

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan merupakan perasaan yang paling umum dialami oleh pasien yang dirawat di rumah sakit, pasien lebih sering merasa cemas terhadap penyakit yang mereka alami dan hal apa yang akan terjadi kepada mereka, kecemasan akan semakin meningkat apabila pasien yang dirawat di rumah sakit harus mengalami proses pembedahan, reaksi pasien terhadap pembedahan sebagian besar berfokus pada persiapan pembedahan dan proses pembedahan itu sendiri.¹

Pasien sering merasa bingung saat memasuki rumah sakit, merasa cemas dan terasing terhadap hal yang akan mereka hadapi, kecemasan akan lebih meningkat saat pasien dinyatakan akan melakukan pembedahan. Apapun bentuk operasi akan menimbulkan ketakutan dan kecemasan pada pasien terutama mengenai proses dan efek pembedahan, banyak juga kekhawatiran di karenakan keadaan keluarga, keadaan anak, masalah biaya saat mereka berada di rumah sakit ditambah lagi akan melakukan tindakan pembedahan.^{1,2}

Salah satu tindakan pengobatan yang banyak menimbulkan kecemasan adalah tindakan operasi, sampai saat ini sebagian besar orang menganggap bahwa semua pembedahan atau operasi yang dilakukan adalah pembedahan besar terutama bagi mereka yang pertama kali mengalami tindakan pembedahan. Tindakan pembedahan atau operasi merupakan

ancaman potensial maupun aktual terhadap integritas seseorang yang dapat membangkitkan reaksi stress fisiologis maupun psikologis³. Pandangan setiap orang dalam menghadapi pembedahan berbeda, sehingga respon pun akan berbeda, yang mana respon pembedahan pada umumnya menimbulkan ketakutan dan kecemasan pada pasien.⁴

Prosedur pembedahan akan memberikan suatu reaksi emosional seperti ketakutan, marah dan gelisah serta kecemasan bagi pasien, kecemasan terhadap pembedahan merupakan suatu respon terhadap suatu pengalaman yang dianggap oleh pasien sebagai suatu ancaman terhadap perannya dalam hidup dan integritas tubuh.⁵

Pasien yang akan mengalami pembedahan biasanya dilingkupi oleh ketakutan termasuk takut tentang ketidaktahuan tindakan operasi, anestesi, nyeri atau kematian, takut tentang deformitas atau ancaman lain terhadap citra tubuh yang dapat menyebabkan ketidak tenangan atau ansietas. Selain ketakutan tentang hal tersebut pasien sering mengalami kekhawatiran dan kecemasan antara lain tentang tanggung jawab terhadap keluarga, prognosa yang buruk, atau kemungkinan kecacatan di masa yang akan datang dan dengan berbagai macam prosedur asing yang harus di jalani pasien serta adanya ancaman keselamatan jiwa akibat prosedur pembedahan dan pembiusan.³

Pada pasien yang mengalami pembedahan kecemasan akan timbul respon fisiologis yang mempengaruhi tindakan operasi antara lain jantung berdebar, tekanan darah meningkat, denyut nadi menurun, dan nafas menjadi

cepat yang nantinya akan menghambat proses pembedahan dan hal itu akan terus berlangsung hingga tindakan operasi selesai.⁶

Cemas juga dapat mempengaruhi respon fisiologis, emosi dan kognitif, misalnya pasien yang mengalami cemas berat biasanya menyatakan tidak mau dioperasi, selalu menghindar dari pembicaraan hingga mengatakan mereka akan mati dan secara klinis menunjukkan situasi yang serius, bila dihadapkan dengan pasien seperti ini, dokter mungkin akan mempertimbangkan untuk menunda pembedahan sehingga proses pengobatan pun akan tertunda, dan cemas yang tidak diatasi dengan baik akan mempengaruhi respon pasien setelah operasi.⁷

Seseorang yang sangat cemas tidak bisa berbicara dengan baik dan mencoba menyesuaikan diri dengan kecemasan yang mereka hadapi yang nantinya menjadi hambatan dalam proses operasi, kecemasan mengakibatkan pasien menjadi cepat marah, bingung, lebih mudah tersinggung yang merupakan reaksi psikis. Reaksi cemas ini akan berlanjut bila klien tidak pernah atau kurang mendapat informasi yang berhubungan dengan penyakit dan tindakan yang akan mereka hadapi dalam proses operasi.⁸

Salah satu tujuan dilakukannya perawatan pada pasien yang dilakukan pembedahan adalah mempersiapkan pasien yang baik secara fisik maupun mental, dalam menghadapi proses operasi dan siap menerima kemungkinan yang terjadi setelah operasi salah satu hambatan pelaksanaan operasi adalah kecemasan yang berlebihan pada pasien yang akan mengakibatkan anestesi

menjadi kurang baik sehingga kegiatan operasi tidak berjalan dengan lancar serta pasien akan menjadi lama untuk sadar dari proses anestesi.⁹

Penanganan kecemasan pada pasien dapat dilakukan dengan teknik non farmakologis yang merupakan salah satu tindakan keperawatan yang harus diberikan kepada pasien sebelum dilaksanakan tindakan operasi. Adapun tindakan non farmakologi tersebut antara lain stimulus dan *massage cutaneous*, distraksi, relaksasi, imajinasi terpimpin dan hipnotis. Beberapa teknik distraksi yang dapat dilakukan adalah: *active Listening*, *Guide Imagery*, *meditasi* dan pengalihan. Sedangkan teknik relaksasi antara lain Nafas lambat dan berirama *massage and slow rhythmic Breathing*, *rhythmic Singing and tapping*. Teknik non farmakologi ini akan memberikan beberapa keuntungan antara lain akan menurunkan ansietas yang berhubungan stress, menurunkan nyeri otot, membantu individu untuk melupakan cemas, meningkatkan periode istirahat, meningkatkan keefektifan terapi pengobatan, menurunkan perasaan tak berdaya dan depresi serta pasien tidak akan mengalami kecemasan yang berlanjut hingga setelah operasi.^{3, 10}

Perawat mempunyai peranan penting dalam setiap tindakan pembedahan, baik pada masa sebelum, selama maupun setelah operasi. Intervensi keperawatan yang tepat akan membantu pasien baik secara fisik maupun psikis dalam menghadapi tindakan operasi. Tingkat keberhasilan pembedahan sangat tergantung pada setiap tahapan yang dijalani dalam proses operasi, yang merupakan tanggung jawab tim baik dokter bedah, dokter anestesi, dan perawat dan hal lain yang tidak kalah penting adalah

peran pasien yang kooperatif selama proses operasi baik pre-intra-pasca operasi. Perawat merupakan salah satu tenaga kesehatan yang paling sering berinteraksi dengan pasien sehingga perawat mempunyai peranan yang penting dalam menurunkan kecemasan pasien sehingga operasi dapat berjalan dengan lancar.¹¹

Salah satu metode non farmakologi yang dapat menurunkan kecemasan pasien menghadapi operasi adalah relaksasi nafas dalam dengan menggunakan aromaterapi yang merupakan modifikasi tehnik keperawatan yang dapat dilakukan dalam menurunkan kecemasan. Aromaterapi adalah salah satu terapi yang menggunakan essensial oil atau sari minyak murni untuk membantu memperbaiki dan menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta membangkitkan semangat jiwa.¹²

Aromaterapi mempunyai efek positif karena diketahui bahwa aroma yang segar dan harum akan merangsang sensori, reseptor yang pada akhirnya mempengaruhi hipotalamus untuk menimbulkan efek yang kuat terhadap emosi. Aroma yang ditangkap oleh reseptor hidung akan dilanjutkan sebagai informasi ke daerah otak yang mengontrol emosi dan memori kemudian dilanjutkan ke hipotalamus yang merupakan pengatur sistem internal tubuh termasuk sistem seksualitas, suhu tubuh dan reaksi terhadap stress.¹³

Aromaterapi adalah salah satu teknik pengobatan atau perawatan menggunakan bau-bauan, ada beberapa aromaterapi yang sering digunakan antara lain rose, lemon dan lavender namun aroma lavender paling sering digunakan karena aromanya menimbulkan efek rileks pada pasien atau klien.

Kandungan utama dalam lavender adalah linalyl asetat dan linalool ($C_{10}H_{18}O$), linalool adalah kandungan aktif utama yang memberikan efek anti cemas dalam lavender, menurut hasil dari beberapa jurnal didapatkan kesimpulan bahwa minyak bunga lavender memberikan manfaat relaksasi, sedatif, mengurangi kecemasan, dan mampu memperbaiki mood seseorang.¹⁴

Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang *alfa* dan *beta* di dalam otak dan gelombang inilah yang akan membantu untuk menciptakan keadaan rileks. Aromaterapi lavender sudah terbukti dapat mengurangi tingkat kecemasan pada pasien yang mendapatkan tindakan infasif, serta dapat menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisa, wanita yang menjalani persalinan, berendam dengan menggunakan minyak lavender dapat mengurangi nyeri pada perineum dan kegelisahan pada wanita yang akan melahirkan.¹⁵

Aromaterapi lavender mempunyai efek menenangkan, memberikan ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman, rasa keterbukaan dan keyakinan, selain itu juga dapat mengurangi rasa tertekan, stress, rasa sakit, cemas, emosi yang tidak seimbang, histeria, rasa frustrasi dan kepanikan serta memberikan rasa relaksasi.¹²

Aromaterapi lavender dapat mempengaruhi *Lymbic System* di otak yang merupakan pusat emosi, suasana hati dan mood dan memori untuk menghasilkan bahan neurohormon endorpin dan encephalin yang bersifat sebagai penghilang rasa sakit serta menghilangkan ketegangan atau stress serta kecemasan.¹⁶

Hasil Penelitian Wening (2014) menyatakan ada perbedaan intensitas nyeri pasca *Sectio caesaria* sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi inhalasi. dengan hasil penelitian didapatkan penurunan rata-rata sebesar 1,13 dengan nilai hitung sebesar 9,00 (t hitung $>2,042$) dan *asimp sig* 0,0001($p<0,05$).¹⁷

Hal ini juga didukung oleh penelitian Anna Fenko (2014) yang menyatakan bahwa perbandingan aroma lavender dengan lemon menunjukkan lavender (M:3,71 SD:1,10) dan lemon (M:3,00 SD:1,00) $p<0,05$ dengan hasil aroma lavender paling efektif dalam menurunkan kecemasan.¹⁸

Penelitian yang dilakukan Diego AM tentang efek aromaterapi lavender untuk relaksasi dan kecemasan, mood, relaksasi, kecemasan mood dan kewaspadaan pada aktifitas EEG (*Electro Encephalo Gram*) menunjukkan terjadinya penurunan kecemasan, perbaikan mood, dan terjadi peningkatan kekuatan alpa dan beta pada EEG yang memperlihatkan peningkatan relaksasi.¹⁹

Hal lain yang dapat dilakukan dalam menurunkan kecemasan pasien adalah dengan melakukan tehnik distraksi, tehnik distraksi yang mungkin diberikan pada pasien yang melakukan pembedahan baik sebelum atau setelah operasi untuk menciptakan suasana keadaan tenang dan menurunkan kecemasan adalah dengan mendengarkan musik. Tujuan pemberian terapi musik akan membantu pasien mengekspresikan perasaan, mengurangi ketegangan otot dan menurunkan kecemasan yang mana secara biologis akan

meningkatkan energi otot, menyebabkan frekuensi nafas, nadi menjadi teratur tekanan darah menjadi stabil.²⁰

Kecemasan pasien yang akan menjalani operasi pada umumnya dikarenakan pasien tidak mengerti tentang prosedur pembedahan serta hal yang harus dilakukan setelah pembedahan, untuk membantu mengontrol kecemasan pada pasien melakukan pembedahan yaitu dapat diberikan terapi musik. Pemberian terapi musik adalah salah satu jenis tindakan yang akan mempengaruhi sistem emosional di otak sehingga dapat menurunkan kecemasan.²⁰

Penggunaan musik sebagai terapi sebenarnya telah digunakan manusia sejak zaman Yunani kuno dan mulai diterapkan pada perang dunia I dan II, Terapi musik dalam kedokteran dapat digunakan untuk meningkatkan, mempertahankan dan mengembalikan kesehatan fisik mental, emosional atau spiritual dengan menggunakan bunyi atau irama tertentu.¹⁹ Terapi musik mempunyai tujuan untuk membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitasi fisik, memberikan pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi, musik akan meningkatkan memori serta membangun kedekatan emosional selain itu terapi musik juga dapat mengurangi stress, mencegah penyakit dan rasa sakit.²⁰

Terapi musik yang tepat dapat menurunkan kecemasan pada pasien operasi.²⁰ Terapi musik merupakan intervensi non invasif yang dapat diterapkan secara sederhana tidak membutuhkan ruang lingkup yang besar dalam pelaksanaannya dan tidak menimbulkan efek samping.²¹

Banyak jenis musik yang digunakan untuk terapi diantaranya musik klasik, instrumental, jazz, pop, keroncongan, musik daerah dan keagamaan yang memberikan manfaat badan, pikiran dan mental menjadi lebih sehat. Dengan menggunakan musik yang tepat dan disukai pasien akan mempercepat proses penurunan tingkat kecemasan sehingga tidak heran saat ini semakin banyak hasil riset mengenai efek musik.²²

Musik dapat bermanfaat untuk membuat seseorang menjadi rileks, menimbulkan rasa aman, sejahtera melepaskan rasa sakit dan menurunkan tingkat kecemasan pasien yang melakukan pembedahan dan melepaskan rasa sakit dan menurunkan tingkat stress sebelum dan sesudah melakukan operasi,²² hal ini terjadi dikarenakan adanya penurunan *Adrenal Corticotropin Hormon* (ACTH) yang merupakan hormon stress.²⁰

Hasil penelitian Pratiwi (2009) tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi di RSUP DR. Soeradji Tirtonegoro Klaten diketahui bahwa terapi musik klasik mempunyai pengaruh terhadap tingkat kecemasan pre operasi. Sebelum diberikan terapi musik klasik 20 pasien mengalami kecemasan ringan yaitu 64,5%, 11 orang mengalami cemas sedang yaitu 35,5%, setelah diberikan terapi musik 19 pasien tidak mengalami kecemasan yaitu 61%, dan 12 orang mengalami cemas ringan yaitu 39% responden.²⁶

Hal ini sejalan dengan penelitian edi purwanto (2011) menunjukkan bahwa ada pengaruh musik terhadap perubahan intensitas nyeri dan cemas

pada pasien post operasi di ruang bedah RSUP.dr,Sarjito Yogyakarta dengan nilai p :0,000.²⁷

Hasil penelitian Junaidi (2010) menunjukkan bahwa terapi musik langgam jawa secara signifikan dapat menurunkan tingkat kecemasan terutama gejala kecemasan pada lansia dengan nilai mean 8,58 dengan rata-rata penurunan kecemasan 14,3% dan nilai p : 0,0001. Serta penelitian yang dilakukan oleh Sartika (2013) menunjukkan bahwa ada pengaruh perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok yang diberikan musik religi kristen dengan kelompok kontrol dengan nilai p : 0,000.²⁵

Data nasional yang di dapat di bagian Rekam Medis RSUD Sragen rata-rata tiap bulan pada tahun 2007 terdapat 15-25 penderita yang menjalankan operasi hernia. Berdasarkan catatan keperawatan ruang bedah Mawar, Teratai, dan Wijaya Kusuma RSUD Sragen, penderita yang akan dilakukan tindakan pembedahan pada kasus diatas, 10% dilakukan penundaan karena peningkatan kecemasan. Kecemasan yang terjadi dapat berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah, sehingga tindakan anastesi atau pembedahan ditunda.²⁸

Berdasarkan data dari ruang Bedah RSUD Raden Mattaher Jambi diketahui jumlah pasien yang akan melakukan operasi pada tahun 2008 sebanyak 933 orang dan yang mengalami penundaan operasi sebanyak 58 orang sedangkan pada tahun 2009 jumlah pasien yang akan melakukan operasi sebanyak 1.128 namun terdapat sebanyak 68 orang pasien yang mengalami penundaan dikarenakan tensi meningkat karena cemas

menghadapi operasi. Pada tahun 2010 sebanyak 1.129 orang yang akan dilakukan operasi namun yang mengalami penundaan operasi sebanyak 70 orang. Beberapa alasan terjadinya penundaan operasi yaitu kecemasan yang datang dari diri pasien sendiri sehingga menyebabkan tanda-tanda vital menjadi abnormal yang tidak memungkinkan untuk dilaksanakan operasi.²⁹

Berdasarkan hasil survei awal yang berhasil di kumpulkan peneliti dari ruang kamar operasi RSUD Dr. M. Yunus didapatkan bahwa pada tahun 2012 terdapat rencana pembedahan sebanyak 1964 pembedahan namun hanya terlaksana sebanyak 1766 pembedahan dan terdapat 198 pembedahan atau 10 % yang di tunda, pada tahun 2013 terencana sebanyak 2364 pembedahan namun yang terlaksana hanya 1984 pembedahan dan yang tertunda 380 pembedahan atau sekitar 16 %, pada umumnya pembedahan harus di tunda dikarenakan keadaan pasien yang tidak stabil yaitu tensi meningkat dikarenakan kecemasan sehingga tindakan harus ditunda. Kecemasan yang terjadi dapat berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah, sehingga tindakan anastesi atau pembedahan ditunda. Pada pasien yang bukan dalam keadaan gawat darurat yang akan menjalani operasi besar diharapkan minimal untuk masuk rumah sakit 12 jam sebelum operasi di laksanakan dan operasi kecil 6 jam sebelum di laksanakan hal ini dilakukan agar persiapan yang di lakukan dapat sebaik mungkin.³⁰

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk membandingkan efektifitas tehnik distraksi musik dengan relaksasi aromaterapi lavender

dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien dengan tindakan pembedahan di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan data pada latar belakang tersebut diatas, bahwa:

- a. Adanya peningkatan rasa cemas pada pasien yang akan dilaksanakan tindakan operasi di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu.
- b. Belum diketahui persentase efektifitas antara tehnik distraksi dan tehnik relaksasi dalam menurunkan kecemasan pada pasien dengan tindakan pembedahan.
- c. Belum diketahuinya tindakan non farmakologis yang lebih efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien dengan tindakan pembedahan

Dari data dan pendapat tersebut diatas, maka dapat dirumuskan masalah pada peneliti ini adalah adakah perbedaan efektifitas antara tehnik distraksi dengan relaksasi dalam mengurangi tingkat kecemasan pasien yang dilakukan tindakan pembedahan?

C. Tujuan Penelitian

1) Tujuan Umum

Menganalisis perbandingan efektifitas menggunakan musik dan relaksasi aromaterapi lavender dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien yang dilakukan pembedahan.

2) Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tingkat kecemasan kelompok musik pre dan post operasi
- b. Mendeskripsikan tingkat kecemasan kelompok aromaterapi lavender pre dan post operasi
- c. Mendeskripsikan respon fisiologis berupa tekanan darah, nadi dan pernafasan pre dan post operasi
- d. Mengevaluasi efektifitas musik dan aromaterapi terhadap tingkat kecemasan pre dan post operasi
- e. Mengevaluasi efektifitas musik dan aromaterapi terhadap tekanan darah, pernafasan dan nadi pre dan post operasi

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan akan memberi manfaat pada:

- 1) Bagi rumah sakit
 - a. Sebagai dasar pertimbangan melakukan intervensi keperawatan dalam mengurangi kecemasan pada pasien yang menjalani pembedahan dan pemilihan terapi non farmakologi untuk mengurangi kecemasan.
 - b. Sebagai dasar dalam menetapkan protap penatalaksanaan mengurangi kecemasan pada pasien yang menjalani pembedahan dan sebagai dasar untuk peningkatan kualitas rumah sakit.

2) Bagi Akademik

Menambah bahan referensi dalam meningkatkan status kesehatan masyarakat serta bahan dalam peningkatan ilmu pengetahuan

3) Bagi Peneliti

Sebagai wacana untuk pengembangan penelitian lebih lanjut di bidang keperawatan khususnya pemberian non farmakologi (distraksi dan relaksasi) untuk mengurangi kecemasan

E. Keaslian penelitian

Penelitian tentang tehnik distraksi menggunakan musik dan relaksasi menggunakan aromaterapi antara lain :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama dan Judul Penelitian	Responden Penelitian	Metode	Hasil
1.	Edi purwanto (2011) Efek musik terhadap perubahan intensitas nyeri dan cemas pada pasien post operasi di ruang bedah RSUP.Dr.Sarjito Yogyakarta	Pasien post operasi	<i>one group pre-post test design</i>	Ada pengaruh musik terhadap penurunan intensitas nyeri dan cemas pada pasien post operasai dengan nilai p:0,000
2.	Ratih Swarihadiyanti 2014 Pengaruh pemberian terapi musik instrumental dan klasik terhadap nyeri saat wound care pada pasien post operasi	Pasien post operasi	<i>Post only without control design group</i>	Pada kelompok instrumental sebagian responden mengalami nyeri ringan 75% dan pada kelompok musik klasik sebagian responden mengalami nyeri sedang 60%, dan ada pengaruh terapi musik instrumental dan musik klasik terhadap penurunan

No	Nama dan Judul Penelitian	Responden Penelitian	Metode	Hasil
				tingkat nyeri dengan nilai p:0,017
3.	Marista liyanti dkk 2013 Pengaruh relaksasi masase punggung terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi bedah mayor	Pasien pre operasi	<i>One group pre-post test design</i>	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor rentang kecemasan sebelum dilakukan relaksasi masase punggung 43,44 dan setelah dilakukan masase punggung menjadi 29,03 dengan selisih 14,41 artinya ada pengaruh relaksasi masase punggung terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi bedah mayor dengan nilai p:0,000
4.	Wening Dwijayanti dkk (2014) Efektifitas aroma lavender inhalasi terhadap nyeri pasca operasi sectio caesaria	Pasien post operasi	<i>One group pre-post test design</i>	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor rentang nyeri sebelum dilakukan inhalasi aroma lavender 5,44 dan setelah dilakukan inhalasi menjadi 4,31 dengan nilai p:0,001
5.	Anna Fenco dan caroline loock (2014) Pengaruh aroma lingkungan dan musik terhadap kecemasan pasien di ruang tunggu bedah plastik	Pasien bedah plastik	two group pre-post test design	Ada pengaruh aroma lingkungan (lavender) dengan penurunan kecemasan dan ada pengaruh musik dengan penurunan kecemasan dan tidak ada pengaruh antara penggabungan musik dan aroma terapi dengan penurunan kecemasan pada pasien di ruang tunggu bedah plastik

No	Nama dan Judul Penelitian	Responden Penelitian	Metode	Hasil
6.	Erni Buston	Pasien yang menjalani pembedahan	<i>Pre test-post test design</i>	Efektifitas tehnik distraksi musik dengan relaksasi aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pasien dengan pembedahan

F. Ruang Lingkup

1. Ruang Lingkup Waktu

Waktu pelaksanaan yaitu dari Bulan Maret - Agustus 2015 meliputi persiapan proposal sampai pembahasan hasil penelitian.

2. Ruang Lingkup Tempat

Tempat pelaksanaan yaitu di RSUD. Dr. M. Yunus Bengkulu.

3. Ruang Lingkup Materi

Penelitian ini meliputi penggunaan musik, relaksasi aromaterapi lavender dan tingkat kecemasan.

4. Ruang Lingkup Metodologi

Metodologi penelitian yaitu *quasi eksperimen pre test - post test group design*