika lobus frontal mengirimkan impuls ke lobus frontal dan thalamus, mengarahkannya ke otak untuk memberikan respon kecemasan. Inti pusat akan mempengaruhi hipotalamus dan batang otak. Sirkuit ini memiliki kemampuan untuk mendorong sistem saraf simpatis untuk memulai pelepasan hormon ke dalam aliran darah, meningkatkan pernapasan, melebarkan pupil, dan meningkatkan detak jantung. Inti lateral mengirimkan pesan ke nukleus sentral untuk mengaktifkan sistem saraf otak somatik (SNS). Pada saat yang sama, inti pusat mengaktifkan hipotalamus, yang mengontrol pelepasan kortisol dan adrenalin. Adrenalin, juga dikenal sebagai epinefrin, yang berfungsi meningkatkan detak jantung dan pernapasan (Pittman dan Karle, 2015).

Mekanisme terjadinya kecemasan menurut Qodriya et al (2023):

Respon tubuh terhadap kecemasan dimulai dari rangsangan luar maupun dalam. Rangsangan ini, akan diteruskan ke pusat adaptasi yaitu sistem limbik. Hipotalamus, talamus, amigdala, hipokampus, dan septum membentuk sistem limbik. Hipotalamus mengontrol sistem korteks adrenal dan sistem saraf simpatis, yang merupakan bagian dari fungsi kecemasan. Sistem simpatis merangsang kelenjar adrenal untuk melepaskan norepinefrin dan epinefrin, sehingga meningkatkan pelepasan hormon-hormon ini ke dalam aliran darah. Kortisol, adrenalin, dan tiroksin, yang merupakan hormon stres utama, meningkat dan berdampak besar pada sistem homeostasis.

Sistem saraf simpatis bekerja pada adrenalin meningkatkan detak jantung dan tekanan darah. respon cemas dapat meningkatkan pelepasan renin, angiotensin, aldosteron, dan kortisol, yang menyebabkan pembuluh darah tersumbat, menurunkan pasokan darah ke jantung. Kecemasan juga merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan *Corticotrophin Releasing Factor* (CRF) merangsang kelenjar pituitari anterior untuk menghasilkan lebih banyak *Adeno Corticotropin Hormone* (ACTH), yang meningkatkan sekresi kortisol dari korteks adrenal. Produksi lebih banyak kortisol akan menyupresi sistem kekebalan.

Intervensi yang diberikan yaitu, mendengarkan shalawat yang melalui sistem pendengaran. Musik melibatkan pendengaran, mendengar memerlukan banyak proses perubahan energi. Daun telinga menangkap bunyi diudara menuju koklea dalam bentuk gelombang suara, yang ditransformasikan dan menjadikan membran timpani bergetar sehingga dikirimkan ke bagian telinga tengah terhubung ke tulang pendengaran yang akan diperkuat dengan daya unkit. Proses



penggandaan membandingkan luas membran timpani dengan tingkap lonjong, getaran diperkuat oleh tulang pendengaran. Setelah itu, energi akan ditransfer ke stapes, yang mengaktifkan perilimfe dan tingkap lonjong pada skala vestibuli (Septadina *et al.*, 2021).

Getaran ataupun rangsangan akan ditransmisikan melalui membran reissner, yang menghasilkan endolimfe dan menimbulkan perbedaan antara membran tektoria dan membran basilaris. Dalam proses ini, sel-sel rambut mengalami defleksi stereosinaptik. Gelombang fluida sebelum sampai ke kolea melepaskan ion mengeluarkan listrik dari telinga dengan membuka kanal ion. Neurotransmitter apapun diaktifkan oleh depolarisasi sel rambut. Tindakan saraf auditori primer dimulai di sinapsis dan menuju nukleus auditorius sebelum sampai ke korteks pendengaran yang berada di lobus temporalis. Hipotalamus menerima informasi ini dengan menurunkan kadar kortisol dan ACTH, yang menghasilkan suasana hati yang tenang (Septadina *et al.*, 2021).

Musik dapat menurunkan aktivitas saraf simpatis dengan melalui pendengaran telinga yang masuk ke otak kanan dan mendapatkan rangsangan hormon endorfin yang dikeluarkan oleh kelenjar pituitari sehingga mendapatkan peningkatan persepsi senang dan bahagia melalui penurunan kadar *adrenocorticotropic hormone* (ACTH) dalam darah, sehingga dapat membantu mengurangi tekanan seperti stress. *Electroencephalogram* dapat merekam gelombang yang dihasilkan oleh aktivitas sinyal pada korteks otak. Gelombang alfa adalah gelombang yang umum terjadi ketika subjek dipengaruhi oleh musik dan paling sering dikaitkan dengan keadaan rileks (Septadina *et al.*, 2021).

Seseorang dengan gangguan kecemasan terdapat peningkatan gelombang amplitudo, gelombang alfa dan teta di daerah oksipital sehingga meningkatkan tingkat fungsi global dan mengurangi gejala gangguan cemas menyeluruh (Dadashi *et al.*, 2015). Terapi bunyi menggunakan vibrasi untuk mengubah kondisi fisik dan mental seseorang. Terapi bunyi dapat menghasilkan partikel bunyi yang rendah, dapat mengurangi stres pasien yang akan menjalani pengobatan invasif (Hashim *et al.*, 2017).

Seseorang akan menghirup udara melalui hidung sehingga kotoran akan tersaring, Jika paru-paru tidak menerima cukup udara segar, darah tidak dioksigenasi, sehingga sisa pembakaran tetap berada dalam sirkulasi darah. Darah dapat dilihat melalui warna kulit yang buruk sebagai tanda bahwa kekurangan oksigen sehingga darah menjadi kebiruan. Oksigen dalam darah yang berkurang meningkatkan risiko kecemasan, depresi, dan kelelahan. Oksigen yang kurang dalam tubuh membuat sulit untuk mengatasi stres sehingga muncul teknik relaksasi napas dalam (Riniasih *et al.*, 2016).

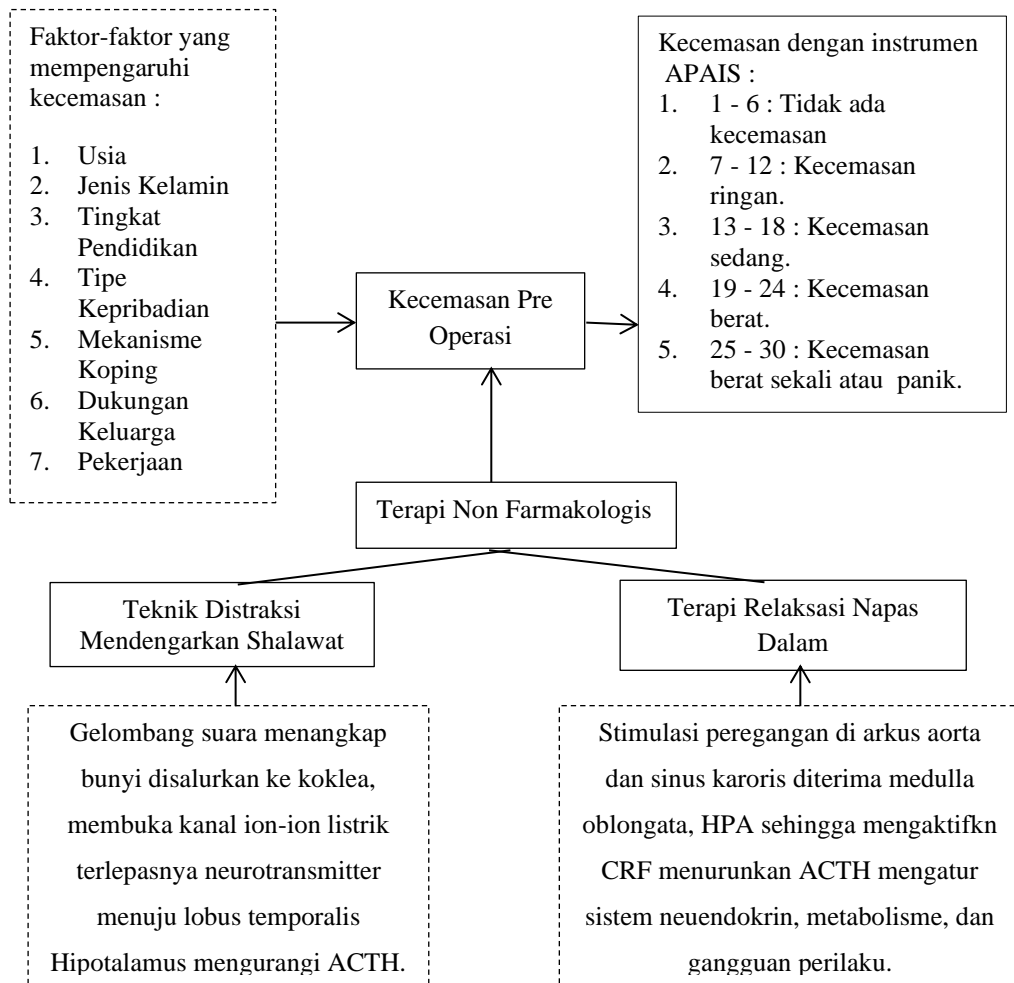
Intervensi selanjutnya dengan relaksasi napas dalam yang mana melalui sistem pernapasan. Relaksasi napas dalam cukup efektif untuk menciptakan suasana hati yang santai, di mana gelombang otak melambat dan seseorang dapat beristirahat dengan tenang (Ridho *et al.*, 2022). Salah satu teknik relaksasi adalah teknik *deep breathing*, yang melibatkan menghembuskan napas perlahan. Pernapasan dengan teknik ini akan memicu pengeluaran *hormone* endoprin, yang berdampak langsung pada sistem saraf otonom. Ini mengurangi tekanan darah dengan melemahkan sistem saraf simpatis dan mengoptimalkan sistem saraf parasimpatis (Ayu Cahyaningrum *et al.*, 2016).

Saraf parasimpatis yang meningkat dapat membantu mengurangi fungsi saraf simpatis dan memberikan keseimbangan yang lebih baik antara kedua sistem sehingga mengurangi dampak negatif dari stres, kecemasan, dan sakit (Riniasih et al., 2016). Hipotalamus mengaktifkan kelenjar pituitary untuk memberi tahu medula adrenal dengan meningkatkan produksi POMC. Enkephalin mengalami peningkatan dan memproduksi *hormone* endorfin sebagai neurotransmitter akan mempengaruhi suasana hati.

Medulla oblongata menerima stimulasi peregangan di arkus aorta dan sinus karotis. Kemudian, ia merespon peningkatan refleksi baroreseptor. Mekanisme informasi yang dikirim ke otak dilanjutkan oleh HPA, yang mengatur sistem neendokrin, metabolisme, dan gangguan perilaku. CRH dan ACTH diaktifkan untuk mengontrol sekresi kortisol, yang menyebabkan kecemasan (Wahyuningsih, et al., 2020).

Sehingga dapat disimpulkan yaitu, pasien dengan pre operasi dengan *general* anastesi mengalami kecemasan karena takut akan terbangun selama prosedur pembedahan berlangsung. Kecemasan mengakibatkan sekresi hormon ACTH meningkat. Perawat akan memberikan penanganan terkait kecemasan berdasarkan metode distraksi mendengarkan shalawat melalui sistem pendengaran dan teknik relaksasi napas dalam melalui sistem pernapasan yang keduanya akan mempengaruhi penurunan hormon ACTH

**2.2 Kerangka Konsep**



Keterangan:

- : Variabel diteliti
- : Variabel tidak diteliti
- : yang mempengaruhi

Gambar 2.2 Kerangka Konsep Efektivitas Antara Mendengarkan Shalawat Dengan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi *General Anastesi*

### 2.3 Hipotesis

Hipotesis adalah anggapan dasar kesimpulan yang tidak dapat diragukan lagi benar. Hipotesis berfungsi sebagai solusi sementara untuk masalah penelitian (Benny Pasaribu et al., 2022). Hipotesis dalam penelitian ini, yaitu:

Hipotesis H<sub>1</sub> :

1. Ada pengaruh mendengarkan shalawat terhadap kecemasan pada pasien pre operasi *general* anestesi di Rumah Sakit Karsa Husada Batu.
2. Ada pengaruh relaksasi napas dalam terhadap kecemasan pada pasien pre operasi *general* anestesi di Rumah Sakit Karsa Husada Batu.
3. Ada perbedaan efektifitas antara shalawat dan relaksasi napas dalam terhadap kecemasan pada pasien pre operasi *general* anestesi di Rumah Sakit Karsa Husada Batu.