

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Tindakan pembedahan dan anestesi merupakan tindakan yang mendatangkan kecemasan. Peningkatan kecemasan praoperatif dapat menimbulkan respon patofisiologi yang merugikan seperti hipertensi dan disritmia, peningkatan dosis obat-obat anestesi untuk mencapai tahap *unconsciousness*, peningkatan kebutuhan obat analgesia post operatif dan pada akhirnya akan menurunkan tingkat kepuasan pasien secara keseluruhan terhadap pelayanan perioperatif (Budianti, Pratomo & Rahardjo, 2018). Kecemasan pada pasien praoperasi harus diatasi, karena dapat menimbulkan perubahan-perubahan fisiologis yang akan menghambat dilakukannya tindakan operasi (Smeltzer & Bare, 2013). Menurut Efendy (2008), mengungkapkan bahwa dalam keadaan cemas, tubuh akan memproduksi hormon kortisol secara berlebihan yang akan berakibat meningkatkan tekanan darah, dada sesak, serta emosi tidak stabil. Akibat dari kecemasan pasien praoperasi yang sangat hebat maka ada kemungkinan operasi tidak bisa dilaksanakan, karena pada pasien yang mengalami kecemasan sebelum operasi akan muncul kelainan seperti tekanan darah yang meningkat, sehingga apabila tetap dilakukan operasi akan dapat mengakibatkan penyulit terutama dalam menghentikan perdarahan, dan bahkan setelah operasi pun akan mengganggu proses penyembuhan.

Teknik anestesi yang digunakan dalam pembedahan juga dapat meningkatkan kecemasan praoperasi. Penelitian yang dilakukan oleh Jawaid *et al*, 2007 memberikan hasil bahwa tingkat kecemasan operasi pembedahan menggunakan teknik anestesi umum lebih tinggi dibandingkan dengan teknik spinal. Kecemasan bisa menimbulkan efek merugikan pada anestesi umum saat induksi serta saat pemulihan pasien. (Budianti, Pratomo & Rahardjo, 2018).

Pendekatan yang dapat dilakukan untuk mencegah kecemasan pre operasi diantaranya adalah dengan pendekatan farmakologi dan non farmakologi. Salah satu pendekatan non farmakologi sebagai alternatif terapi untuk mengatasi kecemasan pre operasi adalah teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan yaitu memiliki berbagai macam seperti latihan nafas dalam, masase, relaksasi progresif, imajinasi, *biofeedback*, yoga, meditasi, sentuhan terapeutik, terapi musik, serta humor dan tawa (Kozier, Erb, Berman, & Snyder, 2010). Terapi relaksasi adalah tehnik yang didasarkan kepada keyakinan bahwa tubuh berespon pada ansietas yang merangsang pikiran karena nyeri atau kondisi penyakitnya. Teknik relaksasi dapat menurunkan ketegangan fisiologis. Teknik ini dapat dilakukan dengan kepala ditopang dalam posisi berbaring atau duduk di kursi. Hal utama yang dibutuhkan dalam pelaksanaan teknik relaksasi adalah klien dengan posisi yang nyaman, klien dengan pikiran yang beristirahat, dan lingkungan yang tenang (Asmadi, 2009).

Relaksasi nafas dalam merupakan teknik non farmakologi, yaitu teknik relaksasi dengan cara melakukan nafas dalam, lambat (inspirasi secara maksimal dengan perlahan) dengan menghembuskan nafas secara perlahan (Smeltzer & Bare, 2013, hlm.436). Menurut Asmadi (2009, hlm.41) *Slow Deep Breathing* adalah bentuk latihan nafas yang terdiri atas pernapasan abdominal (diafragma) dan *purse lips breathing* (Safriyani, Putrono & Widiyanto, 2016). Menurut hasil penelitian yang dilakukan Rokawie, Sulastri & Anita (2017) dengan judul Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Abdomen di Ruang Bedah RSUD Jendral Ahmad Yani Metro. Hasil penelitian diperoleh tingkat kecemasan pada pasien pre operasi bedah abdomen sebelum diberikan terapi relaksasi nafas dalam mempunyai rata-rata skor indeks kecemasan 54,59 (kecemasan sedang) dan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi bedah abdomen setelah diberikan terapi relaksasi nafas dalam mempunyai rata-rata skor indeks kecemasan 49,56 (kecemasan ringan) dan terjadi penurunan sebesar 5,03.

Relaksasi progresif merupakan teknik non farmakologi yaitu relaksasi dengan teknik mengencangkan dan melemaskan otot-otot bagian tubuh tertentu sehingga timbul perasaan rileks secara fisik. Teknik mengencangkan dan melemaskan otot dilakukan secara berturut-turut, diawali dari tubuh bagian atas sampai tubuh bagian bawah. Relaksasi otot progresif dapat menekan saraf-saraf simpatis sehingga dapat menekan rasa tegang yang dialami oleh individu secara timbal balik, sehingga timbul

*counter conditioning* (penghilangan) (Lestari & Yuswiyanti, 2014). Menurut hasil penelitian yang dilakukan Lestari & Yuswiyanti (2014) dengan judul Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Ruang Wijaya Kusuma RSUD Dr R Soeprapto Cepu dari 25 responden didapatkan 10 orang mengalami kecemasan sedang, dan sebanyak 15 orang mengalami kecemasan berat. Kemudian setelah dilakukan tindakan relaksasi otot progresif didapatkan hasil 12 orang cemas ringan, 11 orang cemas sedang dan 2 orang cemas berat.

Berdasarkan studi pendahuluan di RSUD PKU Muhammadiyah Bantul, jumlah klien yang dilakukan operasi pada bulan Oktober – Desember 2018 sekitar 1200 pasien. Untuk operasi dengan teknik general anestesi terdapat perbulannya 150 orang pasien praoperasi. Terdapat 3 ruang IBS dan 1 *recovery room*. Dari hasil wawancara 7 dari 10 pasien pre operasi general anestesi di RSUD PKU Muhammadiyah Bantul menyatakan bahwa cemas karena takut terjadi kecacatan pada bagian tubuhnya dan belum mengerti tentang operasi yang akan dilakukan, untuk apa dilakukan puasa sebelum operasi, takut dengan situasi di ruang operasi, serta bagaimana nanti perawatan setelah operasi. Berdasarkan uraian diatas dan informasi-informasi yang telah didapatkan sebelumnya terkait dengan pasien praoperasi yang setiap tahunnya mengalami peningkatan, menunjukkan bahwa pasien pre operasi memerlukan teknik relaksasi untuk menurunkan rasa cemas.

Dari uraian diatas, dijelaskan tentang efek teknik relaksasi nafas dalam dan relaksasi progresif yang memiliki kesamaan dapat menurunkan kecemasan. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti keefektifan dari teknik relaksasi nafas dalam dengan relaksasi progresif untuk mengurangi kecemasan, sehingga peneliti mengangkat judul Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi dengan General Anestesi di RSUD PKU Muhammadiyah Bantul.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana keefektifan dari teknik relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi di RSUD PKU Muhammadiyah Bantul ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Diketahuinya keefektifan teknik relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi di RSUD PKU Muhammadiyah Bantul.

## 2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya pengaruh kecemasan pada kelompok yang sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi nafas dalam
- b. Diketuainya pengaruh kecemasan pada kelompok yang sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi otot progresif
- c. Menganalisis keefektifan dari pengaruh teknik relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif terhadap kecemasan pasien pre operasi

### **D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup penelitian ini berkaitan dengan keperawatan anestesi guna mengetahui pengaruh keefektifan teknik relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi di RSUD Muhammadiyah Bantul.

### **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak antara lain:

#### 1. Manfaat teoritis ( Ilmu Keperawatan Anestesi)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah teori dalam pengembangan ilmu dalam bidang keperawatan anestesi tentang pengaruh keefektifan pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif dalam terapi komplementer yang dilakukan secara umum di RSUD Muhammadiyah Bantul.

## 2. Manfaat praktis

### a. Bagi Pasien di RSUD Muhammadiyah Bantul

Pasien dapat mempraktikkan teknik relaksasi nafas dalam atau relaksasi otot progresif untuk menurunkan tingkat kecemasan saat pre operasi dengan general anestesi.

### b. Bagi Perawat Anestesi di RSUD Muhammadiyah Bantul

Sebagai bahan masukan bagi perawat anestesi dalam memberikan teknik mana yang lebih efektif antara teknik relaksasi nafas dalam atau relaksasi otot progresif yang bisa diterapkan dilapangan dalam penanganan kecemasan pre operasi dengan general anestesi.

### c. Bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan menambah wawasan bagi mahasiswa D-IV keperawatan dalam pembelajaran bagi kemajuan pendidikan terutama yang berkaitan dengan cara untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi

### d. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan pertimbangan dalam melanjutkan penelitian yang lebih mendalam berkaitan dengan pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif terhadap kecemasan pre operasi general anestesi.

## F. Keaslian Penelitian

1. Lestari & Yuswiyanti (2014) dengan judul Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Ruang Wijaya Kusuma RSUD Dr R Soeprapto Cepu. Persamaan penelitian ini adalah mengetahui tingkat kecemasan menggunakan *Quasi Experiment pre test post test design*. Perbedaannya Peneliti terdahulu menggunakan skala pengukur kecemasan menggunakan HARS, sedangkan ini menggunakan APAIS. Peneliti terdahulu menggunakan uji statistik dengan *Marginal Homogeneity*, sedangkan ini menggunakan Uji *Wilcoxon* dan uji *Man Withney*, peneliti terdahulu menggunakan *purposive sampling* sedangkan penelitian ini menggunakan *Simple Random Sampling*
2. Rokawie, Sulastri & Anita (2017) dengan judul Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Abdomen di Ruang Bedah RSUD Jendral Ahmad Yani Metro. Persamaan penelitian ini adalah mengetahui tingkat kecemasan, perbedaannya peneliti terdahulu menggunakan uji t berpasangan (*paired sample t test*) sedangkan penelitian ini menggunakan uji Uji *Wilcoxon*. Peneliti terdahulu menggunakan sampel *purposive sampling* sedangkan penelitian ini menggunakan *Simple Random Sampling*.
3. Budianti, Pratomo & Rahardjo (2018) dengan judul Efektifitas Informasi Multimedia Video Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pra Anestesi Pada Pasien Yang Akan Dilakukan Tindakan Operasi



Elektif Dengan Anestesi Umum di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. Persamaan penelitian ini adalah mengetahui tingkat kecemasan. Perbedaan penelitian terdahulu dirancang dengan Randomized Controlled Trial (RCT), sedangkan kali ini menggunakan *Pre Test and Post Test Design*. Peneliti terdahulu menggunakan penilaian kecemasan menggunakan questioner Spielberger StateTrait Anxiety Inventory (STAI), sedangkan kali ini menggunakan APAIS.

4. Safriyani, Putrono & Widiyanto (2016) dengan judul Pengaruh *Slow Deep Breathing Relaxtion Dan Finger Hold* Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Bedah Mayor Dengan General Anestesi di RSUD Tugurejo Semarang. Persamaan penelitian ini adalah mengetahui tingkat kecemasan pada pasie general anestesi. Perbedaan penelitian terdahulu menggunakan *pre eksperimental design*, sedangkan penelitian ini menggunakan *quasi eksperimental*. Sampel peneliti terdahulu meggunakan *purposive sampling*, penelitian kali ini diambil dengan teknik *Simple Random Sampling*.