

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Katarak adalah suatu keadaan dimana lensa mata yang biasanya jernih dan bening menjadi keruh (Budiono, 2019). Katarak merupakan penyebab utama kebutaan dan merupakan penyakit degeneratif namun saat ini katarak telah ditemukan pada usia muda (35-40 tahun), hal ini disebabkan kurangnya asupan gizi dan nutrisi yang dibutuhkan tubuh. Biasanya katarak akan terjadi seiring bertambahnya usia yang tidak dapat dihindari. Tingkat keparahan pada katarak beragam dan disebabkan oleh beberapa faktor antara lain kelainan bawaan, cedera, dan obat-obatan tertentu. Kurang lebih sebanyak 90% penyebab kasus katarak yaitu faktor usia, penyebab lainnya antara lain traumatis dan kelainan bawaan (Astari, 2018).

*World Health Organization* (WHO) tahun 2012, menemukan ada 285 juta orang yang mengalami gangguan penglihatan di dunia, 39 juta mengalami kebutaan dan 246 juta memiliki low vision (Syarifah, 2019). Prevalensi katarak di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas 2018 adalah sebesar 1,8%. Prevalensi katarak tertinggi di Sulawesi Utara (3,7%), Jambi (2,8%) dan Bali (2,7%) (Kemenkes, 2018). Hasil survey *Rapid Assessment of Avoidable Blindness* (RAAB) oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Mata Indonesia (Perdami) dan Balitbangkes di 15 provinsi di Indonesia yakni di Sumatera Barat, Sumatera Utara, Sumatera Selatan, DKI Jakarta, Jawa Barat, Jawa

Tengah, Jawa Timur, Kalimantan Selatan, Bali, NTT, NTB, Sulawesi Utara, Sulawesi Selatan, Maluku dan Papua dengan sasaran populasi usia diatas 50 tahun diketahui angka kebutaan mencapai 3%. Katarak merupakan penyebab tertinggi sekitar 81%. Di Indonesia terdapat 8 juta orang mengalami gangguan penglihatan sedang dan berat. Kasus kebutaan itu paling banyak disebabkan oleh katarak sebanyak 81,2%. Diperkirakan ada sekitar 1,3 juta penduduk Indonesia yang buta karena katarak (Kemenkes RI, 2020).

Pembedahan merupakan penatalaksanaan utama pada kasus katarak. Proses pembedahan atau operasi yang dilakukan yaitu dengan mengganti lensa yang keruh dengan lensa pengganti. Pembedahan mempunyai potensi atau ancaman nyata bagi orang yang akan menjalankan operasi, karena dapat menyebabkan reaksi pada fisik dan psikologis seseorang (Syafei & Suryadi, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan Ariyanto (2019) dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Mekanisme Koping Pasien Pre Operasi Katarak di Poli Mata Rumah Sakit Tingkat III Baladhika Husada Jember Tahun 2019”, menunjukkan nilai tingkat kecemasan yang paling banyak yaitu tingkat kecemasan sedang 44 orang (45,8%). Penelitian yang dilakukan Syarifah (2019) tentang “Identifikasi Respon Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Katarak di Kabupaten 3 Jember Tahun 2019” juga menunjukkan tingkat kecemasan yang dialami pasien pre operasi katarak sebanyak 51 orang (42,5%) pasien mengalami kecemasan ringan, 33 orang (27,5%) tidak ada

kecemasan, 32 orang (26,5%) mengalami kecemasan sedang dan 4 orang (3,3%) mengalami kecemasan berat.

Tindakan operasi merupakan ancaman potensial atau aktual kepada integritas seseorang yang dapat menimbulkan kecemasan yang membangkitkan reaksi stres atau cemas baik fisiologis maupun psikologis. Setiap orang memiliki pandangan yang berbeda didalam menanggapi tindakan operasi, sehingga dapat menimbulkan respon yang berbeda-beda. Namun sering terjadi kecemasan atau kekhawatiran sebelum dilakukan tindakan operasi (Agustina *et al.*, 2023). Tanda cemas pre operasi yang dialami mungkin tidak sama untuk setiap individu satu dengan individu yang lain. Ada yang menunjukkan rasa kecemasan dengan berbicara terlalu cepat, banyak bertanya tentang suatu pertanyaan tetapi tidak menunggu jawaban pertanyaannya, mengulang pertanyaan yang sama berkali-kali, atau mengubah pembicaraan.

Kecemasan dapat didefinisikan sebagai perasaan tegang, gelisah, ketakutan, ataupun kekhawatiran akan sesuatu yang akan terjadi. Periode pre-operasi sangat berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien yang dihasilkan dari respon emosional, kognitif, atau fisiologis. Kecemasan pada pasien yang tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan perubahan psikologis maupun fisik yaitu terjadi peningkatan kerja saraf simpatis yang berhubungan dengan peningkatan frekuensi nafas, denyut jantung, tekanan darah, dan keringat dingin (Sriningsih & Pratiwi, 2022).

Kecemasan menimbulkan potensi dan ancaman nyata bagi tubuh, integritas

dan jiwa pasien yang akan menjalani operasi *sectio caesarea* (Armini *et al.*, 2018). Kecemasan pasien timbul dari pelaksanaan anesthesia yang tidak diketahui selama operasi, rasa nyeri pasca operasi, dan kegagalan seperti kecacatan atau kematian (Suparyadi *et al.*, 2021). Pada akhirnya dapat merugikan pasien itu sendiri karena hal ini akan berdampak pada pelaksanaan operasi (Faramida *et al.*, 2019).

Kecemasan intra operatif dapat menimbulkan perubahan status hemodinamik, meliputi perubahan tekanan darah, denyut jantung dan gejala lain yang mungkin terjadi seperti mual dan muntah yang menghambat proses operasi (Wardiyah & Elliya, 2016). Kecemasan berat mempengaruhi kondisi umum pasien, seperti aritmia jantung, eksaserbasi penyakit paru kronis atau bahkan peningkatan gula darah (Sholati *et al.*, 2021). Konsekuensi dari kecemasan berat terutama terjadi pada kejadian kardiak seperti infark miokard akut, gagal jantung, dan edema. Untuk itulah Penatalaksanaan dalam mengurangi kecemasan yaitu dapat menggunakan farmakologi seperti obat anti ansietas dan anti depresi, sedangkan non farmakologi seperti distraksi, relaksasi, pijat, aromaterapi dan relaksasi autogenik paru (Spreckhelsen & Chalil, 2021).

Relaksasi merupakan suatu keadaan dimana seseorang merasakan bebas mental dan fisik dari ketegangan dan stres. Teknik relaksasi bertujuan agar individu dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa ketegangan dan stres yang membuat individu merasa dalam kondisi yang tidak nyaman (Potter & Perry, 2016). Relaksasi autogenik adalah relaksasi yang berasal dari diri sendiri

berupa kata-kata atau kalimat pendek atau pikiran yang bisa membuat pikiran tenang. Teknik relaksasi dikatakan efektif apabila setiap individu dapat merasakan perubahan pada respon fisiologis tubuh seperti penurunan tekanan darah, penurunan ketegangan otot, denyut nadi menurun, perubahan kadar lemak dalam tubuh, serta penurunan proses inflamasi (Wiyono & Putra, 2021). Teknik relaksasi memiliki manfaat bagi pikiran kita, salah satunya untuk meningkatkan gelombang alfa ( $\alpha$ ) di otak sehingga tercapailah keadaan rileks, peningkatan konsentrasi serta peningkatan rasa bugar dalam tubuh. Relaksasi autogenik membantu individu untuk mengendalikan beberapa fungsi tubuh, antara lain: frekuensi jantung, aliran darah, dan tekanan darah (Muyasaroh, 2020).

Penelitian Utami & Purnomo (2021) menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terapi relaksasi autogenik terhadap kecemasan dan nyeri pasien di ICU. Penelitian Atriojo (2023) menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada variabel kecemasan pasien pre operasi setelah pemberian relaksasi autogenik. Penelitian yang sudah berjalan terkait pemberian latihan terapi relaksasi autogenik, namun penelitian masih terbatas pada metode *literature review* serta penelitian studi kasus dengan jumlah responden yang minimal, sehingga perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk melihat efektifitas latihan relaksasi autogenik untuk menurunkan kecemasan pada pasien di Rumah Sakit.

Dari fenomena ini penulis tertarik untuk melakukan “Pemberian Relaksasi

Autogenik Untuk Menurunkan Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Katarak di Ruang IBS RS Dr. Oen Solo Baru”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan rumusan dari latar belakang diatas penulis merumuskan masalah apakah relaksasi autogenik dapat menurunkan tingkat ansietas pada pasien pre operasi katarak di Ruang IBS RS Dr. Oen Solo Baru?

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh relaksasi autogenik untuk menurunkan ansietas pada pasien pre operasi katarak di Ruang IBS RS Dr. Oen Solo Baru.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui ansietas pada pasien sebelum diberikan relaksasi autogenik pada pasien pre operasi katarak.
- b. Mengetahui ansietas pada pasien setelah diberikan autogenik pada pasien pre operasi katarak.

## **D. Manfaat Penulisan**

### 1. Teoritis

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat untuk menambah ilmu dan pengetahuan pada bidang keperawatan bedah terkait dengan relaksasi autogenik untuk menurunkan ansietas pada pasien pre operasi katarak di

Ruang IBS RS Dr. Oen Solo Baru.

2. Secara Praktis

a. Bagi Perawat Kamar Operasi

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat memberikan pengetahuan tentang proses pelaksanaan serta manfaat dari pemberian relaksasi autogenik untuk menurunkan ansietas pada pasien pre operasi katarak di Ruang IBS RS Dr. Oen Solo Baru.

b. Bagi Rumah Sakit

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat meningkatkan mutu pelayanan yang ada di rumah sakit terkait ansietas pada pasien pre operasi katarak di Ruang IBS RS Dr. Oen Solo Baru.

c. Bagi Penulis

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat meningkatkan pengetahuan dan menjadi pengalaman tentang relaksasi autogenik untuk menurunkan ansietas pada pasien pre operasi katarak di Ruang IBS RS Dr. Oen Solo Baru.

STIKES BETHESDA YAKKUM