

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hypno EFT (*Emotional Freedom Technique*), merupakan suatu intervensi keperawatan yang dapat di ajarkan kepada pasien dan dilakukan secara mandiri. Utamanya pasien yang ingin mencapai kesehatan yang lebih baik. Intervensi *Hypno EFT* teknik terapi tradisional komplementer yang digunakan untuk mendampingi terapi medis (terapi konvensional) sehingga terapi ini bisa dilakukan bersamaan dengan terapi medis. *Hypno EFT* menekankan bahwa unsur spiritual dapat mempengaruhi seseorang untuk menerima dengan kepasrahan, keikhlasan, dan rasa syukur, termasuk kecemasan sebelum dilakukannya operasi. *Hypno EFT* adalah terapi non farmakologi dengan menggunakan teknik relaksasi, Teknik yang mengolah diri berdasarkan mekanisme kerja system saraf simpatik dan parasimpatik. Teknik ini mampu mengurangi terjadinya stres atau kecemasan yang diderita oleh seseorang, sehingga membuat seseorang merasa lebih tenang atau rileks. Prinsip kerja *Hypno EFT* hampir sama dengan akupunktur dan akupresur yaitu menstimulus titik-titik kunci pada 12 jalur energi tubuh (Mardika et al., 2024). *Hypno EFT* adalah praktik yang berbasis bukti dan didasarkan pada bidang psikologi energi , *Hypno EFT* dilakukan dengan cara mengetukkan jari pada titik meridian yang terletak di tangan, wajah, dan tubuh sambil berkonsentrasi sejenak pada masalah yang akan diatasi (Jurnal et al., 2024).

Kecemasan merupakan suatu kondisi seseorang yang khawatir akan sesuatu yang belum terjadi dan belum tentu terjadi. Kecemasan juga kekhawatiran yang tidak jelas dan berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti serta tidak berdaya, memiliki perasaan yang tidak tenang (Gunarsah, 2019, Sartika Pujiastuti, 2020). Kecemasan pada *pre* operasi akan menyebabkan beberapa gangguan saat intra dan *post* operasi. Pasien *pre* operasi dengan tingkat kecemasan yang tinggi akan memiliki parameter hemodinamik intra operasi yang tidak stabil seperti (tekanan arteri, denyut jantung, saturasi oksigen) (Malaha et al., 2022). Menurut hasil peneliti kecemasan yang dirasakan pada pasien ketika akan menghadapi tindakan operasi, ruang operasi, alat- alat operasi menjadi salah satu faktor yang

menyebabkan tekanan pada pasien (Villa, G. et al. , 2020). Kecemasan yang tidak diatasi akan menyebabkan perasaan negative bagi pasien *pre* oprasi.

Menurut Carpenito (1999) dalam (Anggarini, 2015) diperkirakan 90% pasien *pre* operasi mengalami kecemasan. Menurut beberapa penelitian tingkat kecemasan *pre* operasi yang terjadi pada pasien bervariasi antaranya 60%-80% (Jawaid, el al., 2007; Nigussie, el al., 2014; Mingir, el al., 2014; Khalili et al., 2020 dalam (Abutiheen, Ali A.Khudhair, Esam Shyaa. Dhaka, Hadeer Jabbar., 2021). Tindakan operasi merupakan tindakan yang kompleks dan mengakibatkan sebagian besar pasien merasa menegangggangkan, ketakutan, kecemasan dan ancaman factual pada kepribadian seseorang yang bisa menimbulkan reaksi stres fisiologis ataupun psikologis (Pujiani & Rofiqoh, 2017). Pada penelitian Clark, 2008 *Emotional Frredom Technique* dapat digunakan untuk menyembuhkan, mengurangi dan mencegah terjadinya kecanduan dan keinginan, sakit kronis yang di alami di masa tua, nyeri punggung / leher / sendi, asma dan alergi, kecemasan, ketakutan dan fobia ketinggian, masalah tekanan darah, stress.

Data Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI) tahun 2019 menunjukkan bahwa pembedahan menempati urutan ke 11 dari 50 penyakit yang ada di ruamh sakit Indonesia dengan persentase sebesar 12,8% dan sekitar 32% merupakan pembedahan laparaskopi (Aprilyawan & Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rana Wijaya Singaraja, 2020). Pembedahan menyebabkan komplikasi pada pasien sekitar 3-16% dengan angka kematian 0,4-0,8% di negara berkembang. Pada tindakan pembedahan, walaupun bertujuan untuk menyembuhkan pasien namun akan menghasilkan reaksi cemas terhadap aspek fisiologis dan psikologis tanpa memandang besar kecilnya operasi. Respon psikologis karena tindakan pembedahan dapat terjadi cemas ringan, sedang, berat sampai panik tergantung masing-masing individu. Pasien yang akan dioperasi biasanya menjadi gelisah dan takut. Perasaan gelisah dan takut terkadang tidak tampak jelas, tetapi kecemasan itu dapat di lihat dalam bentuk lain seperti pasien bertanya-tanya terus menerus, dan mengulang pertanyaan- pertanyaan, pasien mengalihkan perhatiannya atau sebaliknya pasien bergerak terus menerus dan tidak bisa tidur (Mardika et al., 2024).

Salah satu teknik nonfarmakologis yang digunakan untuk mengurangi kecemasan, khususnya pada pasien yang akan menjalani tindakan operasi, adalah *Hypno EFT*. Teknik ini menggombinasikan tekanan lembut pada titik- titik energi (akupresure) dan terapi sugesti

verbal guna membantu individu melepaskan beban emosional negative, seperti kecemasan stress, trauma dan rasa takut, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kesejahteraan secara keseluruhan (Kurniawan et al., 2024). *Hypno EFT* dapat mengatasi masalah kecemasan seseorang berdasarkan akar permasalahan utamanya melalui proses set up yang akan dilakukan serta dapat mempengaruhi alam bawah sadar manusia dengan cara sugesti diri sendiri. Kalimat afirmasi pada saat melakukan *tapping* didapatkan dari sumber kecemasan.

Beberapa penelitian menyatakan bahwa *Hypno EFT* efektif untuk mengurangi gejala kecemasan (Malaha et al., 2022). Menurut Penelitian Benor, Ledger, Toussaint, Hett, dan Zaccaro (2009) menunjukkan bahwa kadar kortisol saliva yang berperan saat terjadinya stress, salah satunya kecemasan dapat menurun dengan *Hypno EFT*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuswinda K, (2017) & Abdilah Alvin, Anwar W., (2017) bahwa *Hypno EFT* memiliki pengaruh tingkat kecemasan pasien *pre* operasi. Pada pasien *pre* operasi elektif di *Tzu Chi Hospital* setelah masuk rawat inap H-1 dilakukan assessment didapatkan masalah kecemasan yang mengakibatkan pasien kesulitan untuk tidur dan meminta obat tidur, sehingga peneliti dapat mengetahui lebih mendalam dan tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Efektifitas *Hypno EFT (Emotional Freedom Technique)* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien *Pre Operasi* Di Ruang Rawat Inap”.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah ada pengaruh pemberian *hypno emotional freedom technique* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien *pre* operasi di ruang rawat inap *tzu chi hospital*”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian *hypno emotional freedom technique* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien *pre* operasi di ruang rawat inap *tzu chi hospital*”

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui karakteristik responden penelitian

1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien *pre* operasi sebelum dan setelah diberikan dan tanpa diberikan *hypno emotional freedom technique* di ruang rawat inap *tzu chi hospital*.

1.3.2.3 Menganalisis perbedaan pengaruh tingkat kecemasan pasien *pre* operasi sebelum dan setelah diberikan *hypno emotional freedom technique* di ruang rawat inap *tzu chi hospital*.

1.3.2.4 Menganalisis perbedaan pengaruh tingkat kecemasan pasien *pre* operasi pada kelompok yang tidak diberikan *hypno emotional freedom technique* di ruang rawat inap *tzu chi hospital*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi pasien

Pemberian terapi *hypno emotional freedom technique* dapat membantu pasien merasa lebih nyaman dan mengurangi tingkat kecemasan selama masa *pre*-operasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih luas mengenai pengaruh *hypno emotional freedom technique* terhadap tingkat kecemasan pasien di ruang rawat inap *tzu chi hospital*.

1.4.2 Bagi peneliti

Peneliti dapat meningkatkan kemampuan penelitian dalam mengembangkan, mengevaluasi penelitian ilmiah, dan dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat dari perkuliahan.

1.4.3 Bagi rumah sakit

1.4.3.1 Peningkatan kualitas pelayanan

Dengan memahami pentingnya pengaruh *Hypno EFT* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien *Pre Operasi* di Ruang Rawat Inap. Rumah sakit dapat meningkatkan pelayanan yang diberikan perawat kepada pasien.

1.4.3.2 Pengembangan program pelatihan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang program pelatihan bagi perawat dalam meningkatkan keterampilan dalam melakukan terapi *Hypno EFT* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien *Pre Operasi* di Ruang Rawat Inap.

1.4.3.3 Kepuasan Pasien

Meningkatkan kualitas terapi nonfarmakologi yang dilakukan oleh perawat, rumah sakit dapat meningkatkan tingkat kepuasan pasien terhadap pelayanan yang diberikan dan dapat meningkatkan reputasi rumah sakit.

1.4.4 Bagi peneliti selanjutnya

Dari penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dengan masalah dan judul yang berbeda namun masih dengan topik yang sama.