

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kecemasan atau ansietas merupakan respon psikologis yang sangat umum dialami oleh pasien yang akan menjalani prosedur pembedahan. Hampir sebagian besar pasien rawat inap yang dijadwalkan untuk operasi mengalami perasaan takut, khawatir, dan tidak nyaman menjelang tindakan bedah yang akan dijalannya. Kondisi ini dikenal sebagai ansietas pre-operasi, yang dapat muncul akibat berbagai faktor, antara lain ketakutan terhadap nyeri, kekhawatiran mengenai hasil operasi, rasa cemas terhadap prosedur anestesi, kurangnya informasi tentang tindakan yang akan dilakukan, hingga ketakutan akan kematian (Musyaffa et al., 2023).

World Health Organization (WHO) mencatat bahwa setiap tahunnya lebih dari 300 juta prosedur pembedahan dilakukan di seluruh dunia, dan prevalensi ansietas pada pasien yang menjalaninya di negara berkembang mencapai angka yang cukup signifikan (Shawahna et al., 2023). Di Indonesia sendiri, data dari berbagai penelitian yang dilakukan di sejumlah rumah sakit menunjukkan bahwa sebagian besar pasien pre-operasi mengalami tingkat kecemasan sedang hingga berat, menjadikan kondisi ini sebagai tantangan serius dalam pemberian asuhan keperawatan yang komprehensif dan holistik.

Ansietas pre-operasi yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan dampak negatif yang bermakna terhadap kondisi pasien, baik sebelum, selama, maupun setelah prosedur pembedahan berlangsung. Secara fisiologis, kecemasan yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, peningkatan frekuensi nadi dan pernapasan, penurunan saturasi oksigen, serta ketidakstabilan hemodinamik yang berisiko memperburuk kondisi klinis pasien saat di meja operasi. Secara jangka panjang, ansietas yang berlebihan terbukti dapat memperlambat proses pemulihan pasca-operasi, meningkatkan risiko terjadinya komplikasi, serta memperpanjang

masa rawat inap pasien. Kondisi ini pada akhirnya berdampak pula pada meningkatnya biaya perawatan dan menurunnya kualitas hidup pasien secara keseluruhan (Gu et al., 2023).

Oleh karena itu, penanganan ansietas pre-operasi secara tepat dan terstruktur menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari standar asuhan keperawatan yang berkualitas di ruang rawat inap. Fenomena ansietas pre-operasi ini juga ditemukan secara nyata di Ruang Rawat Inap Tzu Chi Hospital Jakarta, salah satu rumah sakit rujukan yang memberikan layanan kesehatan komprehensif, termasuk berbagai prosedur bedah elektif maupun non-elektif. Berdasarkan pengamatan klinis selama stase praktik di ruang rawat inap general ward lantai 9, ditemukan bahwa sebagian besar pasien dewasa yang akan menjalani prosedur pembedahan menunjukkan tanda-tanda ansietas sedang hingga berat pada fase pre-operasi.

Pada bulan April 2026, tercatat sekitar 20 pasien menjalani tindakan pembedahan. Hasil pengamatan klinis selama praktik profesi ners menunjukkan bahwa sebagian pasien yang akan menjalani operasi tampak mengalami kecemasan yang ditandai dengan perasaan khawatir, gelisah, sulit tidur, serta ketegangan menjelang tindakan pembedahan.

Selama ini, intervensi keperawatan yang dilakukan di Ruang Rawat Inap Tzu Chi Hospital untuk mengatasi ansietas pada pasien pre-operasi masih bersifat konvensional. Pendekatan yang lazim diterapkan antara lain pemberian edukasi pre-operasi secara verbal oleh perawat mengenai prosedur dan tata cara operasi, pelaksanaan komunikasi terapeutik sebagai bentuk dukungan psikologis, serta pemberian informasi lisan tentang persiapan anestesi. Sebagian perawat juga telah menerapkan teknik relaksasi napas dalam sebagai salah satu intervensi non-farmakologis sederhana.

Namun demikian, intervensi-intervensi tersebut belum terdokumentasi secara sistematis sebagai bagian dari standar asuhan keperawatan yang baku, dan belum sepenuhnya terstruktur dalam kerangka *Evidence Based Nursing* (EBN)

yang tervalidasi secara ilmiah. Evaluasi terhadap pendekatan yang telah berjalan ini menunjukkan bahwa edukasi verbal dan komunikasi terapeutik, meskipun penting, seringkali belum cukup untuk mengatasi komponen fisiologis dari ansietas, seperti peningkatan denyut nadi, tekanan darah, dan ketegangan otot yang nyata pada pasien. Penggunaan premedikasi farmakologis pun membawa risiko tersendiri berupa efek samping seperti depresi pernapasan, sedasi berlebihan, dan interaksi obat yang perlu diwaspadai. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan nyata akan intervensi yang lebih terstruktur, aman, dan terbukti efektif secara ilmiah.

Salah satu intervensi non-farmakologis yang telah terbukti secara ilmiah efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan adalah teknik relaksasi genggam jari (*finger grip relaxation*). Teknik ini merupakan bagian dari terapi Jin Shin Jyutsu yang berasal dari Jepang, di mana setiap jari tangan diyakini memiliki hubungan dengan organ tubuh tertentu dan berkaitan dengan emosi-emosi spesifik. Dengan menggenggam setiap jari tangan secara bergantian disertai napas dalam yang teratur, teknik ini bekerja dengan cara mengaktifkan sistem saraf parasimpatis melalui stimulasi titik-titik akupresur pada jari tangan, sehingga mampu menurunkan kadar hormon stres, mengurangi ketegangan otot, serta membawa pasien ke kondisi relaksasi fisik dan mental yang optimal (Yulianti & Hidayah, 2023).

Teknik relaksasi genggam jari dinilai sangat relevan dan layak untuk diimplementasikan secara sistematis di Ruang Rawat Inap Tzu Chi Hospital sebagai alternatif intervensi keperawatan bagi pasien pre-operasi. Kemudahan pelaksanaannya menjadikan teknik ini dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien maupun didampingi oleh perawat tanpa memerlukan peralatan khusus. Selain itu, teknik ini tidak menimbulkan efek samping, tidak membutuhkan biaya yang besar, dan dapat diintegrasikan ke dalam rutinitas asuhan keperawatan sehari-hari.

Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan Penerapan teknik relaksasi genggam jari dalam kerangka EBN di Tzu Chi Hospital dan diharapkan dapat menjadi standar intervensi keperawatan yang terstruktur serta tervalidasi bagi pasien dewasa yang akan menjalani berbagai prosedur pembedahan mayor, guna meningkatkan kualitas asuhan keperawatan dan kesejahteraan pasien secara menyeluruh.

1.2. Rumusan Masalah

“Bagaimanakah penerapan teknik relaksasi genggam jari berbasis *Evidence Based Nursing* terhadap penurunan tingkat ansietas pada pasien pre-operasi di Ruang Rawat Inap Tzu Chi Hospital?”

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum penulisan karya ilmiah akhir ini adalah untuk menggambarkan penerapan teknik relaksasi genggam jari berbasis *Evidence Based Nursing* terhadap penurunan tingkat ansietas pada pasien pre-operasi di Ruang Rawat Inap Tzu Chi Hospital.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi tingkat ansietas pasien pre-operasi sebelum dilakukan penerapan teknik relaksasi genggam jari di Ruang Rawat Inap Tzu Chi Hospital.
- 1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat ansietas pasien pre-operasi sesudah dilakukan penerapan teknik relaksasi genggam jari di Ruang Rawat Inap Tzu Chi Hospital.
- 1.3.2.3 Menganalisis pengaruh penerapan teknik relaksasi genggam jari berbasis *Evidence Based Nursing* terhadap penurunan tingkat ansietas pada pasien pre-operasi di Ruang Rawat Inap Tzu Chi Hospital.

1.4. Manfaat

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penulisan karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan medikal bedah. Penulisan ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur ilmiah mengenai penerapan teknik relaksasi genggam jari sebagai intervensi berbasis bukti (*Evidence Based Nursing*) dalam penanganan ansietas pada pasien pre-operasi.

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Pasien

Hasil penulisan ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi pasien pre-operasi dalam bentuk tindakan keperawatan non-farmakologis yang aman, efektif, dan mudah dilakukan untuk mengurangi tingkat kecemasan yang dialami sebelum menjalani prosedur pembedahan.

1.4.2.2 Bagi Perawat

Hasil penulisan ini diharapkan dapat menjadi acuan dan panduan bagi perawat dalam menerapkan teknik relaksasi genggam jari sebagai salah satu intervensi keperawatan berbasis bukti ilmiah yang efektif dalam menangani masalah ansietas pada pasien pre-operasi.

1.4.2.3 Bagi Rumah Sakit

Hasil penulisan ini diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi manajemen Tzu Chi Hospital dalam merumuskan dan menetapkan standar prosedur operasional (SPO) terkait penerapan Teknik relaksasi genggam jari sebagai intervensi keperawatan dalam penanganan ansietas pre operasi.

1.4.2.4 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penulisan ini diharapkan dapat menambah referensi kepustakaan dan menjadi bahan pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan dalam

memahami dan menerapkan Evidence Based Nursing dalam praktik keperawatan, khususnya dalam penanganan ansietas pada pasien pre-operasi.