

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Emotional freedom technique (EFT) merupakan terapi komplementer yang dilakukan untuk merelaksasi pikiran dan tubuh yang dilakukan dengan pemberian ketukan atau (tapping) pada beberapa titik tubuh. Sehingga mampu menurunkan persepsi nyeri atau rasa sakit yang sedang dialami. Dari beberapa titik tertentu pada tubuh (Septiningsih et al., 2021). *Emotional Freedom Techniques (EFT)* teknik singkat yang mengkombinasikan elemen tapping pada titik-titik akupunktur ringan dengan fokus kognitif/verbal pada emosi dilaporkan mampu menurunkan gejala kecemasan pada berbagai populasi. Mekanisme yang diusulkan mencakup penurunan respons stres fisiologis (mis. pengurangan Kortisol/reaksi simpatik), pengalihan perhatian, dan regulasi emosi melalui intervensi somato-emosional yang sederhana dan dapat diajarkan kepada tenaga perawat (Seok & Kim, 2024).

Operasi atau pembedahan merupakan suatu penanganan medis secara invasive yang dilakukan untuk mendiagnosa atau mengobati penyakit, injuri, atau deformitas tubuh, tindakan pembedahan akan mencederai jaringan yang dapat menimbulkan perubahan fisiologis tubuh dan

mempengaruhi organ tubuh lainnya. Prosedur operasi merupakan salah satu bentuk terapi medis yang dapat menimbulkan rasa takut, cemas hingga

stress, karena dapat mengancam integritas tubuh, jiwa dan dapat menimbulkan rasa nyeri. Perawat mempunyai peran yang sangat penting dalam setiap tindakan operasi, yaitu salah satunya untuk membantu pasien mendapatkan informasi tentang tindakan-tindakan yang akan dilakukan agar dapat mengurangi rasa cemas yang dialami pasien (Rismawan, 2019).

Phacoemulsification adalah tindakan operasi katarak modern yang menggunakan energi ultrasound untuk memecah (mengemulsikan) lensa mata yang telah keruh. Setelah lensa tersebut dipecah menjadi partikel-partikel kecil, dokter akan menyedotnya keluar dan kemudian menggantinya dengan lensa intraokular (IOL) yang jernih.

Kecemasan adalah reaksi yang tepat terhadap suatu hal yang dianggap mengancam, namun cemas menjadi tidak wajar apabila reaksi dan kemunculannya tidak tepat, baik intensitas maupun tingkatan gejalanya. Kecemasan dialami oleh semua orang dalam perjalanan kehidupannya. Kecemasan adalah hal yang lumrah dialami individu, terutama saat ia merasa tertekan dalam hidupnya. Kecemasan dapat timbul dengan sendirinya atau munculnya tergabung disertai gejala-gejala dari berbagai gangguan emosi yang lain (Nugraha, 2020). Kecemasan merupakan respon

emosional terhadap penilaian yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah, takut dan tidak tenang disertai berbagai situasi kehidupan manapun sebagai gangguan sakit (Hasanah N., 2017).

Prevalensi kecemasan preoperatif bervariasi secara signifikan, dengan perkiraan berkisar antara 11% hingga 80%, dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti pemahaman pasien tentang operasi, lingkungan ruang operasi, dan kekhawatiran tentang pemulihan. Di Indonesia, gangguan kecemasan umum terjadi, memengaruhi sekitar 6-7% populasi. Studi yang dilakukan di rumah sakit di Indonesia, seperti di Sleman, menunjukkan tingkat kecemasan praoperatif yang signifikan di kalangan pasien, di mana lebih dari separuh responden melaporkan merasa cemas sebelum menjalani operasi. Temuan ini menekankan pentingnya menangani kecemasan praoperatif untuk meningkatkan hasil bedah dan kesejahteraan pasien (Permata Sari & Rosyid, 2024).

Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta merupakan fasilitas layanan kesehatan rujukan di Yogyakarta dengan Instalasi Bedah Sentral yang aktif (kapasitas kamar operasi dan layanan bedah minimal invasif), sehingga menjadi lokasi representatif untuk menguji intervensi keperawatan baru yang ditujukan untuk menurunkan kecemasan pra-operasi.

Berdasarkan tingginya prevalensi kecemasan pra-operasi, dampak fisiologis dan klinisnya, serta bukti awal yang menjanjikan mengenai EFT pada kecemasan umum dan pra-operatif, intervensi tentang *Emotional Freedom Technique (EFT)* untuk mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi *Phacoemulfication* di Instalasi Bedah Central RS Bethesda Yogyakarta (2025) relevan dan diperlukan. efektivitas EFT, memberi dasar bagi integrasi intervensi non-farmakologis ke dalam praktik keperawatan pra-operasi, serta menyediakan rekomendasi operasional bagi tim bedah dan anestesi di rumah sakit.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk meneliti judul “Intervensi *Emotional freedom technique (EFT)* untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi *Phacoemulfication* di Instalasi Bedah Central di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan rumusan dari latar belakang diatas penulis merumuskan masalah bagaimana *Emotional Freedom Technique (EFT)* efektif dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi *Phacoemulfication* di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025?

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mampu memberikan intervensi *Emotional Freedom Technique (EFT)* dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi *Phacoemulfication* di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

Mampu menggambarkan intervensi *Emotional Freedom Technique (EFT)* dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi *Phacoemulfication* di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025.

D. Manfaat Penulisan

1. Teoritis

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat untuk menambah ilmu dan pengetahuan pada bidang keperawatan bedah terkait dengan penerapan intervensi *Emotional Freedom Technique (EFT)* dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi *Phacoemulfication* di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025.

2. Secara Praktis

a. Bagi Perawat IBS

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat memberikan pengetahuan tentang proses pelaksanaan serta manfaat dari pemberian teknik *Emotional*

Freedom Technique (EFT) dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi *Phacoemulfication* di Instalasi Bedah Sentral.

b. Bagi Rumah Sakit

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat meningkatkan mutu pelayanan yang ada di rumah sakit terkait teknik *Emotional Freedom Technique (EFT)* dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi *Phacoemulfication* di Instalasi Bedah Sentral.

c. Bagi Penulis

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat meningkatkan pengetahuan dan menjadi pengalaman berharga tentang penerapan teknik *Emotional Freedom Technique (EFT)* dalam mengurangi kecemasan pada pasien pra-operasi laparatomi di Instalasi Bedah Sentral.

STIKES BETHESDA YAKKUM