

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Operasi atau pembedahan merupakan salah satu tindakan medis yang penting dalam pelayanan kesehatan dan bertujuan untuk menyelamatkan nyawa, mencegah kecacatan, dan komplikasi. Pre operatif merupakan tahap awal untuk mempersiapkan pasien semaksimal mungkin agar bisa dilaksanakan operasi dengan baik, pemulihannya dengan cepat serta terbebas dari komplikasi pasca operatif. Penelitian di 56 negara dari 192 negara anggota World Health Organization (WHO) tahun 2020 diperkirakan 334,2 juta prosedur operasi dilakukan setiap tahun berpotensi komplikasi dan kematian. Data Tabulasi Nasional Departemen Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2016 menjabarkan bahwa tindakan bedah menempati urutan ke-11 dari 50 pola penyakit di Indonesia dengan persentase 12,8% dan diperkirakan 32% diantaranya merupakan bedah mayor, dan 25,1% mengalami kondisi kejiwaan serta 7% mengalami kecemasan.

Kecemasan merupakan gejolak emosi pada seseorang yang berhubungan dengan sesuatu yang ada diluar dirinya dan mekanisme diri yang digunakan dalam mengatasi permasalahan. Manifestasi pada kecemasan meliputi adanya perubahan fisiologis seperti berkeringat, gemtar, nyeri abdomen, detak jantung meningkat, sesak nafas dan perubahan perilaku seperti bicara cepat, gelisah, reaksi terkejut. Kecemasan ini perlu mendapat perhatian dan

intervensi keperawatan karena keadaan emosional pasien akan berpengaruh kepada fungsi tubuh menjelang operasi. Efek dari kecemasan yang tinggi dapat mempengaruhi fungsi fisiologis tubuh yang ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah, peningkatan frekuensi nadi, peningkatan frekuensi napas, diaforesis, gemetar, ketakutan, mual atau muntah, gelisah, pusing, rasa panas dan dingin. Operasi akan ditunda oleh dokter jika ada tanda-tanda tersebut.

Faktor-faktor yang mempengaruhi gejala cemas pada pasien pre operasi disebabkan berbagai faktor, salah satunya adalah faktor pengetahuan, dukungan keluarga, komunikasi atau sikap perawat dalam mengaplikasikan pencegahan kecemasan pada pasien pre operasi, dan jenis operasi Terdapat beberapa macam teknik relaksasi yang bisa digunakan untuk mengurangi rasa cemas, salah satunya yaitu dengan teknik relaksasi autogenik. Teknik relaksasi autogenik merupakan bentuk relaksasi yang bersumber dari diri sendiri. Tujuan relaksasi autogenik akan dapat membantu tubuh untuk membawa perintah melalui autosugesti agar rileks sehingga dapat mengendalikan pernafasan, tekanan darah, dan denyut jantung serta suhu tubuh. Imajinasi visual dan kata-kata verbal yang akan membuat tubuh merasa hangat, berat dan santai adalah merupakan standar latihan relaksasi autogenik. Relaksasi autogenik membantu individu untuk dapat mengendalikan beberapa fungsi tubuh seperti tekanan darah, frekuensi

jantung dan aliran darah, meningkatkan respon rileks dan menurunkan stress.

## B. Rumusan Masalah

Kecemasan menjadi salah satu permasalahan yang dialami oleh sejumlah orang saat akan dilakukan nya operasi , terapi non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah kecemasan pada pasien pre op adalah relaksasi napas dalam . Sesuai dengan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka penulis merumuskan masalah dalam karya ilmiah akhir yaitu pada pasien dengan cholelitiasis, maka penulis memberikan intervensi *terapi relaksasi Autogenic* untuk menurunkan kecemasan pada pasien dengan exsisi Mammae Assesoria di IBS Rumah Sakit Bethesa Yogyakarta tahun 2025.

## C. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui mengetahui teknik relaksasi *autogenic* untuk Menurunkan kecemasan pada pasien dengan exsisi mammae assesoria di IBS Rumah Sakit Bethesa Yogyakarta Tahun 2025.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien, dengan menggunakan *STAI (State trait anxiety inventory)* sebelum diberikan intervensi

relaksasi autogenic pada pasien dengan eksisi mammae assesoria di IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025.

- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien, dengan menggunakan *STAI S (State trait anxiety inventory)* sesudah diberikan intervensi relaksasi autogenic pada pasien dengan cholelitiasis di IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025

#### D. Manfaat

##### 1. Teoritis

Hasil karya ilmiah akhir ini dapat menjadi referensi dalam pengembangan ilmu dan pengetahuan dibidang keperawatan khususnya yang berkaitan dengan “terapi relaksasi *autogenic* untuk Menurunkan kecemasan pada pasien dengan eksisi mammae assesoria di Instalasi Bedah Sentral (IBS) Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025”.

##### 2. Praktis

###### a. Bagi Klien dan Keluarga

Klien dan keluarga mendapatkan informasi dan pengetahuan tentang intervensi terapi *relaksasi autogenik* untuk menurunkan kecemasan pada pasien dengan eksisi mammae assesoria eksisi mammae assesoria

###### b. Bagi IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta

Karya ilmiah akhir ini dapat menjadi intervensi tambahan bagi perawat dan tenaga kesehatan yang bekerja di IBS untuk diberikan

kepada pasien exsisi mammae assesoria yang mengalami masalah keperawatan kecemasan.

c. Bagi Penulis Selanjutnya

Karya ilmiah akhir ini mampu menjadi referensi untuk menulis karya ilmiah keperawatan lainnya maupun untuk metode karya ilmiah tentang intervensi teknik relaksasi *autogenic* untuk menurunkan kecemasan pada pasien dengan exsisi mammae assesoria.