

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Operasi dikenal sebagai tindakan yang berisiko dimana proses dan hasilnya merupakan sebuah harapan sehingga rasa khawatir, cemas sering terjadi yang akhirnya menjadi masalah bagi pasien. Hal ini selaras dengan pendapat Erkilic et al. (2017) yang menyatakan masalah utama sebelum operasi adalah kecemasan. Kecemasan ini merupakan suatu pengalaman yang dianggap mengancam dari respon patofisiologis dan salah satu dampaknya akan mempengaruhi pengalaman nyeri setelah pembedahan karena pasien dari awal sudah terancam dengan bayangan rasa sakit setelah operasi dan kematian akibat pembiusan (Erkilic et al., 2017), kondisi tersebut yang akhirnya memicu menurunnya kebugaran tubuh sehingga siklus kecacatan dan nyeri meningkat (Theunissen et al., 2012). Kecemasan juga mempengaruhi tindakan anestesi, pemulihan pasca bedah, hasil akhir pasca bedah (Gras et al., 2010), mempengaruhi tidak stabilnya tanda-tanda vital pasien (Muhaimin, 2018) dan berisiko tertundanya operasi atau *delayed operation* (Yuzkat et al., 2020).

Pasien operasi jumlahnya semakin meningkat hingga 312.9 juta jiwa dalam satu tahun yang juga diiringi semakin tingginya kasus kecemasan pre-operasi berkisar 25% - 80% (Stamenkovic et al., 2018) 60% - 80% pada pasien dewasa (Jlala et al., 2010) dan 40% - 60% pada pasien anak-anak (Malik et al., 2018) di seluruh rumah sakit di dunia. Di Indonesia prevalensi kecemasan sendiri diperkirakan 9% - 21% populasi umum dan kecemasan pre operasi sebesar

80% (Rihiantoro et al., 2019). Kecemasan pada pasien pre-operasi sendiri dalam rentang ringan, sedang hingga berat (Risna Risela Agustin, Mira Trisyani Koeryaman, 2020). Hasil penelitian tahun 2011 di RSUD dr. Soetomo Surabaya didapatkan sebesar 91.67% pasien pre operasi mengalami kecemasan sedang (Riyanti, 2011), Tahun 2017 di RSSA Kota Malang didapatkan 20% cemas ringan, 73% cemas sedang, 2% cemas berat dan 0% panik (Oktaviani.J, 2017) dan jumlah operasi di RSI Masyitoh Bangil dalam kurun waktu Januari sampai dengan Maret tahun 2018 tercatat 123 pasien dengan kecemasan yang di alami pasien dalam rentang ringan sampai berat (Muhaimin, 2018)

Kecemasan pre operasi dapat dikurangi melalui tindakan non-farmakologi yang saat ini berkembang pesat mulai dari aromaterapi, relaksasi, hipnosis, distraksi, nafas dalam, hingga meditasi yang diikuti berbagai macam penelitian guna mengetahui seberapa berpengaruh teknik tersebut untuk mengurangi kecemasan. Terapi distraksi yang dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan antara lain *mindfulness* (Stephen & Mehta, 2019) distraksi audiovisual (Rajeswari et al., 2019) dan terapi Murottal Al-Quran (Agusmita & Effendy, 2019).

Mindfulness merupakan tindakan dimana seseorang menempatkan dirinya pada keadaan waspada di kondisi sekarang yang sedang dihadapi secara terbuka, tidak menghakimi dan tidak menghindari (Patrick Steffen, 2020) apapun yang terjadi pada tubuh (bau, rasa, suara, penglihatan, sensasi) dan pikiran hanya perlu diamati saja sampai dengan adanya perubahan yang semakin lama individu tersebut akan menyadari penyebab atas penderitaan atau penyakitnya kemudian individu tersebut akan mampu menemukan jalan keluar

atas masalahnya sehingga rasa ketenangan ini akan muncul dengan sendirinya (Stahl et al., 2010). *Mindfulness* ini ada beberapa macam yaitu *mindfulness* berbasis *stress reduction*, *mindfulness* berbasis *cognitive therapy* dan *mindfulness* berbasis intervensi atau program (Zaiping, 2017) kemudian dalam dunia ilmiah mulai dikembangkan dengan berbagai inovasi misalnya memasukkan unsur seni atau biasa disebut dengan *mindfulness* berbasis *art therapy* (Beerse et al., 2020) dan juga melalui berbagai media misalnya aktivitas, *training*, *exercises* dan kursus (Ruijgrok-Lupton et al., 2018).

Terapi *mindfulness* akan menggiring individu yang melakukannya untuk menyadari apa yang dirasakan saat itu sehingga tumbuh rasa ikhlas dan menerima keadaan (Dwidiyanti & Sari, 2019) oleh sebab itu terapi ini direkomendasikan kepada mereka yang mengalami kecemasan, gangguan emosi, kesakitan, rasa nyeri, kondisi tekanan (stress), depresi, meningkatkan kualitas hidup pada pasien (Kibbe, 2017) hingga dapat menurunkan tekanan darah dan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus (Alimuddin, 2018).

Distraksi audiovisual merupakan teknik kedua yang dapat ditawarkan pada pasien-pasien dengan kecemasan. Audiovisual ini merupakan model pengalihan perhatian dengan memanfaatkan fungsi pendengaran dan penglihatan secara bersamaan. Media yang digunakan untuk distraksi audiovisual ini beragam antara lain melalui media film, video, video game, tayangan kartun, komedi, *jokes* dan lain sebagainya yang dapat memfungsikan indra penglihatan dan pendengaran secara bersamaan. Pengalihan dengan menggunakan audiovisual ini selain mengurangi kecemasan (Rajeswari et al., 2019) juga dapat mengurangi nyeri termasuk nyeri pembedahan (Bergomi et

al., 2018) dimana mekanismenya dengan menutup *projection* sel yang ada di otak yang menyebabkan *inhibitor* sel aktif sehingga rangsangan cemas dan rasa tidak menyenangkan tidak sampai masuk ke area otak (Malzack and Wall, 1965 dalam Widakdo, 2017).

Murottal Al-Quran merupakan terapi ketiga yang dapat dicoba untuk menurunkan kecemasan dengan basis audio. Al-Quran sendiri merupakan kalam Allah SWT, kitab suci Allah SWT dan mukjizat yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW dimana keaslian dan kebenarannya sangat diyakini oleh umat islam serta menjadi catatan amal ibadah bagi pembacanya (Nirwana, 2014). Al-Quran juga merupakan *As-Syifa* atau obat penawar atau obat penyembuh untuk segala permasalahan hidup manusia (Lestari, 2018) dengan pernyataan Al-Quran sebagai “obat” maka muncul murottal Al-Quran sebagai media praktis untuk meresapi kandungan ayat-ayat Al-Quran melalui rekaman suara dengan tetap memperhatikan tajwidnya.

Suara Murottal akan diterima oleh indera pendengaran kemudian diteruskan ke tulang pendengaran hasil getaran yang ditimbulkan selanjutnya disalurkan ke perilymfe, dari perilymfe akan diteruskan ke endolimfe dan merangsang nervus auditorius, oleh otak gelombang suara akan ditafsirkan sebagai bunyi musikal yang enak sehingga akan memberikan penafsiran ketenangan dari hipotalamus (Pearce, 1999 dalam Hanif, 2018) efeknya kecemasan akan menurun. Murottal Al-Quran ini selain bermanfaat untuk menurunkan kecemasan juga untuk distraksi nyeri, bahkan menurunkan tekanan darah (Aziza, 2019).

Penelitian terdahulu lebih banyak berfokus pada salah satu alternatif terapi non farmakologi saja yang diintervensikan pada pasien dengan kecemasan pre operasi oleh karena itu berdasarkan fenomena permasalahan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan membandingkan pengaruh tiga intervensi yaitu mengenai “Efektivitas *Mindfulness Therapy*, Distraksi Audiovisual dan Murottal Al-Quran terhadap Kecemasan Pasien Pre-Operasi” secara Literatur Review.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas bagaimana efektivitas *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual dan murottal Al-Quran terhadap kecemasan pasien pre operasi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan efektivitas *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual, dan murottal Al-Quran terhadap kecemasan pasien pre operasi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi skala kecemasan pasien pre-operasi sebelum intervensi *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual, dan murottal Al-Quran
2. Mengidentifikasi skala kecemasan pasien pre-operasi sesudah intervensi *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual, dan murottal Al-Quran.

3. Mengidentifikasi pengaruh *mindfulness therapy* terhadap kecemasan pasien pre operasi
4. Mengidentifikasi pengaruh distraksi audiovisual terhadap kecemasan pasien pre operasi
5. Mengidentifikasi pengaruh murottal Al-Quran terhadap kecemasan pasien pre operasi.
6. Menganalisis efektivitas *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual dan murottal Al-Quran terhadap skala kecemasan pasien pre-operasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai masukan atau sumber informasi terkait efektivitas antara *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual, dan murottal Al-Quran terhadap kecemasan pasien pre operasi serta juga dapat dijadikan sebagai tinjauan pustaka untuk penelitian yang akan datang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien Pre Operasi

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai referensi atau alternatif tindakan relaksasi yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan pre operasi.

2. Bagi Perawat

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai pilihan alternatif tindakan keperawatan untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi di ruangan.

3. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan pembentukan Standar Operasional Prosedur (SOP) tindakan keperawatan yang dapat dilakukan pada pasien pre operasi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai referensi atau kajian untuk melakukan penelitian-penelitian selanjutnya khususnya yang berhubungan dengan teknik non-farmakologi

5. Bagi Peneliti

Hasil penelitian sebagai media untuk memperoleh pengalaman dan memperdalam pengetahuan tentang pengaruh terapi non-farmakologi khususnya pengaruh *mindfulness therapy*, distraksi audiovisual, dan murottal Al-Quran terhadap kecemasan pasien pre operasi.