

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Operasi atau pembedahan adalah salah satu tindakan medis yang bertujuan untuk menyelamatkan nyawa, mencegah komplikasi dan kecacatan. Berdasarkan penelitian pada tahun 2004 di 56 negara dari 192 negara anggota *World Health Organization* (WHO), sekitar 234,2 juta prosedur operasi yang dilakukan setiap tahun berpotensi kematian dan mengalami komplikasi (Puspita, Armiyati, & Arif, 2014). Sehingga prosedur operasi secara tidak langsung dapat mempengaruhi psikologi pasien. Berdasarkan data Kemenkes pada tahun 2021, jumlah pasien dengan tindakan pembedahan atau operasi berada di urutan ke-11 dari 50 penyakit yang ada di Indonesia, 32% di antaranya merupakan tindakan bedah mayor, 25,1% mengalami kondisi gangguan jiwa dan 7% mengalami kecemasan. Tindakan pembedahan atau operasi memerlukan tindakan anestesi salah satunya yaitu spinal anestesi.

Menurut Pramono (2015), spinal anestesi adalah teknik pembiusan dengan cara penyuntikan obat anestesi lokal secara langsung ke dalam ruang *subarachnoid* diantara vertebrata lumbal 2-3, lumbal 3-4, atau lumbal 4-5. Pada pasien operasi dengan spinal anestesi tetap dalam keadaan sadar selama operasi berlangsung, sehingga pasien dapat membayangkan apa yang sedang dilakukan selama operasi dan mendatangkan respon karena adanya ancaman pada tubuh pasien (Octaviani, 2019). Setiap individu dalam merespon suatu tindakan operasi dapat berbeda-beda, salah satunya yaitu perasaan cemas.

Kecemasan merupakan perasaan subyektif dari ketegangan psikologis yang merupakan reaksi umum terhadap ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau kurangnya rasa aman, ditandai dengan tekanan darah meningkat, jantung berdetak kencang, gelisah dan sering bertanya (Putri, 2018). Beberapa faktor pemicu kecemasan yaitu usia, pengalaman pembedahan, konsep diri dan peran, kebutuhan informasi, kondisi medis, tindakan operasi, dan tingkat sosial ekonomi pasien (Stuart, 2016). Ketika pasien yang akan menjalani operasi tidak bisa mengontrol perasaan tersebut, maka kecemasan dapat menyebabkan perubahan fisiologis yang dikhawatirkan akan menghambat dilaksanakannya tindakan operasi karena kecemasan sering timbul pada fase pre operasi. Berdasarkan beberapa penelitian di dunia, insiden kecemasan pre operasi memiliki hasil yang sangat bervariasi, yaitu antara 11% hingga 80% (Imani, 2020). Hal ini didukung oleh penelitian Taravella (2019) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Operasi dengan Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pasien dengan Tindakan Spinal Anestesi di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta” dengan hasil penelitian didapatkan 5% responden tidak mengalami cemas, 45% responden mengalami kecemasan ringan dan 50% responden mengalami kecemasan sedang.

Dampak dari kecemasan pre operasi dapat membuat ketidaknyamanan yang menyebabkan perubahan fisiologis. Menurut Usnadi, Rahayu, & Praptiwi (2018) ketika seseorang akan menjalani operasi namun tidak dapat mengontrol kecemasan maka ada kemungkinan operasi ditunda. Apabila tetap

dilakukan operasi tanpa dikontrol tekanan darahnya terlebih dahulu, dapat menyebabkan masalah pada kardiovaskular, meningkatkan risiko stroke, mengakibatkan kesulitan dalam menghentikan perdarahan intra operasi, serta setelah operasi akan menghambat proses penyembuhan (Pratama & Pratiwi, 2020). Sehingga peran penata anestesi sangat diperlukan untuk meminimalisir hal tersebut terjadi, kecemasan dapat diatasi dengan menggunakan terapi farmakologis maupun non farmakologis.

Terapi farmakologis dapat dilakukan dengan memberikan obat-obatan yang bersifat anti depresan dan anti cemas seperti midazolam. Namun, terapi farmakologis dapat menimbulkan efek samping yang menyebabkan ketidaknyamanan pada pasien, seperti mengantuk, gangguan kinerja psikomotorik, kemampuan kognitif, penglihatan kabur, konstipasi, perubahan EKG dan kegelisahan (Daryanti & Mardiana, 2020). Sedangkan terapi non farmakologis merupakan intervensi mandiri keperawatan yang memiliki beberapa keuntungan yang tidak menimbulkan efek samping. Terapi non farmakologis dapat berupa terapi relaksasi, distraksi, meditasi, dan imajinasi. Beberapa jenis terapi relaksasi di antaranya yaitu relaksasi napas dalam, terapi musik, terapi benson, aromaterapi, dan terapi *guided imagery* (Lolo & Novianty, 2018). Dalam penelitian ini, teknik relaksasi yang dipilih untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi yaitu penggabungan teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik. Dalam terapannya terapi relaksasi nafas dalam dan terapi musik lebih mudah dipelajari dan diterapkan oleh para

pasien nantinya, serta keuntungannya menggunakan terapi nafas dalam ini adalah waktu dan dana yang dikeluarkan tidak terlalu banyak.

Teknik relaksasi napas dalam merupakan suatu tindakan keperawatan yang dapat meningkatkan oksigen darah, menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan ventilasi paru menurut Smeltzer dalam Yuliana (2018). Hal ini didukung oleh penelitian Rokawie (2017) terhadap kecemasan pre operasi pada 32 responden sebelum dilakukan relaksasi napas dalam, terdapat 34,4% pasien cemas ringan, 56,2% pasien cemas sedang, 9,4% pasien cemas berat dan tidak ada pasien yang tidak cemas. Setelah diberikan relaksasi napas dalam, terjadi perubahan tingkat kecemasan yaitu dari tidak ada pasien tidak cemas menjadi 6 pasien yang tidak cemas, 11 pasien kecemasan ringan menjadi 17 pasien, 18 pasien kecemasan sedang turun menjadi 9 pasien, dan 3 pasien dengan kecemasan berat menjadi tidak ada pasien yang mengalami kecemasan berat. Adapun keterbaruan yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik pernapasan metode 4-7-8 yang belum dilakukan didalam praktek klinik keperawatan. Menurut Dr. Andrew Weil, relaksasi napas dalam metode 4-7-8 merupakan teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk membantu seseorang mencapai keadaan yang relaks, dengan cara menarik nafas selama 4 detik, lalu tahan nafas selama 7 detik, dan hembuskan nafas selama 8 detik.

Terapi non farmakologi lainnya yang aman dan dapat menurunkan kecemasan yaitu terapi musik. Musik mengandung getaran yang dapat mengaktifkan sel-sel dalam diri seseorang, sehingga dengan aktifnya sel

tersebut sistem kekebalan tubuh seseorang dapat meningkat. Ada beberapa jenis musik yaitu musik klasik, *jazz*, *country*, *rock*, *blues*, *pop*, dan tradisional. Namun, menurut Petronawati, Wibisono, & Wardani (2017) musik yang efektif mengatasi kecemasan yaitu musik yang memiliki alunan melodi dan struktur yang tepat seperti musik klasik dan telah menjadi kajian berbagai peneliti. Musik klasik yang sering digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan, yaitu musik klasik karya Mozart, Beethoven, dan Chopin. Menurut penelitian David dalam Avianti (2019) menunjukkan bahwa musik klasik Mozart lebih baik dibandingkan jenis musik romantik. Perbedaan antara musik Mozart, Beethoven, dan Chopin salah satunya yaitu frekuensi. Mozart memiliki frekuensi sekitar 8000 Hz sedangkan musik Beethoven dan Chopin memiliki frekuensi 15.000 Hz. Frekuensi yang dimiliki Mozart dapat memaksimalkan getaran pada sel-sel rambut organ korti, tidak memiliki nada minor, memiliki 60-80 kali ketukan per menit yang sesuai dengan irama jantung (Hermanto dalam Avianti, 2019).

Musik Beethoven dan Chopin memiliki tangga nada minor yang mendominasi lagunya, berbeda dengan Mozart. Tangga nada minor dianggap memiliki ciri tempo dan irama melodi lebih cepat dan sedih. Lagu sedih yang berada di kunci minor memiliki irama yang lebih lambat dan ritme melodi yang panjang sehingga dapat memperlambat denyut nadi dan menyebabkan tekanan darah meningkat, sedangkan musik bahagia dengan tempo cepat dapat membuat kita bernapas lebih cepat (Robert dalam Avianti, 2019). Musik klasik ciptaan Mozart dikenal sebagai “Efek Mozart” yang hasilnya

dapat memberikan perasaan tenang, menurunkan kecemasan serta mengurangi pemakaian farmakoterapi. Mozart merupakan jenis musik klasik yang tidak membangkitkan gelombang naik turun dan tajam, namun tidak kaku dan datar, serta tidak terlalu lembut membuai seperti pengantar tidur bayi. Kelebihan inilah yang membuat seseorang merasa rileks saat mendengar musik klasik ciptaan Mozart (Anita, 2018). Untuk memberikan efek relaksasi dan membantu pikiran seseorang untuk beristirahat, terapi musik dapat diberikan dengan durasi selama 10-15 menit (Potter & Perry dalam Anita, 2018).

Menurut penelitian Setyowati (2020) terhadap kecemasan pre operasi pada 64 responden sebelum diberikan terapi musik klasik terdapat 6,3% pasien dengan kecemasan ringan, 31,3% pasien dengan kecemasan sedang, dan 62,5% pasien dengan kecemasan berat. Namun, terjadi penurunan setelah diberikan terapi musik klasik, yaitu terdapat 62,5% pasien dengan kecemasan ringan, 34,4% pasien dengan kecemasan sedang, 3,1% pasien dengan kecemasan berat. Adapun hasil penelitian lainnya mengenai kecemasan pada pasien pre operasi di IBS RSUP H. Adam Malik Medan sebelum diberikan terapi musik klasik, mayoritas pasien berada di kecemasan sedang dengan 24 pasien, 8 pasien cemas berat, dan tidak ada cemas ringan dan panik. Setelah diberikan terapi musik klasik, terjadi perubahan tingkat kecemasan dari tidak ada pasien cemas ringan menjadi 10 orang, cemas sedang 24 orang menjadi 20 orang dan pasien cemas berat dari 8 orang menjadi 2 orang (Basri & Lingga, 2019).

Menurut Skinner dalam Notoatmodjo (2010), perubahan perilaku merupakan salah satu respon atau reaksi terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Pada teori stimulus organisme (SOR) didasarkan pada asumsi bahwa penyebab terjadinya perubahan perilaku tergantung pada kualitas rangsangan terhadap organisme. Perubahan perilaku hanya dapat terjadi apabila stimulus (rangsangan) yang diberikan melebihi dari stimulus semula. Menurut Katz dalam Notoatmodjo (2010), perilaku berfungsi sebagai penerima objek dan pemberi arti, yaitu dalam peranannya seseorang senantiasa menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan melakukan keputusan sehubungan dengan stimulus yang dihadapi.

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya dan didukung oleh teori perubahan perilaku, maka peneliti ingin mengembangkan penelitian dengan cara mengkombinasikan terapi relaksasi napas dalam dan musik klasik agar dapat memperoleh efek yang lebih besar terhadap penurunan kecemasan. Adapun keterbaruan juga yaitu teknik pernapasan yang digunakan adalah metode 4-7-8 yang belum dilakukan didalam praktek klinik keperawatan. Pemberian kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik sebagai terapi non farmakologis perlu dipertimbangkan untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien, karena relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan terapi musik klasik merupakan terapi yang mudah digunakan, harga terjangkau dan tidak memiliki efek samping.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di RSUD Kardinah Kota Tegal didapatkan pasien yang menjalani operasi dengan spinal anestesi pada bulan

Desember 2022 adalah 50 orang. Dari data yang diperoleh hampir semua pasien yang dijadwalkan menjalani operasi dengan spinal anestesi mengalami kecemasan sebelum operasi. Dari pengalaman peneliti berinteraksi dengan pasien pre operasi dengan spinal anestesi, mereka mengatakan takut dan cemas terhadap proses pembedahan dan pembiusan. Penanganan kecemasan pada pasien pre operasi yang telah dilakukan di RSUD Kardinah Kota Tegal hanya menggunakan teknik farmakologi, yaitu pemberian obat midazolam. Di dalam ruangan bangsal bedah RSUD Kardinah Kota Tegal belum terdapat speaker yang khusus digunakan untuk memutar musik sebagai terapi non farmakologi dan di RSUD Kardinah Kota Tegal juga belum pernah dilakukan penelitian mengenai kombinasi terapi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi. Berdasarkan data di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut “Adakah pengaruh kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi?”



### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi di RSUD Kardinah Kota Tegal.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik pasien pre operasi dengan spinal anestesi di RSUD Kardinah Kota Tegal.
- b. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi pada kelompok intervensi sebelum dan setelah dilakukan terapi kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik.
- c. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi pada kelompok pembanding sebelum dan setelah tanpa diberikan perlakuan.
- d. Untuk mengetahui perbedaan rata-rata tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi pada kelompok intervensi setelah diberikan terapi kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik dengan kelompok pembanding.

### **D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup dalam penelitian ini pada keperawatan anestesi, untuk mengetahui pengaruh kombinasi teknik relaksasi napas dalam metode 4-7-8

dan musik klasik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi di RSUD Kardinah Kota Tegal.

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi kemajuan di bidang ilmu keperawatan anestesi terutama pada bagian pengaruh kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan musik klasik terhadap kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi RSUD Kardinah Kota Tegal**

Sebagai bahan pertimbangan bagi perawat atau penata anestesi dalam menerapkan kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan musik klasik, guna menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi di RSUD Kardinah Kota Tegal.

#### **b. Bagi Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan perpustakaan untuk penelitian atau materi bagi dosen dan mahasiswa dalam pembelajaran untuk kemajuan pendidikan terutama yang berkaitan dengan pengaruh kombinasi teknik relaksasi napas dalam dan musik klasik terhadap kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi.

c. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian untuk penelitian selanjutnya.

## **F. Keaslian Penelitian**

Penelitian tentang pengaruh kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi belum pernah diteliti. Berikut beberapa penelitian yang serupa dengan penelitian ini :

1. Juansyah (2021) dengan judul “Pengaruh Kombinasi Relaksasi Napas Dalam Metode 4-7-8 Dan Dzikir Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2021”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian adalah *quasy experiment* dengan *pre-post test design with control group*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Menggunakan uji *paired T test* dan *independent T test* hasil analisis menunjukkan ada perbedaan penurunan rata-rata penurunan tekanan darah sistol dan diastol antar kelompok dengan *p value* 0.044. Persamaan penelitian ini yaitu menggunakan jenis penelitian *quasy experiment*. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu variabel bebas kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik, variabel terikat tingkat kecemasan menggunakan kuesioner APAIS, dan menggunakan *consecutive sampling*.

2. Kumalasari (2020) dengan judul “Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Pre Operasi”. Penelitian ini merupakan desain penelitian *literature review*. Strategi penelusuran menggunakan 3 database (PubMed, Researchgate, Garuda) yang pada tahun 2010 - 2019 berupa laporan hasil penelitian dan review yang membahas tentang teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik terhadap penurunan kecemasan pasien pre operasi. Pada penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik berpengaruh terhadap penurunan kecemasan pasien pre operasi. Persamaan topik penelitian yaitu pengaruh relaksasi napas dalam dan musik terhadap kecemasan pasien pre operasi. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu menggunakan desain penelitian *quasy eksperiment*, variabel bebas kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik.
3. Setyowati (2020) dengan judul “Pengaruh Pemberian Terapi musik Terhadap Kecemasan Pasien Operasi Spinal Anestesi di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta”. Penelitian ini merupakan penelitian *quasy eksperiment* dengan *pre test and post test one group with control design*. Pengambilan sampel dengan cara *consecutive sampling* dengan kelompok intervensi sebanyak 32 responden dan kelompok pembanding 32 responden. Tingkat kecemasan diukur menggunakan kuesioner APAIS. Hasil uji *Mann Whitney* didapatkan nilai p value = 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti ada perbedaan penurunan kecemasan pada

kelompok intervensi dan kelompok pembanding yang diberikan terapi musik klasik. Persamaan dengan penelitian ini yaitu variabel terikat kecemasan pasien pre operasi spinal anestesi, jenis penelitian menggunakan metode *quasy eksperiment* dengan *pre test and post test one group with control design*, teknik sampling menggunakan *consecutive sampling*, dan menggunakan kuesioner APAIS. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu variabel bebas yang akan diteliti yaitu kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik.

4. Rokawie (2017) dengan judul “Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Abdomen”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian adalah *pre experimental design* dengan rancangan *one group pretest posttest*. Teknik sampling menggunakan *non probability sampling* secara *purposive sampling*, didapatkan sebanyak 32 sampel. Kecemasan diukur menggunakan kuesioner *Zung Self-Rating Anxiety Scale*. Hasil penelitian ini menggunakan uji t berpasangan (*paired sample t test*) dan terjadi penurunan sebesar 5,03. Persamaan dengan penelitian ini yaitu variabel terikat kecemasan pasien pre operasi. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu variabel bebas yaitu kombinasi relaksasi napas dalam metode 4-7-8 dan musik klasik, jenis penelitian menggunakan metode *quasy eksperiment*, teknik sampling menggunakan *consecutive sampling*, serta menggunakan kuesioner APAIS.