

Intervensi Keperawatan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi: Literatur Review

Nursing Interventions for Anxiety in Patients Preoperative: Literature Review

Ch. Hatri Istiari^{1*}, Efriane Pali Osa², Maria Titin Inya Ede³, Yosefina Metsi Kaza⁴,
Yuspitasari⁵

^{1,2,3,4,5} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum, Yogyakarta

*Email : hatri@stikesbethesda.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: dampak psikologis pembedahan salah satunya yaitu kecemasan (Sutejo, 2018). Penatalaksanaan kecemasan bisa dilakukan secara farmakologi (dokter) maupun non farmakologi (perawat). Intervensi keperawatan kecemasan pre operasi di pelajari salah satunya melalui identifikasi berbagai penelitian terkait/ Integrated Review Literatur (IRL) untuk bisa diterapkan dalam merawat pasien. Dengan demikian Penulis tertarik mengidentifikasi: “Bagaimana Intervensi Keperawatan Kecemasan Pada Pasien Pre Operatif: Literature Review”. **Tujuan:** mengidentifikasi intervensi keperawatan kecemasan pada pasien pre operatif. **Metode:** penelitian dilakukan dengan metode Literature Review. Langkah-langkahnya: identifikasi masalah, pencarian literatur, identifikasi data, analisis data dan pelaporan. Pencarian literature menggunakan Google Scholar dan Portal Garuda dengan kriteria inklusi yaitu artikel bahasa Indonesia, full text, dan membahas kecemasan pasien pre operasi. **Hasil:** terdapat 7 jurnal yang sesuai kriteria inklusi. Peneliti membagi menjadi lima intervensi keperawatan kecemasan pasien pre operasi yaitu satu jurnal (14%) menjelaskan tentang identifikasi tingkat kecemasan, dua jurnal (29%) tentang strategi koping kecemasan, dua jurnal (29%) tentang intervensi non farmakologi menurunkan tingkat kecemasan, satu jurnal (14%) tentang regulasi emosi kecemasan, dan satu jurnal (14%) tentang manajemen kecemasan. **Kesimpulan:** intervensi keperawatan kecemasan pada pasien pre operasi dengan identifikasi cemas, strategi koping, intervensi non farmakologi (terapi music, pemberian minyak lavender, Wack Wednesday, healing touch, dan hand reflexology), regulasi emosi, dan manajemen cemas.

Kata kunci: intervensi keperawatan; kecemasan; pre operasi.

Abstract

Background: one of the psychological effects of surgery is anxiety (Sutejo, 2018). Anxiety management can be done in pharmacology (doctors) or non-pharmacology (nurses). One of the preoperative anxiety nursing interventions was learned through the identification of various related studies / Integrated Literature Review (IRL). Thus the authors are interested in identifying "How Anxiety Nursing Interventions in Patients Pre Operative: Literature Review". **Objective:** identifying anxiety nursing interventions in preoperative patients. **Methods:** the study was conducted using the Literature Review method. The steps are: problem identification, literature search, data identification, data analysis and reporting. Literature search using Google Scholar and Garuda Portal with inclusion criteria, namely Indonesian language articles, full text, and discussing preoperative patient anxiety. **Results:** there are 7 journals that fit the inclusion criteria. Researchers divided into five pre-operative anxiety nursing interventions: one journal (14%) explained identification of anxiety levels, two journals (29%) about anxiety coping strategies, two journals (29%) about nonpharmacological interventions reduced anxiety levels, one journal (14%) about the regulation of emotional anxiety, and one journal (14%) about anxiety management. **Conclusion:** anxiety nursing interventions in preoperative patients with anxiety identification, coping strategies, nonpharmacological interventions (music

therapy, lavender oil administration, Wack Wednesday, healing touch, and hand reflexology), emotional regulation, and anxiety management.

Keywords: *nursing interventions, anxiety, pre operation.*

PENDAHULUAN

Upaya dalam mempertahankan hidup, mengembalikan kenormalan fungsi, meningkatkan kenyamanan serta memperindah penampilan, masyarakat cenderung berhubungan dengan dunia medis atau dunia kesehatan yang mana salah satu intervensi dalam dunia kesehatan yaitu pembedahan. Operasi atau pembedahan merupakan salah satu tindakan medis yang penting dalam pelayanan kesehatan. Tindakan pembedahan merupakan salah satu tindakan medis yang bertujuan menyelamatkan nyawa, mencegah kecacatan dan komplikasi. Pembedahan terdiri dari tiga fase: preoperatif, intra-operatif, dan pasca-operatif. Fase pre-operatif dimulai saat keputusan untuk melakukan pembedahan dibuat dan berakhir ketika klien dipindahkan ke meja operasi (Rahmayati, 2018). Preoperatif merupakan fase yang dimulai dari adanya keputusan pembedahan dan di akhiri dengan pasien di kirim ke meja operasi (Brunner & Suddarth, 2010). World Health Organization (WHO) dalam Sartika (2013), menjelaskan bahwa jumlah pasien dengan tindakan operasi mencapai angka peningkatan yang sangat signifikan dari tahun ke tahun. Tercatat ditahun 2011 terdapat 140 juta pasien di seluruh rumah sakit di dunia, sedangkan pada tahun 2012 data mengalami peningkatan sebesar 148 juta jiwa.

Pada tindakan pembedahan, walaupun bertujuan untuk menyembuhkan klien, umumnya akan menghasilkan reaksi cemas terhadap aspek fisiologis dan psikologis tanpa memandang besar kecilnya operasi. Menurut Baradero dalam Trise & Arifah (2012) operasi adalah suatu stresor yang bisa menimbulkan stres fisiologis (respon neuroendokrin), stres psikologis (cemas dan takut), dan stres sosial yang mengharuskan keluarga beradaptasi terhadap perubahan peran. Respon paling umum pada pasien pre operasi salah satunya adalah respon psikologi (kecemasan), secara mental penderita yang akan menghadapi pembedahan harus dipersiapkan karena selalu ada rasa cemas dan takut terhadap penyuntikan, nyeri luka, anesthesia, bahkan terdapat kemungkinan cacat atau mati.

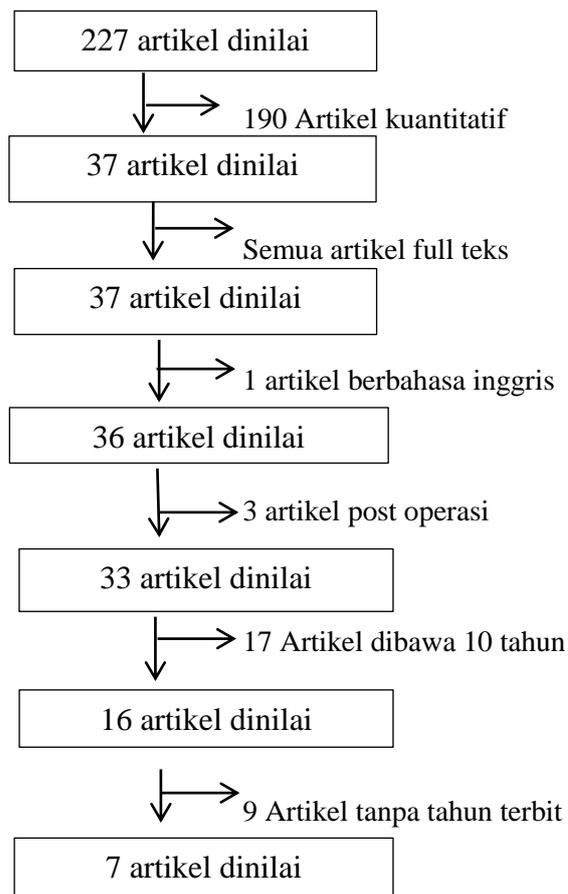
Penatalaksanaan kecemasan pun terdapat berbagai macam baik secara farmakologi seperti pemberian alprazolam, diazepam dan lain sebagainya maupun nonfarmakologi seperti teknik distraksi, relaksasi, terapi bermain, pemberian penyuluhan dan lainnya, untuk mengurangi kecemasan yang dialami pasien terkhususnya pasien yang akan menjalani proses operasi.

Tujuan dari literatur review ini adalah mengidentifikasi intervensi Keperawatan kecemasan pada pasien pre operasi, sebagai dasar penelitian selanjutnya terkait tingkat kecemasan pasien pre operatif, dan aspek novelty akan didapatkan pedoman membuat pemecahan masalah pada intervensi keperawatan pada pasien pre operasi.

METODE

Literature Review berisikan ulasan, rangkuman, dan pemikiran peneliti tentang beberapa sumber pustaka tentang topik yang dibahas. Literature Review juga dilakukan untuk meninjau hasil penelitian sebelumnya dalam bentuk sebuah jurnal. Langkah-langkah dalam penyusunan Literature Review ini yaitu dengan identifikasi masalah, pencarian

literatur, identifikasi data, analisis data dan pelaporan. Langkah pertama dimulai dengan pencarian artikel terkait permasalahan di ruang bedah, untuk penelitian ini pencarian menggunakan Google Scholar dan Portal Garuda. Langkah kedua, dengan melakukan pencarian artikel terkait kecemasan pasien pre operasi. Artikel yang diterbitkan dari tahun 2011-2020 dalam bahasa Indonesia. Langkah ketiga mengidentifikasi data menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Adapun kriteria inklusi dari literature review ini adalah artikel yang menggunakan bahasa Indonesia, artikel yang full text, artikel yang khusus membahas kecemasan pasien pre operasi, dan artikel yang digunakan adalah jenis penelitian kualitatif, kriteria eksklusi, yaitu terbitan artikel diatas sepuluh tahun keatas, tempat dan tahun penelitan yang sama. Berikut ini bagan alur pencarian jurnal.



Gambar 1. Bagan alur pencarian jurnal

HASIL

Hasil analisis terdapat 7 jurnal tentang ansietas pada pasien pre operasi. Dari semua jurnal yang ditemukan, menjelaskan tentang ansietas pada pasien pre operasi, peneliti kemudian membagi menjadi lima, yang terdiri atas identifikasi, strategi koping, intervensi nonfarmakologi, regulasi emosi, dan manajemen cemas. Terdapat satu jurnal (14%) yang menjelaskan tentang identifikasi tingkat kecemasan pre operasi pasien fraktur, ada dua jurnal (29%) tentang strategi koping pasien dalam menghadapi kecemasan pre operasi, ada dua jurnal (29%) tentang intervensi nonfarmakologi untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi dan, ada satu jurnal (14%) tentang regulasi emosi

dalam menghadapi kecemasan pre operasi mayor, dan satu jurnal (14%) tentang manajemen kecemasan pada pasien pre operasi. Ringkasan dari literatur review dapat dibaca pada tabel berikut ini.

Tabel.1 Daftar Jurnal Review Dan Deskripsi Terkait Jurnal

Jurnal 1

Judul	Identifikasi Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pasien Fraktur Di Ruang Aster Dan Cempaka Rsud Abdul Wahab Sjahranie Samarinda
Nama & Tahun	Diah Setiani (2017)
Tujuan	Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada pasien pre operasi pasien yang mengalami fraktur
Metode	<i>Cross sectional study</i>
Intervensi	Pemberian informasi – informasi akurat yang dibutuhkan oleh pasien sesuai dengan kondisi dan tingkat kecemasan yang dialaminya dengan instrumen pengkajian yang sudah teruji validitas dan reabilitasnya yaitu dengan menggunakan Hamillton Anxiety Rating Scale (HARS)
Hasil	Hasil analisis univariat, sebagian kecil mengalami 2 (11,8%) tidak cemas dan 5 (29,4%) mengalami cemas ringan, sedangkan sebagian besar 10 (58,8 %) responden mengalami kecemasan sedang.
Kesimpulan	Tingkat kecemasan responden menunjukkan bahwa, sebagian besar 10 (58,8 %) responden mengalami kecemasan sedang.
Saran	Dapat memberikan tindakan keperawatan yang bertujuan dalam mengatasi kecemasan yang dialami pasien, khususnya pada pasien yang akan menjalani tindakan operasi. Sehingga komplikasi akibat cemas dapat diminimalisir atau dihilangkan

Jurnal 2

Judul	Strategi Koping Pasien Dalam Menghadapi Kecemasan Pre Operasi Di Ruang Rawat Inap Rsud Kraton Kabupaten Pekalongan
Nama & Tahun	Khaerul Amri dan Mukhammad Saefudin (2012)
Tujuan	Menggali strategi koping pasien dalam menghadapi kecemasan pre operasi di Ruang Rawat Inap RSUD Kraton Kabupaten Pekalongan.
Metode	Penelitian kualitatif yang menggunakan desain penelitian fenomenologi dengan pendekatan deskriptif.
Intervensi	Masing-masing responden dilakukan wawancara mendalam (indepth interview) dengan panduan wawancara semiterstruktur lebih selama 30 menit pada masing-masing partisipan. Proses wawancara direkam selama wawancara berlangsung.
Hasil	Gambaran strategi koping serta keberhasilan strategi koping yang digunakan pasien untuk mengatasi kecemasan pre operasi tidak hanya menggunakan satu stategie koping tetapi dapat melakukannya bervariasi.
Kesimpulan	Strategi koping yang dilakukan oleh individu dalam mengatasi kecemasan ternyata berhasil dalam mengatasi perasaan cemas/takut pasien dalam menghadapi operasi
Saran	Bagi tenaga kesehatan khususnya perawat di ruang rawat inap bedah, untuk dapat meningkatkan kemampuan dan menambah pengetahuan tentang

perawatan perioperatif, sehingga asuhan keperawatan yang diberikan tidak hanya berfokus pada asuhan keperawatan fisik saja, tetapi juga memperhatikan dari segi psikis atau kejiwaan pasien.

Jurnal 3

Judul	Gambaran Strategi Koping Pasien Dalam Menghadapi Kecemasan Pre Operasi di Ruang Rawat Inap RSUD Salatiga
Nama & Tahun	Dewi, Aldis Elbela Kurnia (2013)
Tujuan	Mengetahui gambaran strategi koping pasien dalam menghadapi kecemasan pre operasi di ruang rawat inap RSUD Salatiga.
Metode	Desain yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan sudut fenomenologis, pengumpulan data dengan cara <i>indepth Interview</i> .
Intervensi	Data pada penelitian ini akan menggunakan teknik wawancara “ <i>indepth interview</i> ”/wawancara mendalam yang berhubungan dengan fenomena strategi koping pasien dalam menghadapi kecemasan pre operasi.. Setiap partisipan akan diberikan waktu kurang lebih selama 30 menit. Setiap jawaban partisipan akan direkam dengan Handphone, dicatat di buku catatan dengan alat tulis
Hasil	Hal-hal yang membuat pasien cemas menghadapi operasi adalah cemas dengan sakitnya operasi, cemas menghadapi ruangan bedah operasi dan peralatan bedah operasi, takut diinfus, gagal operasi dan cemas dengan tim medis kesehatan (dokter bedah dan perawat). Pengetahuan partisipan dalam mempersepsikan tindakan operasi hanya sepengetahuan dan pemahaman partisipan sendiri.. Dengan demikian, bahwa strategi koping adaptif semua partisipan tersebut dapat mengurangi kecemasannya karena strategi koping yang mereka lakukan dapat mendukung tindakan operasi. Semua strategi koping partisipan berhasil.
Kesimpulan	Strategi koping tersebut berhasil dalam mengatasi perasaan cemas dalam menghadapi operasi.
Saran	Bagi tenaga kesehatan khususnya perawat di ruang rawat inap bedah, dapat meningkatkan kemampuan tentang perawatan perioperatif, sehingga asuhan keperawatan yang diberikan tidak hanya berfokus pada asuhan keperawatan fisik saja, tetapi juga memperhatikan dari segi psikologis pasien.

Jurnal 4

Judul	Efektivitas Murottal Al Qur’an Terhadap Respon Fisiologis, Kecemasan Pre Operasi Dan Gelombang Otak: Artikel Review
Nama & Tahun	Hasnani Hakim, Yuliana Syam, Rini Rachmawaty (2018)
Tujuan	Tujuan dari review artikel ini adalah untuk memperoleh pemahaman tentang penggunaan bacaan Al Qur’an terhadap kecemasan dan kenyamanan pasien.
Metode	Langkah yang dilakukan untuk melakukan review artikel ini yaitu reviewer mencari beberapa artikel jurnal penelitian melalui database elektronik.
Intervensi	Penelitian yang dilakukan oleh Mirsane et al. (2016) untuk mengevaluasi efek surah Waqiah dan terjemahannya terhadap kecemasan sebelum bedah umum, mendapatkan hasil terjadi penurunan ansietas setelah diperdengarkan bacaan Al Qur’an pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol tanpa bacaan Al Qur’an. Babaii et al. (2015), melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh suara bacaan Al Qur’an terhadap ansietas sebelum

	dilakukan kateterisasi jantung menemukan terjadi penurunan sifat ansietas dan skor STAI pada kelompok yang diperdengarkan bacaan Al Qur'an. dibanding bacaan Al Qur'an tanpa terjemahan.
Hasil	Hasil dari beberapa artikel penelitian yang dianalisis menunjukkan memperdengarkan bacaan Al Qur'an pada pasien pre operasi bedah umum dapat menurunkan tingkat kecemasan (Mirsane et al., 2016). Bacaan Al Qur'an juga merupakan terapi non farmakologis untuk menurunkan kecemasan sebelum induksi spinal (Shafiei et al., 2011).
Kesimpulan	Review artikel ini menunjukkan bacaan Al Qur'an merupakan salah satu terapi non farmakologis yang efektif untuk memperbaiki tanda-tanda vital, meningkatkan saturasi oksigen, menurunkan kecemasan pre operasi dan gambaran EEG menunjukkan mendengarkan bacaan Al Qur'an memberikan ketenangan dalam hati, perasaan lega, rileks dan suasana santai
Saran	Bagi pemberi pelayanan perawatan dalam memberikan intervensi keperawatan dengan menggunakan bacaan Al Qur'an sebagai terapi komplementer, intervensi non farmakologis, non invasif, murah untuk memperbaiki tanda-tanda vital, meningkatkan saturasi oksigen, menurunkan ansietas serta memberikan kenyamanan dalam pelayanan dan perawatan pasien.

Jurnal 5

Judul	Intervensi Non Farmakologik Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi : <i>Literatur Review</i>
Nama & Tahun	Diana Pebrianti, Hamdan Hariawan, Setyo Kurniawan, Hery Sasongko, Galih Noor Alivian, Ah Yusuf (2018)
Tujuan	Untuk memberikan gambaran mengenai beberapa intervensi non farmakologi yang dapat diberikan untuk menurunkan kecemasan pada pasien yang mengalami kecemasan pre operasi
Metode	<i>Science direct</i> , <i>Ebscho</i> , dan <i>Pro Quest</i>
Intervensi	Pemberian minyak lavender, Wack Wednesday, healing touch, dan hand reflexology. Edukasi juga disampaikan secara verbal kepada responden selama 15-20 menit. Selain itu juga disajikan dalam bentuk leaflet dan menyarankan pasien tersebut membawa leaflet ketika ke luar rumah sakit.
Hasil	Secara umum semua intervensi nonfarmakologik yang dilakukan review dapat menurunkan kecemasan. Intervensi yang telah dijelaskan lebih ke arah relaksasi dan distraksi
Kesimpulan	Kecemasan pre operatif merupakan kondisi emosi yang tidak menyenangkan yang dapat disebabkan oleh tindakan pembedahan yang akan dilalui. Banyak intervensi non farmakologi yang telah dikembangkan untuk menurunkan kecemasan pasien pre operasi
Saran	Pemberian edukasi merupakan cara yang paling sederhana untuk menurunkan kecemasan pasien pre operasi

Jurnal 6

Judul	Regulasi emosi dalam menghadapi kecemasan pada pasien yang akan melakukan operasi mayor (pre operasi mayor).
Nama & Tahun	Yeni Gunawan , Wahyuni Kristinawati (2018)
Tujuan	Mengetahui gambaran regulasi emosi dalam menghadapi kecemasan pada

	pasien yang akan melakukan operasi mayor (pre operasi mayor)
Metode	Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Model penelitian kualitatif yang digunakan adalah studi kasus (<i>case study</i>). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan observasi. Teknik sampling menggunakan <i>snowball sampling</i> yaitu partisipan yang mengalami kecemasan.
Intervensi	Masing- masing partisipan diberikan kesempatan mengungkapkan emosinya, rasa cemas, lalu di berikan kesempatan mengendalikan dan mengakur emosinya Lalu semua partisipan dinilaim Strategi regulasi emosi mereka masing dimana strategi emosi merupakan cara individu mengatasi masalah kondisi emosinya. Strategi terdapat dua jenis yaitu, <i>cognitive reappraisal</i> dan <i>expressive suppression</i> .
Hasil	Setiap partisipan memiliki strategi dan cara meregulasi emosi masing-masing dalam menghadapi kecemasan. Kedua partisipan wanita dengan strategi <i>expressive suppression</i> , sedangkan partisipan pria dengan <i>cognitive reappraisal</i> .
Kesimpulan	Partisipan dalam penelitian ini mampu melakukan regulasi emosi dengan baik. Setiap partisipan memilik cara masing-masing untuk meregulasi emosinya
Saran	Untuk penelitian selanjutnya, dapat melihat pengaruh hubungan antara jenis kelamin dengan strategi regulasi emosi.

Jurnal 7

Judul	Manajemen Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi : <i>Literature Review</i>
Nama & Tahun	Arif Imam Hidayat, Adiratna Sekar Siwi (2019)
Tujuan	Menginvestigasi efektifitas berbagai terapi edukasi untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre-operasi
Metode	Data dari literature review ini didapatkan melalui proses pencarian daring. Pusat data yang digunakan adalah PubMed, ProQuest, CINAHL, OVID, dan Science Direct. Kata kunci yang digunakan adalah “anxiety”, dikombinasikan dengan “pre operation” dan “surgery”.
Intervensi	Para responden diberikan intervensi edukasi pre operasi dengan Penkes, leaflet, metode multi media dan animasi. Penelitian Guo, East, & Arthur (2012) menggunakan intervensi berupa pendidikan kesehatan untuk menurunkan kecemasan pre-operasi pada pasien yang akan menjalani pembedahan jantung. Penelitian kedua dilakukan oleh Huber et al (2013) pada pasien preoperasi radical prostatectomy. Penelitian ini menggunakan intervensi edukasi pre operasi dengan Multi-media Support Education (MME) untuk menurunkan kecemasan pre operasi pasien. Lee et al (2018) melakukan penelitian terkait efek intervensi edukasi untuk menurunkan kecemasan pasien pre operasi spinal.
Hasil	Adanya penurunan kecemasa pre-operasi yang signifikan pada kelompok yang mendapatkan intervensi, sedangkan tiga artikel lainnya menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara kecemasan pasien pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol. Semua artikel memenuhi kaidah Level 1 dengan menggunakan standar <i>Joanna Briggs Institute Level of Evidence</i> .
Kesimpulan	Review literatur ini menunjukkan bahwa penanganan kecemasan pre operasi merupakan hal yang krusial untuk mencegah komplikasi pasca bedah dan meningkatkan kepuasan pasien. Metode manajemen pre operasi yang sangat

	beragam menunjukkan belum terstandarisasi menimbulkan ketidak jelasan intervensi mana yang dapat menurunkan kecemasan pre operatif secara tepat
Saran	Berdasar pada tidak adanya standarisasi konsep edukasi pre operasi untuk mengatasi kecemasan pasien dalam berbagai setting pembedahan, maka diperlukan kerjasama dari tim kesehatan untuk merancang dan melakukan kajian lebih lanjut terkait standarisasi manajemen kecemasan pre operatif untuk meningkatkan kualitas pelayanan.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman untuk membuat keputusan dalam perawatan pasien dengan kecemasan pre operasi. Berikut adalah hasil dari penelitian, terkait identifikasi tingkat kecemasan pasien pre operasi sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang. Hal ini menunjukkan tindakan operasi menimbulkan kecemasan bagi pasien. Menurut Caplan (2010) kecemasan pasien pre operatif dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu usia, jenis kelamin, pengalaman pasien menjalani operasi, konsep diri dan peran, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, kondisi medis, akses informasi, proses adaptasi, jenis tindakan medis dan komunikasi terapeutik yang diiringi dengan perilaku caring perawat terhadap pasien

Terkait gambaran strategi koping pasien dalam menghadapi kecemasan pre operasi didapatkan bahwa persepsi pasien terhadap operasi bisa dikatakan masih rendah atau hanya sekilas, perasaan pertama kali pasien saat dinyatakan untuk dilakukan operasi yaitu didapatkan respon emosional dan reaksi tubuh partisipan seperti cemas, takut, kuatir, curiga, gelisah, jantung berdebar, tidak nafsu makan, merasa mual, buang air kecil yang sering, sulit tidur/insomnia, respon kognitif berupa bingung dan pasrah. Hal-hal yang membuat pasien cemas menghadapi operasi adalah cemas dengan sakitnya operasi, cemas menghadapi ruangan bedah operasi dan peralatan bedah operasi, takut diinfus, gagal operasi dan cemas dengan tim medis kesehatan (dokter bedah dan perawat). Terkait strategi koping, partisipan memilih strategi koping adaptif seperti mencari pengobatan, beribadah, sharing mencari informasi, instropeksi, mencari dan mendapat dukungan dari orang terdekat, dan koping maladaptif seperti regresi, menangis, mengingkari dan menarik diri.

Terkait keberhasilan koping, tentunya tidak semua koping efektif serta berhasil mengatasi kecemasan karena setiap individu dalam melakukan koping tidak sendiri dan tidak hanya menggunakan satu strategi tetapi dapat melakukannya bervariasi, hal ini tergantung dari kemampuan dan kondisi individu. Hal ini sejalan dengan penelitian Sakinah (2017) menunjukkan bahwa yang memiliki mekanisme koping adaptif lebih cenderung mengalami kecemasan ringan, sebaliknya yang memiliki mekanisme koping maladaptif lebih cenderung mengalami kecemasan parah dan sangat parah. Hal ini disebabkan dari beberapa faktor yang mendukung mekanisme koping adaptif salah satu di antaranya adalah dukungan keluarga dimana dukungan keluarga dapat meningkatkan kreativitas individu atau responden dalam kemampuan penyesuaian diri yang adaptif terhadap cemas dan rasa sakit yang dialami.

Adapun intervensi non farmakologi untuk mengatasi tingkat kecemasan pre operatif seperti efektivitas murottal al qur'an terhadap kecemasan pre operasi. Menurut Faradisi (2012) dengan terapi murottal maka kualitas kesadaran seseorang terhadap Tuhan

akan meningkat, baik orang tersebut tahu arti Al Qur'an atau tidak. Kesadaran ini akan menyebabkan totalitas kepasrahan kepada Allah SWT, dalam keadaan ini otak berada pada gelombang alpha. Gelombang alpha merupakan gelombang otak pada frekuensi 7-14 Hz. Ini merupakan keadaan energi otak yang optimal dan dapat menyingkirkan stres. Simbolon (2015) memperdengarkan musik dengan harmoni yang baik akan menstimulasi otak untuk melakukan proses analisa terhadap lagu tersebut, melalui syaraf koklearis musik ditangkap dan diteruskan ke saraf otak kemudian musik akan mempengaruhi hipofisis untuk melepaskan hormon beta-endorfin (hormon kebahagiaan) sehingga seseorang dapat lebih tenang memberikan rasa nyaman dan sangat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang dalam menghadapi sesuatu.

Beberapa tindakan non farmakologik yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan pasien yang akan menjalani operasi dalam jurnal ini, tindakan yang dilakukan yaitu pemberian minyak lavender, wack wednesday, healing touch, dan hand reflexology. Edukasi pre operatif tentang persiapan operasi bedah jantung. Edukasi ini disampaikan secara verbal kepada responden selama 15-20 menit dan hasil dari penelitian tersebut yaitu penurunan kecemasan lebih cepat dibandingkan pasien yang tidak diberikan intervensi tersebut. Menurut Anderson, et al (2015) relaksasi dapat diperoleh pasien melalui intervensi minyak lavender, healing touch, dan hand reflexology. Sedangkan distraksi dapat diberikan melalui intervensi wacky wednesday. Relaksasi dan distraksi merupakan teknik non farmakologi yang dapat meningkatkan self esteem dengan mempengaruhi status mental dan emosional sehingga dapat menurunkan kecemasan. Penelitian terkait manajemen kecemasan pada pasien pre operasi didapatkan cukup bervariasi.

Pada perbandingan jenis kelamin, didapatkan data bahwa pasien laki-laki cenderung lebih mudah mengendalikan kecemasannya dibandingkan dengan pasien wanita. Hal ini mungkin dikarenakan adanya perbedaan pola komunikasi antara pasien pria dan wanita, yang jika tidak disikapi dengan baik dapat memberikan hasil yang lebih buruk pada pasien wanita. Purnomo (2018) mengatakan pasien pre operasi harus diberi informasi/edukasi secara jelas oleh tenaga kesehatan yang terlibat dalam perawatan pasien terkait persiapan menjelang operasi sehingga dapat mengurangi gejala kecemasan, memberikan dorongan moril, motivasi dan juga dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan pasien. Kozier (2010) salah satu cara untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien preoperasi adalah dengan pendidikan kesehatan. Sebagai contoh menjelaskan prosedur operasi sebelum implementasi, menciptakan atmosfer yang hangat dan bina hubungan saling percaya, menunjukkan sikap caring dan empati, menemani pasien sesuai kebutuhan untuk meningkatkan keselamatan dan keamanan serta mengurangi rasa takut, berkomunikasi dengan kalimat pendek tapi jelas, membantu pasien untuk menentukan situasi yang memicu ansietas dan mengidentifikasi tanda-tanda ansietas, memberi penyuluhan atau penkes kepada pasien mengenai prosedur operasi .

Terkait regulasi emosi pasien dalam menghadapi kecemasan pre operasi terdapat emosi baik itu negatif maupun positif yang dirasakan oleh pasien. Emosi negatif yang dirasakan adalah cemas, takut, khawatir, bahkan ada yang sedih. Emosi positif yang dirasakan seperti bersikap pasrah, dan mempercayakan jalannya operasi kepada dokter. Saat merasakan kecemasan, beberapa pasien akan berusaha lebih tenang dengan berjalan-jalan, mencari hiburan, menonton film, menenangkan diri untuk mengurangi rasa cemas, berusaha untuk berpikir positif, banyak berdoa dan berharap kepada Tuhan. Strategi

regulasi emosi yang yaitu expressive suppression, dan cognitive reappraisal. Menurut Gross (2013) regulasi emosi mengharuskan pengaktifan tujuan untuk naik atau turun, mengatur baik besaran atau durasi respon emosional. Seseorang yang memiliki regulasi emosi yang baik dapat mempertahankan atau meningkatkan, maupun mengurangi emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif. Regulasi emosi mampu menangani ketegangan jiwa, kecemasan, dan memunculkan perasaan positif terhadap diri sendiri. Dalam mengatasi masalah kecemasan, diperlukannya regulasi emosi untuk mengurangi rasa kecemasan tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kecemasan pre operasi merupakan kondisi emosi yang tidak menyenangkan yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor baik internal maupun eksternal, seperti tindakan pembedahan yang akan dilalui. Intervensi keperawatan yang dapat diterapkan sesuai dengan literatur review yang sudah dilakukan yaitu pemberian terapi musik, pemberian edukasi, pemberian minyak lavender, wack wednesday, healing touch, dan hand reflexology, regulasi emosi, manajemen cemas. Pasien dianjurkan dapat menggunakan intervensi nonfarmakologis dalam mengolah emosi dan memajemen rasa cemas sehingga implementasi yang diberikan lebih efektif.

Saran

Adapun saran dari literatur review ini adalah penyedia layanan kesehatan, khususnya perawat diharapkan dapat menggunakan terapi nonfarmakologis dalam intervensi keperawatan pasien dengan kecemasan preoperatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, J. G., Suchicital, L. G., Lang, Maria., Kukic, Azra., Mangione, L. Swengros, D. I., Fabian, Jennifer., Friesen. M. A. (2015) 'The effects of healing touch on pain, nausea, and anxiety following bariatric surgery: a pilot study', Explore (New York, N.Y.). Elsevier,
- Amri, Khaerul&Saefudin, Mukhammad. 2012.Strategi Koping Pasien Dalam Menghadapi Kecemasan Pre Operasi Di Ruang Rawat Inap Rsud Kraton Kabupaten Pekalongan <http://adocs.tips/strategi-koping-pasien-dalam-menghadapi-kecemasan-pre-operasi> diakses pada tanggal 02 Juni 2020
- Brunner & Suddart. 2010. Text Book of Medical Surgical Nursing12th Edition. Cina : LWW
- Caplan, 2010. Sinopsis Psikiatri. Jakarta : EGC
- Dewi &Kurnia, Aldis Elbela.2013. Gambaran Strategi Koping Pasien Dalam Menghadapi Kecemasan Pre Operasi di Ruang Rawat Inap RSUD Salatiga<http://repository.uksw.edu/handle/123456789/12069> diakses pada tanggal 03 Juni 2020
- Diana, Pefbrianti., Hamdan, Hariawan., Setyo, Kurniawan., Hery, Sasongko., Galih, Noor, Alivian., Ah, Yusuf. 2018. Intervensi Non Farmakologik Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi : Literatur Review<http://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/9201> diakses pada tanggal 02 Juni 2020

- Faradisi, F. 2012. Efektifitas terapi murottal dan terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra operasi di Pekalongan. <http://www.journal.stikesmuh-pkj.ac.id>. Diakses tanggal 02 Juni 2020
- Gross, J.J. & Thompson, R.A. (2013). Emotion regulation : conceptual foundations. Handbook of Emotion Regulation, edited by James J. Gross. New York, Guilford Publications
- Gunawan, Yeni & Kristinawati, Wahyuni. 2018. Regulasi emosi dalam menghadapi kecemasan pada pasien yang akan melakukan operasi mayor (pre operasi mayor) <http://ejournal.setiabudi.ac.id/ojs/index.php> diakses pada tanggal 02 Juni 2020
- Hakim, Hasnani., Syam, Yuliana., Rachmawaty, Rini. 2018. Efektivitas Murottal Al Qur'an Terhadap Respon Fisiologis, Kecemasan Pre Operasi Dan Gelombang Otak: Artikel Review http://www.researchgate.net/publication/328812304_Efektivitas_Murottal_Al_Qur'an_Terdapat_Respon_Fisiologis_Kecemasan_Pre_Operasi diakses pada tanggal 02 Juni 2020
- Hidayat, Arif Imam & Siwi, Adiratna Sekar. 2019. Manajemen Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi : Literature Review <http://bionursing.fikes.unsoed.ac.id/bion/index.php> diakses pada tanggal 02 Juni 2020
- Kozier, B. M. R. 2010. Fundamental Keperawatan. Konsep, Proses & Praktik. Jakarta: EGC.
- Long. 2012. Praktek Perawatan Medikal Bedah. Bandung : Ikatan Alumni Pendidikan Keperawatan Universitas Padjajaran
- Pebriana, Pane. 2019. Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Ruang Bedah RSUD Dr. Pirngadi Medan Tahun 2019. <http://repo.poltekkes-medan.ac.id/jspui> diakses pada tanggal 02 Juni 2020
- Purnomo, Agus. 2018. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Persiapan Operasi di Kamar Operasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea [http://repo.stikesicmejbg.ac.id/1822/1/Agus%](http://repo.stikesicmejbg.ac.id/1822/1/Agus%20) diakses tanggal 14 Juni 2020
- Sakinah, Sri. 2017. Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pra Operasi <http://stikesmu-sidrap.e-journal.id/JIKP/article> diakses pada tanggal 02 Juni 2020
- Sartika. 2013. World Health Organization (WHO) : Pasien Dengan Tindakan Operasi Tahun 2012
- Setiani, Diah. 2017. Identifikasi Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pasien Fraktur Di Ruang Aster Dan Cempaka RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda <http://journals.umkt.ac.id/index.php/jik/article> diakses pada tanggal 02 Juni 2020
- Simbolon, P. 2015. Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi di Ruang Rawat Bedah RS Santa Elisabeth. Medan : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth.
- Sjamsuhidayat. 2010. Buku Ajar Ilmu Bedah. Edisi II. Jakarta : EGC
- Sutejo. 2018. Keperawatan Jiwa, Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa dan Psikososial. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Videbeck, Sheila. 2012. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta : EGC

