

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Peningkatan angka penyakit di dunia berbanding lurus dengan peningkatan prosedur invasive di rumah sakit. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) jumlah pasien yang menjalani prosedur pembedahan dari tahun ke tahun mengalami peningkatan yang signifikan, pada tahun 2015 tercatat 140 juta jiwa yang melakukan prosedur pembedahan di seluruh rumah sakit di dunia, sedangkan tahun 2016 mengalami peningkatan menjadi 148 juta jiwa yang menjalani prosedur pembedahan (WHO, 2018). Data dari Departemen Kesehatan Republik Indonesia, tercatat prosedur pembedahan menempati urutan ke sebelas dari 50 penyakit dengan presentase 12,8% di rumah sakit se-Indonesia (Depkes, 2018).

Sebagian besar pasien (85%) yang menunggu prosedur pembedahan akan mengalami kecemasan, karena fase pra operasi dianggap sebagai periode ketika pasien paling rentan terhadap ketidakseimbangan emosional (McClurkin SL et al, 2016). Diperkirakan 20% dari populasi dunia menderita kecemasan yang termasuk salah satu masalah kesehatan mental yang paling umum dengan prevalensi seumur hidup yaitu sebesar 16 - 29% (Goncalves et al, 2016). *National Comorbidity Study* melaporkan bahwa 1 dari 4 orang memenuhi kriteria untuk sedikitnya 1 gangguan kecemasan dan terdapat angka prevalensi 17,7% per 12 bulan (WHO, 2018). Di Indonesia prevalensi terkait gangguan kecemasan menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa sebesar 6% dari jumlah

penduduk Indonesia atau sekitar 14 juta orang mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas. Insiden kecemasan pra operasi bervariasi sesuai dengan jenis operasi yang akan dilakukan, berkisar antara 40% hingga 76%, akan semakin meningkat berhubungan dengan prosedur bedah besar atau operasi mayor (Gomes et al, 2017).

Periode pra operasi diketahui memicu kecemasan pada kebanyakan pasien yang akan dijadwalkan untuk operasi (Garcia et al, 2019). Insiden kecemasan pra operasi sekitar 11%-80%, tergantung pada jenis pembedahan, jenis kelamin pasien, dan apakah pasien baru pertama kali menjalani pembedahan (Matthias et al, 2018). Kecemasan yang dirasakan oleh pasien pra operasi berdampak terhadap proses pembedahan, ketika seseorang mengalami cemas maka akan terjadi peningkatan kerja jantung seperti meningkatnya frekuensi nadi dan peningkatan tekanan darah yang dapat berdampak buruk terhadap operasi yaitu perdarahan (Videbeck, 2018). Selain itu diketahui kecemasan menyebabkan hemodinamik abnormal sebagai konsekuensi dari stimulasi simpatis, parasimpatis dan endokrin (Goncalves et al, 2016). Kondisi kecemasan juga merupakan predictor paling umum untuk nyeri pasca operasi akut (Theunissen, et al 2017).

Selain menyebabkan gangguan hemodinamik, kecemasan juga berdampak terhadap tingkat nyeri pasien yang akan menjalani operasi. Sebuah studi menemukan bahwa pasien yang memiliki kecemasan yang berat meningkatkan tingkat skala nyeri sedang hingga berat (Abrishami et al,

2019). Selain itu kecemasan dapat meningkatkan tingkat nyeri pasien hingga 26-29% pada pasien dewasa sedangkan pada anak-anak 20-26% (Werner et al, 2018). Hal ini disebabkan karena kurangnya bimbingan tentang pembedahan dan hubungan terapeutik yang memadai dengan pasien oleh tim kesehatan dapat menyebabkan keadaan cemas dan depresi selama masa rawat inap (Goncalves et al, 2016).

Penanganan kecemasan pre operasi sangat diperlukan. Namun penanganan hanya sedikit rumah sakit yang memasukkannya ke dalam sistematisasi perawatan mereka atau mendaftarkan alternatif untuk meminimalkan tingkat kecemasan tersebut (Gomes et al, 2017). Perawat memainkan peran penting dalam mengurangi kecemasan, ketakutan, dan stres pasien yang akan menjalani prosedur pembedahan (Hasavari et al, 2018). Perawat perlu melakukan intervensi untuk mengurangi kecemasan dengan cara meningkatkan coping, memberikan dukungan emosional, memberikan penyuluhan kesehatan, dan memberikan teknik relaksasi (Wilkinson et al, 2012). Salah satu tindakan yang dapat dilakukan dalam mengatasi kecemasan adalah melakukan teknik non farmakologi yaitu dengan teknik relaksasi (Fitzgerald et al, 2014).

Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) (2018) mengatakan bahwa salah satu intervensi keperawatan dalam mengatasi kecemasan adalah dengan manajemen kecemasan dengan teknik non farmakologis. Terapi non farmakologi merupakan terapi tanpa obat yang mempunyai resiko rendah terhadap efek samping tindakan, selain itu tindakan ini mungkin diperlukan

atau sesuai untuk mempersingkat episode cemas yang berlangsung pada pasien pre operasi (Perry & Potter, 2012).

Teknik manajemen kecemasan secara non farmakologis yang umum dilakukan mandiri oleh perawat adalah dengan teknik relaksasi, teknik distraksi, hipnotis lima jari dan kegiatan spiritual (SAK, 2016) . Teknik yang biasa dilakukan pada pasien yang akan menjalani pembedahan adalah teknik relaksasi napas dalam, akan tetapi banyak teknik kombinasi napas dalam yang dapat dilakukan untuk manajemen kecemasan salah satunya adalah teknik relaksasi *Guided Imagery* (Felix et al, 2018).

Teknik relaksasi *Guided Imagery* lebih efektif dilakukan daripada teknik relaksasi lain. penelitian yang dilakukan oleh Toussaint et al (2021) menemukan bahwa teknik relaksasi *Guided Imagery* lebih efektif dilakukan dalam mengurangi kecemasan dibandingkan teknik *progressive muscle relaxation* dan teknik relaksasi *deep breathing*. Parizad et al (2021) dalam penelitiannya juga membuktikan bahwa intervensi *guided imagery* lebih efektif dilakukan dibandingkan dengan teknik relaksasi sesuai protocol rumah sakit yaitu napas dalam. Selain itu penelitian yang dilakukan di Indonesia juga menunjukkan bahwa pemberian *Guided imagery* sebelum operasi efektif dalam mengurangi ansietas (Sriwahyuni et al, 2023). Ini menunjukkan bahwa *Guided imagery* efektif dilakukan pada pasien yang akan menjalani operasi.

Teknik relaksasi *guided imagery* memiliki berbagai kelebihan. Menurut Parizad et al (2021) teknik relaksasi *Guided Imagery* selain

menurunkan kecemasan juga berdampak terhadap nyeri otot dan tanda-tanda vital. Selain itu menurut De Paolis et al (2019) teknik guided imagery juga efektif dalam meningkatkan kualitas tidur.

Terapi relaksasi *Guided Imagery* adalah intervensi yang banyak digunakan yang efektif untuk mempromosikan hasil klinis, termasuk hasil pembedahan (Jacobson et al., 2016). *American Academy of Pediatrics* juga merekomendasikan kombinasi teknik farmakologis dan non-farmakologis untuk mengelola nyeri kecemasan operasi pada pediatrik dengan melibatkan orangtua sebagai *family centre care* (*American Academy of Pediatrics*, 2016). Intervensi nonfarmakologis *Guided Imagery* disarankan dalam pengelolaan kecemasan pra operasi dan pasca operasi (Agoston et al, 2016). Studi lain yang dilakukan Gercia et al (2020) tentang penerapan *Guided Imagery* pada pasien pra operatif pada dewasa dan anak-anak terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan pada kedua tingkat usia.

Dalam relaksasi *Guided Imagery* penggunaan teknik relaksasi seperti pernapasan diafragma atau relaksasi otot progresif menjadi strategi untuk membantu pasien tetap fokus, akibatnya akan membantu pasien mengurangi respons stres dan meningkatkan relaksasi (Rakhshani 2017) . Relaksasi fisik dan mental memfasilitasi visualisasi dan mengurangi reaktivitas terhadap stres karena membentuk kembali situasi stres dari respons negatif ketakutan dan kecemasan menjadi citra positif penyembuhan dan kesejahteraan (Fitzgerald et al, 2014).

Teknik relaksasi *guided imagery* merupakan bagian dari tindakan asuhan keperawatan yang dapat membantu meringankan kecemasan yang dialami pasien sebelum atau selama situasi stres, seperti prosedur pembedahan (McClurkin et al, 2016). Teknik relaksasi *Guided Imagery* adalah intervensi pikiran-tubuh yang menggunakan imajinasi dan memproses mental pasien sendiri untuk membentuk representasi mental dari suatu objek, tempat, peristiwa, atau situasi yang dirasakan melalui indera, teknik ini Ini dianggap sebagai teknik relaksasi yang berfokus pada interaksi antara otak, pikiran, tubuh, dan perilaku (Fitzgerald et al, 2014). Menurut Skeens et al (2017) teknik relaksasi *Guided Imagery* dapat digunakan kepada orang dewasa dan anak – anak untuk menciptakan perasaan rileks, meningkatkan endofrin dan mengurangi kecemasan, nyeri, dan mengurangi penggunaan analgetik untuk nyeri.

Teknik relaksasi *Guided Imagery* efektif diberikan 24 jam sebelum dilakukan tindakan operasi (Forward et al, 2015). Teknik relaksasi *Guided Imagery* bekerja dengan mempengaruhi keseimbangan otonom tubuh dengan memfokuskan kembali pikiran, menghasilkan relaksasi fisiologis dengan menurunkan kerja sistem saraf simpatis dan meningkatkan respon sistem saraf parasimpatis melalui perubahan neurokimia dan peptida (Zech et al, 2017). *Guided Imagery* dapat menjadi reseptif, ketika individu merasakan pesan yang dikeluarkan oleh tubuh atau aktif ketika individu tersebut membangkitkan pikiran atau ide yang terjadi 15 hingga 20 menit setelah diberikan *guide imagery* (Felix et al, 2018). Penelitian lain yang dilakukan



oleh Lin (2018) mengatakan bahwa *guided imagery* memiliki efek fisiologis pada sistem kekebalan dan tingkat stres, yang mengarah pada penurunan kecemasan setelah selang waktu 18 hingga 20 menit.

Pada pedoman pelayanan RSUP Dr. M. Djamil Padang dalam meningkatkan mutu pelayanan berpusat pada pasien (*patient centeredness*), perawatan harus didasarkan pada rasa respek, responsive kecenderungan pasien sebagai individu, kebutuhan pasien serta nilai-nilai sebagai pasien adalah sebagai pedoman untuk segala keputusan klinis diantaranya adalah menghilangkan rasa takut dan cemas. Hasil studi awal yang dilakukan kepada 10 pasien yang akan menjalani operasi di ruang bedah RSUP Dr. M.Djamil Padang menyatakan bahwa seluruhnya merasa cemas akan prosedur yang akan dilakukan. Seluruh pasien sudah di ajarkan teknik relaksasi napas dalam oleh perawat yang berdinias, namun seluruhnya mengatakan masih merasakan kecemasan. Pelayanan penanganan kecemasan secara umum telah dilakukan, namun teknik relaksasi *Guided Imagery* ini belum ada SOP yang tertulis untuk dilakukan di RSUP Dr. M.Djamil Padang.

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah, -Bagaimana Asuhan Keperawatan Pada Tn.X Pre Operasi Laparoskopi Dengan Penerapan Teknik Relaksasi *Guided Imagery* Dalam Mengurangi Kecemasan Di Ruang Rawat Bedah Rsup Dr. M. Djamil Tahun 2023?|

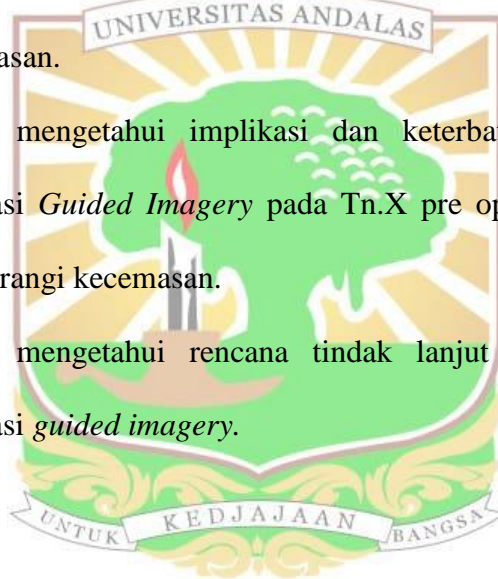
## B. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Memberi gambaran penerapan *Guided Imagery* dalam Asuhan Keperawatan Pada Tn.X Pre Operasi Laparoscopi untuk Mengurangi Kecemasan Di Ruang Rawat Bedah RSUP Dr. M. Djamil Tahun 2023.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Memberikan gambaran pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi Tn.X pre operasi laparoscopi dengan penerapan teknik relaksasi *Guided Imagery* dalam mengurangi kecemasan.
- b. Untuk mengetahui implikasi dan keterbatasan penerapan teknik relaksasi *Guided Imagery* pada Tn.X pre operasi laparoscopi dalam mengurangi kecemasan.
- c. Untuk mengetahui rencana tindak lanjut dari penerapan teknik relaksasi *guided imagery*.



## C. Manfaat

### 1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan peneliti terkait dengan pre-operasi Laparoscopi khususnya tentang penerapan teknik relaksasi *Guided Imagery* dalam mengurangi kecemasan.

### 2. Bagi Pendidikan Keperawatan



Penelitian ini dapat menjadi dasar peneliti lain untuk meneliti permasalahan yang sama dan dapat menjadi sumber pendukung atau referensi kepustakaan untuk menambah pengetahuan tentang pre-operasi Laparoscopi dengan penerapan teknik relaksasi *Guided Imagery* dalam mengurangi kecemasan.

### 3. Bagi Pelayanan Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan terhadap pasien pre-operasi Laparoscopi dengan masalah kecemasan.

### 4. Bagi Pasien Pre-Operasi Laparoscopi

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada pasien pre-operasi Laparoscopi yang mengalami kecemasan agar pasien dapat melakukan teknik relaksasi *Guided Imagery* dalam mengurangi kecemasan untuk mencegah terjadinya komplikasi selama tindakan operasi

