

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan memiliki peran yang penting dalam memengaruhi kualitas tidur seseorang. Ketidakstabilan emosi, seperti perasaan khawatir dan gelisah, dapat mengganggu proses istirahat sehingga individu kesulitan untuk mendapatkan tidur yang cukup dan nyenyak. Dampaknya, pola tidur menjadi terganggu, misalnya sulit memulai tidur, sering terbangun di tengah malam, serta tidak terpenuhinya durasi tidur yang dibutuhkan. Selain itu, kondisi cemas juga dapat menghambat tercapainya tahap tidur yang optimal, baik pada fase *Non Rapid Eye Movement* (NREM) maupun *Rapid Eye Movement* (REM), yang berperan penting dalam proses pemulihan fisik dan psikologis. (Setyaningsih, 2022).

Kondisi ini menunjukkan bahwa kecemasan tidak hanya memengaruhi keadaan psikologis individu, tetapi juga berdampak pada respons fisiologis tubuh, khususnya terhadap proses dan kualitas tidur. Selanjutnya kecemasan dapat menghambat seseorang untuk mulai tidur maupun mempertahankan tidur. Berbagai stressor yang muncul membuat tubuh bereaksi seolah-olah sedang menghadapi ancaman, yang dipersepsikan melalui panca indra lalu diproses di korteks cerebri, diteruskan di hipotalamus, sistem limbik, hingga ke sistem aktivasi retikular. Proses ini menyebabkan keadaan terjaga pada malam hari sehingga individu mengalami kesulitan untuk memulai tidur (Qonita et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan memiliki hubungan yang erat dengan kualitas tidur. Menurut Rino et al., (2024), tidur memberikan waktu untuk penyembuhan dan perbaikan bagi tubuh untuk mempercepat proses penyembuhan sel yang dibutuhkan oleh pasien.

Pasien yang dirawat di Rumah sakit untuk melakukan tindakan operasi beresiko mengalami kecemasan, misalnya karena kurang pengetahuan atau kurangnya dukungan dari keluarga. Atau rasa cemas yang muncul menjelang pemberian

anestesi dapat mengganggu tindakan pembedahan dan mempengaruhi tanda-tanda vital pasien, seperti tekanan darah dan denyut nadi (Zahra et al., 2022). Menurut Nalali (2022), rasa cemas tersebut dapat mempengaruhi jalannya tindakan pembedahan. Selain itu, tingkat kecemasan yang tinggi dikaitkan dengan pemulihan luka yang lebih lama, kebutuhan dosis obat anestesi yang lebih besar serta proses penyembuhan dan pemulihan pasca operasi yang tertunda. Kecemasan pada pasien sebelum menjalani operasi merupakan respon psikologis yang umum terjadi dan dapat memengaruhi kondisi secara keseluruhan. Kondisi ini ditandai dengan pikiran yang berlebihan sehingga pasien sulit merasa tenang atau rileks. Akibatnya, pasien sering mengalami gangguan tidur seperti kesulitan memulai tidur dan sering terbangun di malam hari. (Agesti et al., 2025).

Akibatnya, kecemasan dan gangguan tidur yang dialami pasien pre operasi dapat memberikan dampak terhadap proses pembedahan maupun pemulihan pasca operasi. Menjelang tindakan operasi, pasien dihadapkan pada berbagai tekanan psikologis yang menimbulkan rasa cemas, takut, dan khawatir yang dipengaruhi oleh persepsi pasien maupun keluarganya terhadap pembedahan (Sukarni et al., 2023). Kondisi ini dapat menimbulkan perasaan kehilangan kontrol serta berpotensi berkembang menjadi gangguan tidur. Selain itu, kecemasan juga dapat tampak sebagai rasa takut kehilangan kesadaran, kekhawatiran akan komplikasi, serta ketakutan terhadap nyeri pasca operasi, yang pada akhirnya mempengaruhi kualitas tidur pasien (Rino et al., 2025).

Namun demikian, perkembangan teknologi di bidang kesehatan saat ini telah menghadirkan metode pembedahan yang lebih canggih, cepat, dan minim risiko. Inovasi ini memungkinkan proses operasi menjadi lebih efisien serta mengurangi ketidaknyamanan pasien. Dengan demikian, tingkat kecemasan sebelum operasi dapat menurun, sehingga kualitas tidur pasien pre operasi berpotensi menjadi lebih baik dibandingkan dengan metode operasi konvensional sebelumnya (Maulana et al., 2024). Seperti metode *ERACS* pada

sectio caesarea, metode ini dapat mengurangi rasa sakit post operasi sehingga kecemasan pasien berkurang saat akan melakukan mobilisasi (Pitono, 2025)

Sejalan dengan hal tersebut, jumlah tindakan pembedahan di tingkat global terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Berdasarkan laporan *World Health Organization (WHO)* yang dikutip dalam Maryani dkk. (2024), jumlah tindakan operasi mencapai sekitar 165 juta prosedur. Di Indonesia, tindakan operasi juga cukup sering dilakukan dan menunjukkan peningkatan setiap tahunnya (Maulida et al., 2023). Berdasarkan data jumlah kunjungan kamar bedah Rumah Sakit Panti Rini pada tahun 2024 sebanyak 1.458 pasien dan meningkat menjadi 1.752 pasien pada tahun 2025. Hal ini menunjukkan adanya kenaikan sebesar 20,16%, dengan dominasi tindakan operasi elektif.

Peningkatan jumlah tindakan operasi tersebut turut berdampak pada kondisi psikologis pasien, terutama munculnya kecemasan sebelum operasi. Menurut Zahra et al., (2022) penelitian di Australia mengatakan bahwa kecemasan pra operasi mencapai 45,3% dari populasi kecemasan yang berjumlah 80%. Di IBS RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya bulan Mei 2019 menyebutkan 9 orang (21,4%) mengalami kecemasan ringan, 21 orang (50,0%) mengalami kecemasan sedang dan 12 orang (28,6%) mengalami kecemasan berat. Menurut Nanali (2022) dalam satu bulan terdapat 110 pasien yang menjalani pembedahan di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta, dan sekitar 25–30% mengalami kecemasan ringan, sebanyak 65% mengalami kecemasan sedang, 5% mengalami kecemasan berat.

Selain mempengaruhi kondisi psikologis, kecemasan pra operasi juga dapat berdampak pada kondisi fisik pasien, salah satunya kualitas tidur. Pembedahan dan gangguan tidur juga dikaitkan dengan beberapa mekanisme fisiologis, seperti respons stres endokrin, otonom, dan inflamasi. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa sitokin pasca operasi dapat mempengaruhi kualitas tidur (Korkmaz et al., 2025). Dari hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan dengan *literatur review* oleh Zahra et al., (2023) bahwa terdapat hubungan

antara kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien pre operasi. Hal ini terjadi karena adanya faktor psikologis, emosional, cemas, takut, gelisah dan kurangnya dukungan dari keluarga, tenaga kesehatan dan lingkungan sekitar.

Studi pendahuluan dilakukan peneliti di ruang rawat inap RS Panti Rini dengan melakukan pengamatan secara langsung serta wawancara sederhana, kuesioner dibacakan kepada 10 pasien yang akan menjalani tindakan operasi, kecemasan dengan *Amsterdam Preoperative anxiety and Information Scale* (APAIS) dan kualitas tidur dengan *Richards-Campbell Sleep Questionnaire* (RCSQ) dan didapatkan data: sebanyak 6 responden (60%) berada pada kategori kecemasan tinggi. Selanjutnya, sebanyak 4 responden (40%) termasuk dalam kategori kecemasan rendah. Kemudian untuk kualitas tidur 6 responden (60%) mengalami tidur yang buruk dan 4 responden (40%) mengalami tidur yang baik. Pada tahun 2025, terdapat satu pasien yang mengalami penundaan tindakan operasi karena kondisi hemodinamik yang belum stabil serta ditemukan bunyi napas tambahan ronki pada pemeriksaan paru. Selanjutnya, pasien dikonsultasikan kepada dokter spesialis penyakit dalam untuk mendapatkan penanganan lebih lanjut. Setelah kondisi pasien membaik dan dinyatakan lebih stabil, tindakan operasi kemudian dilaksanakan pada hari berikutnya. Dari hasil studi pendahuluan ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mengalami kecemasan pada tingkat sedang hingga berat, dan mengalami kesulitan tidur sebelum menjalani operasi. Kondisi tersebut perlu mendapatkan perhatian karena dapat memengaruhi kondisi psikologis pasien, termasuk berdampak pada kualitas tidur sebelum tindakan operasi dilakukan.

Berdasarkan pemaparan diatas, kecemasan dan gangguan kualitas tidur pada pasien pre operasi merupakan masalah yang perlu mendapatkan perhatian, karena dapat memengaruhi kondisi fisik dan psikologis pasien sebelum tindakan operasi. Kondisi tersebut dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, denyut jantung, ketidakstabilan emosional, serta menurunkan kesiapan pasien dalam menghadapi operasi. Gangguan kualitas tidur yang dialami pasien pre operasi juga dapat berdampak pada proses pemulihan dan kondisi kesehatan

pasien setelah tindakan operasi. Oleh karena itu, diperlukan penelitian mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pasien pre operasi di RS Panti Rini sebagai dasar dalam pemberian intervensi keperawatan yang tepat untuk membantu meningkatkan kesiapan pasien sebelum menjalani operasi di ruang rawat inap RS Panti Rini.

Penelitian ini dilakukan di RS Panti Rini karena berdasarkan hasil penelusuran yang dilakukan peneliti, belum pernah ada penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien pre operasi di Rumah Sakit Panti Rini. Pengumpulan data dilakukan secara langsung kepada pasien sehingga informasi yang diperoleh adalah kondisi nyata yang dialami oleh pasien. Selain memperoleh data penelitian, peneliti juga melakukan pendekatan interpersonal kepada pasien yang akan menjalani tindakan operasi. Pendekatan tersebut diharapkan dapat membantu pasien merasa lebih tenang dan mengurangi tingkat kecemasan sebelum tindakan operasi.

1.2 Rumusan masalah

Apakah terdapat hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pasien pre operasi di rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pasien pre operasi di rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta?

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui karakteristik responden pasien pre operasi meliputi jenis kelamin, usia, pendidikan pasien pre operasi di RS Panti Rini Yogyakarta.

- 1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien pre operasi di RS Panti Rini Yogyakarta.
- 1.3.2.3 Mengidentifikasi kualitas tidur pasien pre operasi di RS Panti Rini Yogyakarta
- 1.3.2.4 Menganalisis hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pasien pre operasi di rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Dapat menambah wawasan dan menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang keperawatan preoperasi mengenai hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pasien preoperasi.

1.4.2 Bagi pasien

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman pasien mengenai pengaruh kecemasan terhadap kualitas tidur sebelum operasi. Melalui hasil penelitian ini, pasien diharapkan mampu lebih memperhatikan kondisi psikologisnya, mengurangi rasa cemas yang muncul menjelang operasi, serta menjaga pola istirahat agar tubuh berada dalam kondisi yang lebih optimal saat menjalani tindakan pembedahan.

1.4.3 Bagi perawat

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi pertimbangan bagi perawat dalam melaksanakan intervensi keperawatan preoperasi yang berfokus pada penurunan kecemasan dan kualitas tidur pasien.

1.4.4 Bagi Rumah Sakit

Diharapkan menjadi masukan bagi rumah sakit dalam meningkatkan mutu pelayanan keperawatan preoperasi melalui pendekatan yang lebih holistik terhadap psikologi pasien.

1.4.2.4 Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan menjadi dasar dan rujukan bagi peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan kecemasan kualitas tidur serta intervensi keperawatan bagi pasien preoperasi.