

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Operasi atau pembedahan merupakan suatu tindakan dengan metode *invasive* untuk mendiagnosis atau mengobati penyakit, cedera, kelainan bentuk tubuh dengan membuat sayatan yang menimbulkan perubahan fisiologis pada tubuh pasien dan dapat memberi pengaruh pada organ tubuh lainnya (Musyaffa et al., 2023).

World Health Organization (WHO, 2023), menyatakan lebih dari 313 juta tindakan operasi dilakukan di seluruh dunia setiap tahunnya. Angka ini mencerminkan peningkatan signifikan dalam permintaan layanan bedah, terutama di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah, di mana akses terhadap perawatan bedah yang aman dan terjangkau masih menjadi tantangan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) melaporkan bahwa dari 50 perawatan penyakit yang ada di Indonesia, tindakan operasi atau pembedahan menempati urutan ke-11. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) melaporkan pada tahun 2020, jumlah operasi di Indonesia mencapai 1,2 juta orang, dan jumlah ini terus meningkat hingga mencapai lebih dari 800.000 orang pada tahun berikutnya.

Menurut Stuart (2016), respons pasien pre operasi baik secara fisik maupun psikologis sering kali terjadi, secara fisik, pasien dapat

mengalami peningkatan denyut jantung (takikardia), tekanan darah (hipertensi), serta pernapasan cepat (hiperventilasi), yang merupakan respons tubuh terhadap kecemasan. Pasien dengan gangguan kecemasan sebelum menjalani tindakan medis atau operasi, umumnya mengalami sejumlah gejala fisik seperti berkeringat secara berlebihan, tubuh gemetar, kesulitan tidur, merasa lelah, mual, dan nyeri di area perut. Secara psikologis, mereka juga dapat merasakan kecemasan yang intens, rasa takut akan kehilangan kendali atau bahkan kematian, kesulitan berkonsentrasi, serta munculnya pikiran-pikiran negatif yang mengganggu aktivitas sehari-hari (Sharma, 2023).

Kecemasan adalah rasa tidak aman, tegang, dan khawatir yang muncul karena kondisi yang berbahaya yang penyebabnya belum diketahui, hasil dari penelitian terkait identifikasi tingkat kecemasan pasien pre operasi sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang (Hatri, 2021). Pasien sering mengalami kecemasan terkait tindakan pembedahan atau operasi, mereka mungkin mengalami rasa cemas, kesakitan setelah operasi, kekhawatiran tentang kematian, kekhawatiran tentang keberhasilan anestesi, atau kecemasan yang dapat menyebabkan melewati prosedur, terbangun selama prosedur, atau mengalami komplikasi kematian selama prosedur (Sitinjak, 2022).

Kecemasan adalah kondisi emosional yang ditandai dengan gelisah, berkeringat, tangan gemetar, perasaan tidak aman, sedih dan sering menangis, sakit kepala dan sulit tidur, merasa tidak bahagia, sulit

berfikir, sulit menikmati kegiatan harian, bicara berlebihan dan cepat, nadi dan tekanan darah naik, tidak mampu menerima informasi dari luar, berfokus pada masalah, ketakutan atas sesuatu yang tidak jelas, pekerjaan sehari-hari terganggu, Gerakan meremas tangas, berfokus pada apa yang menjadi perhatian (Ananda, 2020).

Masalah kecemasan pada pasien pre operasi merupakan hal yang perlu di khawatirkan karena berdampak pada banyak aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Secara biologis, kecemasan menyebabkan pusing, jantung berdebar-debar, jantung berdebar, kehilangan nafsu makan, sesak nafas, keringat dingin dan lemas, serta perubahan kecil pada aktivitas atau tujuan motorik, seperti jari kaki melengkung dan rentan terhadap syok atau dikejutkan oleh suara yang tiba-tiba. Sedangkan secara psikologis, kecemasan dapat menimbulkan perasaan cemas, takut, gelisah, kebingungan, sering melamun atau melamun, sulit tidur, sulit berkonsentrasi, dan gugup (Worden, 2018).

Menurut Stuart (2016), kecemasan pada pasien pre-operasi biasanya disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk ketakutan terhadap rasa sakit yang mungkin timbul selama atau setelah operasi, kekhawatiran terhadap anestesi dan efek sampingnya, serta risiko komplikasi yang bisa terjadi selama prosedur atau pemulihan. Selain itu, ketidakpastian mengenai hasil operasi, kekhawatiran akan kehilangan kontrol atas tubuh mereka, serta adanya kondisi medis sebelumnya yang memperburuk situasi, seringkali meningkatkan kecemasan pasien.

Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) angka kecemasan di Indonesia terus meningkat, dengan prevalensi kecemasan mencapai 11,6% dari populasi orang dewasa, sekitar 75–90% pasien yang menjalani operasi mengalami kecemasan. Menurut penelitian yang dilakukan Pardede, (2021). menunjukkan tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi kecemasan responden mayoritas cemas sedang yang berjumlah sebanyak 88,9%.

Penatalaksanaan kecemasan mencakup berbagai jenis, baik secara farmakologi dan non-farmakologi, dari segi farmakologi adanya pemberian diazepam, clobazam, bromazepam, lorazepam, meprobamate, alprazolam, oxazolam, dan lain-lain, selanjutnya dari segi non-farmakologi dilakukan dengan Latihan relaksasi nafas dalam, Latihan distraksi, melakukan kegiatan spiritual, serta salah satunya ialah Latihan hipnotis lima jari. Hipnotis lima jari adalah salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan pasien, terutama mereka yang akan menjalani operasi (Dasri, 2021).

Manfaat dari memberikan teknik hipnotis lima jari dapat meningkatkan konsentrasi, memberikan ketenangan batin bagi pasien, mengurangi rasa cemas, khawatir, gelisah, mengurangi tekanan darah, detak jantung lebih rendah dan tidur menjadi nyenyak (Dekawaty, 2021),

Terapi hipnosis lima jari adalah jenis terapi relaksasi yang biasanya melibatkan proses menghidupkan kembali perjalanan hidup positif dan menyenangkan. Metode relaksasi dengan lima jari merupakan

salah satu metode *cognitive behavior therapy* yang paling efektif untuk mengurangi kecemasan tanpa efek samping dan bermanfaat terutama bagi pasien yang menjalani pembedahan (Dewi, 2021).

Metode terapi hipnotis lima jari dilakukan selama 10 menit dengan focus serta tenang, setelah 5 menit pasien diberi kembali kusioner kecemasan dan teknik terapi hipnotis lima jari dilakukan 1 kali sebelum pasien melakukan operasi (Fresia, 2024). Langkah awal tutup mata dan tarik nafas dalam selama 3 detik dan dilakukan sebanyak 3x, selanjutnya bayangkan ketika badan sehat, lanjut pindahkan jari bayangkan ketika bersama orang yang sayang, lanjut pindahkan jari ketika mendapat hadiah dari orang yang di sayangi, selanjutnya pindahkan jari bayangkan tempat indah yang pernah di kunjungi, kemudian tarik nafas dalam dan buka mata (Maryati, 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan Gita Isnaini (2024), tentang Penerapan Hipnosis lima Jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi batu ureter di ruangan mawar RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen yang membuktikan bahwa terapi hipnotis lima jari berpengaruh dalam penurunan tingkat kecemasan pasien.

Menurut penelitian yang dilakukan Nova Hardianti (2021), tentang Penerapan Hipnosis lima Jari terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan melibatkan 30 pasien pre-operasi di RS Bhayangkara Palembang, hasil analisis menggunakan uji t test didapatkan nilai *p value*

$0,000 < 0,05$. Artinya adanya pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Diana Arianti (2022) tentang Pengaruh Terapi Hipnosis lima Jari terhadap Tingkat Kecemasan pada ibu hamil selama pandemi penelitian ini dilakukan dari bulan maret sampai juli 2021 Populasi dalam penelitian ini semua ibu hamil yang ada di wilayah kerja puskesmas kuranji kota padang dengan sampel 30 responden ibu hamil. Hasil penelitian nilai p-value = 0,001 artinya ada Pengaruh Hipnosis lima Jari terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil dimasa pandemi.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan dari 2 rumah sakit yang memiliki ruangan bedah bahwa rumah sakit yang terbanyak pasien yang menjalani operasi di RS TK. III dr. Reksodiwiryo Padang sebanyak 252 orang di bulan januari 2025, sedangkan RSUD dr. Rasidin Padang sebanyak 143 pasien yang menjalani operasi dibulan januari 2025. Hasil wawancara yang peneliti lakukan di Ruang Imam Bonjol RS TK. III Dr. Reksodiwiryo Padang, terdapat 10 pasien pre operasi, di dapatkan 4 orang mengalami kecemasan ringan dan 6 orang mengalami kecemasan sedang. Dengan tanda-tanda cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung, dll. Dari 10 pasien pre operasi yang mengalami kecemasan ringan dan sedang tidak melakukan terapi hipnotis lima jari.

Penanganan kecemasan pada rumah sakit TK. III Dr. Reksodiwiryo Padang dilakukan secara non farmakologis yaitu menganjurkan pasien

tarik nafas dalam, sedangkan penanganan secara farmakologis belum diterapkan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di RS TK. III Dr. Reksodiwiryo Padang Tahun 2025.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Pengaruh terapi hipnotis Lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di RS TK. III Dr. Reksodiwiryo Padang Tahun 2025”.

C. Tujuan penelitian

1) Tujuan umum

Diketuinya pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di rumah sakit

2) Tujuan khusus

- a. Diketuinya rata-rata penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sebelum diberikan terapi hipnotis lima jari di RS TK. III Dr. Reksodiwiryo Padang

- b. Diketuainya rata-rata penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sesudah diberikan terapi hipnotis lima jari di RS TK. III Dr. Reksodiwiryono Padang
- c. Diketuainya pengaruh penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sebelum dan sesudah diberikan terapi hipnotis lima jari di RS TK. III Dr. Reksodiwiryono Padang



D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan bagi peneliti tentang riset dan metodologi penelitian terkait Pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh terapi hipnotis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di RS TK. III Dr. Reksodiwiryo Padang

2. Praktis

a. Bagi institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan berguna sebagai bahan bacaan serta menambah referensi yang ada diperpustakaan Universitas Alifah Padang khususnya tentang terapi hipnotis lima jari terhadap penurunan tingkat kecemasan pada klien pre operasi

b. Bagi instasi RS

Diharapkan dapat memberikan informasi tambahan bagi tenaga Kesehatan diruangan bedah tentang Teknik non-farmakologis yaitu dilakukan terapi hipnotis lima jari untuk menurunkan tingkat kecemasan pada klien pre operasi.

E. Ruang lingkup

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Hipnotis lima Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Klien Pre operasi. Variabel independen yaitu terapi hipnotis lima jari sedangkan variabel dependen tingkat kecemasan, Penelitian ini menggunakan metode *pre eksperiment* dengan rancangan *One Group intervension pre-test post-test* yang melibatkan klien pre operasi. Tempat penelitian adalah RS TK. III Dr. Reksodiwiryo Padang. Penelitian dilakukan pada bulan Januari 2025 s/d Agustus 2025. Pengumpulan data dilaksanakan selama 2 minggu mulai dari tanggal 18 Juli – 1 Agustus 2025. Populasi pada penelitian ini berjumlah 252 orang dengan sampel sebanyak 36 orang dengan menggunakan Rumus *Lemeshow*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kusioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS)*. Cara pengolahan data adalah analisis univariat yang bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi masing-masing variabel yang diteliti dan analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi menggunakan Uji *Wilcoxon*.