JOURNAL OF Public Health Concerns, Volume 6, No. 9, November 2026, 848-855
ISSN 2777-0826 (Print) | ISSN 2776-592X (Online)
https://phc.iphorr.id/index.php/phc/index
DOI: 10.56922

Submitted: 29 September 2026 Accepted: 25 November 2026 Published: 25 November 2026

Asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan kecemasan sebelum menjalani bedah elektif

Tuwi Yuhono*, Andoko, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Tuwi Yuhono. *Email: Tuwiyuhono1@gmail.com

Abstract

Background: Anxiety is a psychological issue frequently experienced by patients prior to undergoing elective surgery. A lack of information regarding the surgical procedure can heighten fear and worry, thereby affecting a patient's physical and psychological well-being. One non-pharmacological intervention that can be employed to reduce anxiety involves providing education through a booklet, combined with deep-breathing relaxation exercises.
Purpose: To examine the application of nursing care for patients undergoing elective surgery who experience anxiety, through the use of educational booklets in the hospital's surgical ward.
Method: This study employs a descriptive design with a case study approach, conducted from May 28 to June 2, 2026, in the surgical ward of Bintang Amin Hospital, Bandar Lampung. The study sample consists of three patients two females and one male experiencing preoperative anxiety, selected using a purposive sampling technique. The research instruments include a Standard Operating Procedure (SOP) for deep-breathing exercises (supported by an instructional booklet) and the Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS) questionnaire.
Results: Prior to the intervention, all patients experienced severe anxiety, with HARS scores of 28 for Mrs. R, 28 for Mr. S, and 31 for Mrs. E. Following the provision of educational material in the form of a booklet and training in deep-breathing relaxation exercises over a two-day period, the anxiety scores for all patients decreased to the mild anxiety category: Mrs. R's score dropped to 16 (a decrease of 12 points or 42.86%), Mr. S's score to 14 (a decrease of 14 points or 50.00%), and Mrs. E's score to 18 (a decrease of 13 points or 41.94%), representing an average reduction of 44.93%.
Conclusion: Education using booklets and deep-breathing relaxation exercises is effective in reducing anxiety in patients undergoing elective surgery.
Suggestion: Educational interventions using booklets and deep-breathing relaxation exercises are recommended for implementation as part of preoperative nursing care to enhance patients' psychological readiness before undergoing surgery.

Keywords: Anxiety; Booklet; Deep breathing relaxation; Education; Elective surgery

Pendahuluan: Kecemasan merupakan masalah psikologis yang sering dialami oleh pasien sebelum menjalani operasi elektif. Kurangnya informasi mengenai prosedur pembedahan dapat meningkatkan rasa takut dan khawatir, yang pada akhirnya memengaruhi kesejahteraan fisik maupun psikologis pasien. Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat diterapkan untuk mengurangi kecemasan adalah pemberian edukasi melalui buklet, yang dikombinasikan dengan latihan relaksasi pernapasan dalam.

DOI: https://doi.org/10.56922/phc.v6i9.21

Tujuan: Untuk menelaah penerapan asuhan keperawatan bagi pasien yang menjalani bedah elektif dan mengalami kecemasan, melalui penggunaan buklet edukasi di bangsal bedah rumah sakit.
Metode: Studi ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus, yang dilaksanakan pada tanggal 28 Mei hingga 2 Juni 2026 di ruang rawat bedah Rumah Sakit Bintang Amin, Bandar Lampung. Sampel penelitian terdiri dari tiga pasien dua perempuan dan satu laki-laki yang mengalami kecemasan praoperasi, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi Standar Operasional Prosedur (SOP) untuk latihan pernapasan dalam (dilengkapi dengan buku panduan) serta kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS).
Hasil: Sebelum intervensi, seluruh pasien mengalami kecemasan berat, dengan skor HARS sebesar 28 untuk Ny. R, 28 untuk Tn. S, dan 31 untuk Ny. E. Setelah pemberian materi edukasi berupa buklet serta pelatihan teknik relaksasi napas dalam selama dua hari, skor kecemasan seluruh pasien menurun ke kategori kecemasan ringan: skor Ny. R turun menjadi 16 (penurunan sebesar 12 poin atau 42.86%), skor Tn. S menjadi 14 (penurunan sebesar 14 poin atau 50.00%), dan skor Ny. E menjadi 18 (penurunan sebesar 13 poin atau 41.94%), yang mencerminkan penurunan rata-rata sebesar 44.93%.
Simpulan: Edukasi menggunakan media booklet dan latihan relaksasi napas dalam efektif menurunkan kecemasan pada pasien yang menjalani bedah elektif.
Saran: Intervensi edukatif yang menggunakan buklet serta latihan relaksasi pernapasan dalam direkomendasikan untuk diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan praoperasi guna meningkatkan kesiapan psikologis pasien sebelum menjalani pembedahan.

Kata Kunci: Bedah elektif; Edukasi; Kecemasan; Media booklet, Relaksasi napas dalam

PENDAHULUAN

Tindakan operasi merupakan suatu tindakan untuk menegakkan diagnosis ataupun untuk kesembuhan suatu penyakit, cidera atau cacat serta untuk mengobati penyakit ketika dengan obat sederhana tidak bisa sembuh. Pembedahan merupakan tindakan invasif dengan membuat sayatan pada tubuh yang mengalami masalah kemudian dilakukan perbaikan dan kemudian luka dijahit. Indikasi dari tindakan pembedahan yaitu untuk mendiagnosa, mengobati penyakit, rekonstruktif dan juga paliatif. Pembedahan juga bisa dilakukam sesuai tingkat urgensinya yaitu darurat atau elektif (Sianturi et al., 2022).

World Health Organization pada tahun 2024 memberikan perkiraan tindakan operasi itu mencapai 187-281 juta (2024). Sedangkan di Indonesia sendiri dari 100.000 pasien terjadi tindakan operasi sekitar 1.905 (Asiyah et al., 2023). Di negara Indonesia proses bedah ditahun 2023 menggapai 1.2 juta manusia. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia di tahun 2022 menunjukkan tindakan operasi berada diperingkat sebelas dari lima puluh penyakit dirumah sakit Indonesia, persentasi sebanyak 12.8% serta ditaksir 32% adalah kejadian pembedahan elektif.

Terdokumentasi selama ditahun 2023 prosedur bedah menduduki peringkat 11 atas 50 pengobatan penyakit di negara Indonesia, 32% merupakan bedah elektif, disertai 30.5% penderita merasakan cemas (Deliya et al., 2024). Berdasarkan data Riskesdas 2024, prevalensi operasi bedah elektif di Provinsi Lampung berjumlah 41.285 penderita operasi. Data tindakan bedah atau operasi di Rumah Sakit Bintang Amin Bandar Lampung pada tahun 2024 mencapai 3.219 tindakan dengan persentase bedah elektif sebesar 419 tindakan (13.02%). Sedangkan data bedah elektif bulan Januari 2025 didapat sebanyak 46 tindakan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Operasi menjadi salah satu keadaan pemicu kecemasan dan stress. Reaksi psikologi dan fisiologi pada prosedur operasi dan proses anastesi yang memungkinkan adanya respon kecemasan ditandai dengan naiknya tekanan darah, dan detak jantung. Pada periode preoperatif pasien akan membutuhkan persiapan terutama berkaitan dengan tubuhnya, dimana hal tersebut menjadi faktor stressor sehingga respon kecemasan yang timbul berlebihan dan berdampak pada proses operasi (Spirou et al., 2020).

Tuwi Yuhono*, Andoko, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Tuwi Yuhono. *Email: Tuwiyuhono1@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/phc.v6i9.21

Terdapat sebanyak 99% dari seluruh pasien yang menghadapi anestesi atau pembedahan berpotensi mengalami kecemasan. Kecemasan pasien mengacu pada perasaan cemas tentang prosedur, suntikan, nyeri pada luka pasca operasi, ketergantungan terhadap pasien lain, dan bahkan ancaman kematian akibat tindakan operasi dan anestesi, termasuk terjadinya cedera atau kematian yang akan segera terjadi, termasuk cedera atau kematian, akibat operasi dan anestesi (Supinganto et al., 2021). Mendapatkan sekitar 12 dari 14 pasien (86%) yang dijadwalkan menjalani prosedur operasi dan anestesi dilaporkan menderita kecemasan yang berdampak pada penundaan waktu pembedahan (Saputri et al., 2020).

Salah satu respons psikologis yang paling umum dialami oleh pasien yang akan menjalani bedah, terutama bedah elektif. Ada banyak alasan untuk kecemasan ini, seperti ketidakpastian tentang prosedur yang akan dilakukan, potensi risiko, dan pengalaman sebelumnya dengan pembedahan atau pengobatan (Laju et al., 2024). Kecemasan pasien menjelang tindakan bedah elektif merupakan masalah umum yang dihadapi di rumah sakit. Kegiatan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan ini dapat mempengaruhi hasil pembedahan dan proses pemulihan (Alfarisi, 2021). Kecemasan merupakan gangguan afektif yang ditandai dengan perasaan cemas dan khawatir yang mendalam dan terus-menerus, bukan gangguan penilaian realistis, kepribadian tetap utuh, dan perilaku mungkin terganggu, masih dalam batas normal. Pasien yang menjalani operasi seringkali mengalami kecemasan karena takut akan nyeri pasca operasi, takut akan perubahan tubuh, dan takut operasi yang dijalaninya akan gagal (Siburian, 2021).

Dengan memberikan informasi yang jelas tentang prosedur, risiko, dan tindakan yang akan diambil, edukasi preoperatif dapat membantu mengurangi kecemasan (Sandra et al., 2023). Kecemasan yang tinggi pada pasien bedah dapat memengaruhi hasil pembedahan, seperti waktu pemulihan yang lebih lama, kebutuhan obat analgesik yang lebih tinggi, dan bahkan hasil klinis secara keseluruhan (Nugroho et al., 2025). Instruksi sebelum operasi adalah cara terbaik untuk mengurangi kecemasan pasien.

Jika pasien menerima informasi yang jelas dan rinci tentang prosedur bedah, risiko yang mungkin terjadi, dan apa yang dilakukan selama dan setelah pembedahan, mereka dapat lebih memahami prosedur dan kurang takut (Ismayadi et al., 2025). Pelatihan preoperatif yang memadai cenderung membuat pasien lebih tenang dan percaya diri saat menjalani prosedur (Fibrian, & Suryawati, 2023). Kecemasan dapat diatasi dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Kecemasan farmakoterapi adalah upaya untuk mengurangi atau menghilangkan kecemasan dengan obat-obatan farmakologi seperti benzodiazepin, buspirone dan lain-lain (Fitriana, 2020). Metode nonfarmakologi meliputi teknik relaksasi, psikoterapi, terapi musik, akupresur, aromaterapi, dan terapi distraksi dan pendidikan kesehatan (Gerliandi et al., 2021).

Edukasi preoperatif terbukti efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan dan penelitian menemukan bahwa pendekatan yang berfokus pada rasa empati yang diberikan kepada pasien secara signifikan mampu mengurangi kecemasan, mempercepat waktu pemulihan paska bedah dan penyembuhan luka serta meningkatkan kepuasan pasien dengan kejelasan informasi yang diberikan. Dukungan dari keluarga, teman, tenaga medis serta pemberian obat-obatan ansiolitik atau antidepresan dapat membantu meredakan kecemasan yang parah tetapi obat-obatan tersebut dikaitkan dengan risiko potensi efek samping yang dapat muncul (Zulfa, 2025).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Bintang Amin didapatkan pasien yang menjalani program operasi yaitu 10 pasien dengan 6 pasien dengan kecemasan ringan, 3 pasien dengan kecemasan sedang dan 1 pasien mengalami kecemasan berat. 10 pasien mengatakan merasa takut terhadap proses operasi, anestesi, dan kondisi setelah operasi. Selain itu, edukasi yang diberikan masih dominan menggunakan metode lisan sehingga informasi yang diterima pasien terkadang kurang dipahami secara optimal. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya inovasi dalam pemberian edukasi kesehatan kepada pasien preoperatif, salah satunya melalui media booklet.

Tuwi Yuhono*, Andoko, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Tuwi Yuhono. *Email: Tuwiyuhono1@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/phc.v6i9.21

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan penelitian untuk menganalisis pengaruh pemberian edukasi menggunakan media booklet terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi. Edukasi preoperatif merupakan salah satu upaya promotif dan preventif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan serta pemahaman pasien mengenai prosedur pembedahan, persiapan sebelum operasi, dan perawatan setelah operasi. Penyampaian informasi secara terstruktur melalui media booklet diharapkan dapat membantu pasien memahami tahapan tindakan pembedahan, mengurangi ketidakpastian, serta meningkatkan kesiapan fisik dan psikologis dalam menghadapi operasi.

Penurunan tingkat kecemasan menjadi hal penting karena kecemasan yang berlebihan dapat memicu respons fisiologis, seperti peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis yang berpotensi menyebabkan peningkatan tekanan darah dan denyut jantung. Kondisi tersebut dapat memengaruhi stabilitas hemodinamik pasien serta berpotensi menghambat pelaksanaan tindakan pembedahan apabila diperlukan evaluasi atau penundaan operasi. Oleh karena itu, pemberian edukasi preoperatif melalui media booklet diharapkan dapat menjadi intervensi nonfarmakologis yang efektif, mudah dipahami, dan dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi pasien secara mandiri. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah mengenai manfaat edukasi berbantuan booklet dalam menurunkan kecemasan, meningkatkan kesiapan pasien, serta mendukung kelancaran pelaksanaan tindakan pembedahan sesuai jadwal yang telah ditentukan.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus (*case study*) melalui penerapan asuhan keperawatan pada pasien yang menjalani bedah elektif dengan gangguan kecemasan menggunakan edukasi media booklet. Pendekatan studi kasus dilakukan secara komprehensif mulai dari tahap pengkajian, penegakan diagnosis keperawatan, perencanaan intervensi, implementasi, hingga evaluasi keperawatan pada pasien yang mengalami kecemasan preoperatif. Kegiatan dilaksanakan di Ruang Bedah Rumah Sakit Bintang Amin Bandar Lampung pada tanggal 28 Mei -02 Juni 2026.

Populasi dalam kegiatan ini adalah seluruh pasien yang menjalani bedah elektif di Ruang Bedah Rumah Sakit Bintang Amin Bandar Lampung selama tiga bulan terakhir sebanyak 384 pasien. Sampel dalam kajian ini berjumlah 3 pasien yang mengalami gangguan kecemasan sebelum menjalani tindakan bedah elektif, terdiri dari 2 pasien perempuan (Ny. R dan Ny. E) dan 1 pasien laki-laki (Tn. S). Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dan memenuhi kriteria inklusi serta eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi dalam kegiatan ini meliputi pasien yang akan menjalani bedah elektif, mengalami kecemasan ringan hingga berat, berada dalam kondisi sadar penuh, mampu berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi partisipan. Adapun kriteria eksklusi meliputi pasien dengan gangguan kesadaran, pasien yang mengalami gangguan pendengaran atau gangguan kognitif, pasien dengan kondisi gawat darurat, serta pasien yang tidak bersedia mengikuti penelitian hingga selesai. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Standar Operasional Prosedur (SOP) latihan napas dalam dengan media booklet sebagai pedoman dalam pemberian intervensi keperawatan serta lembar kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS) untuk mengukur tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah intervensi diberikan.

Kegiatan pengkajian awal meliputi pengumpulan data identitas pasien, riwayat kesehatan, pemeriksaan fisik, dan pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner *HARS*. Berdasarkan hasil pengkajian kemudian ditegakkan diagnosis keperawatan gangguan kecemasan pada pasien preoperatif. Tahap berikutnya adalah penyusunan intervensi keperawatan berupa pemberian edukasi menggunakan media booklet yang berisi informasi mengenai prosedur bedah elektif, persiapan sebelum operasi, serta latihan napas dalam untuk membantu mengurangi kecemasan. Implementasi dilakukan sesuai dengan rencana keperawatan dan melibatkan pasien secara aktif dalam proses edukasi dan latihan napas dalam. Selanjutnya dilakukan evaluasi terhadap respons pasien dengan mengukur kembali tingkat kecemasan menggunakan kuesioner *HARS* dan membandingkan perubahan kondisi pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi keperawatan.

Tuwi Yuhono*, Andoko, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Tuwi Yuhono. *Email: Tuwiyuhono1@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/phc.v6i9.21



Gambar 1. Dokumentasi Penelitian

HASIL

Tabel 1. Demografi karakteristik partisipan(N=3)

Variabel	Hasil		
Identitas	**Ny. R**	**Tn. S**	**Ny.E**
Jenis kelamin	Perempuan	Laki-laki	Perempuan
Tindakan medis	Bedah elektif	Bedah elektif	Bedah elektif
Keluhan utama	Takut dan khawatir operasi	Takut dan khawatir operasi	Takut dan khawatir operasi
Diagnosa keperawatan	Ansietas	Ansietas	Ansietas
Tingkat kecemasan (HARS)(skor)			
Pre-test	28 Poin	28 Poin	31 Poin
Post-test hari ke-2	16 Poin	14 Poin	18 Poin
Selisih penurunan	-12 Poin (42.86%)	-14 Poin (50.00%)	-13 Poin (41.94%)
Kategori awal	Kecemasan berat	Kecemasan berat	Kecemasan berat
Kategori akhir	Kecemasan ringan	Kecemasan ringan	Kecemasan ringan

PEMBAHASAN

Kegiatan asuhan keperawatan pada pasien yang menjalani bedah elektif dengan gangguan kecemasan melalui edukasi media booklet dilaksanakan pada tanggal 28 Mei-02 Juni 2026 di Ruang Bedah Rumah Sakit Bintang Amin Bandar Lampung. Subjek dalam studi kasus ini berjumlah tiga pasien pasien yang mengalami kecemasan preoperatif, terdiri dari dua pasien perempuan (Ny. R dan Ny. E) dan satu pasien laki-laki (Tn. S). Berdasarkan hasil pengkajian, seluruh pasien mengatakan merasa takut dan khawatir terhadap tindakan operasi yang akan dijalani, takut terhadap prosedur anestesi, nyeri setelah operasi, serta kemungkinan terjadinya komplikasi. Selain itu, pasien tampak gelisah, tegang, sulit tidur, dan sering menanyakan kembali mengenai prosedur pembedahan yang akan dilakukan. Hasil pengukuran tingkat kecemasan menggunakan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS) menunjukkan bahwa Ny. R memperoleh skor 28, Tn. S memperoleh skor 28, dan Ny. E memperoleh skor 31, yang seluruhnya termasuk dalam kategori kecemasan berat. Berdasarkan hasil pengkajian tersebut, diagnosis keperawatan yang ditegakkan pada ketiga pasien adalah ansietas berhubungan dengan krisis situasional dan kurangnya informasi mengenai tindakan pembedahan yang akan dijalani. Intervensi keperawatan yang diberikan berupa edukasi menggunakan media booklet mengenai prosedur bedah elektif, persiapan sebelum operasi, serta latihan relaksasi napas dalam untuk membantu mengurangi kecemasan pasien. Implementasi dilakukan selama dua hari dengan memberikan pendidikan kesehatan, demonstrasi teknik relaksasi napas dalam, serta melibatkan pasien secara aktif dalam proses edukasi.

Tuwi Yuhono*, Andoko, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Tuwi Yuhono. *Email: Tuwiyuhono1@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/phc.v6i9.21

Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada seluruh pasien setelah diberikan intervensi. Ny. R mengalami penurunan skor *HARS* dari 28 menjadi 16 atau menurun sebesar 12 poin (42.86%), Tn. S mengalami penurunan dari 28 menjadi 14 atau menurun sebesar 14 poin (50.00%), sedangkan Ny. E mengalami penurunan dari 31 menjadi 18 atau menurun sebesar 13 poin (41.94%). Setelah intervensi, seluruh pasien mengalami perubahan kategori kecemasan dari kecemasan berat menjadi kecemasan ringan. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan asuhan keperawatan melalui edukasi media booklet dan latihan relaksasi napas dalam efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani bedah elektif. Penurunan tingkat kecemasan terbesar terjadi pada Tn. S dengan persentase penurunan sebesar 50.00%, diikuti oleh Ny. R sebesar 42.86% dan Ny. E sebesar 41.94%. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi media booklet dan latihan relaksasi napas dalam dapat digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan kecemasan pada pasien preoperatif dan layak direkomendasikan sebagai bagian dari pelayanan keperawatan di ruang bedah.

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa ketiga pasien yang akan menjalani bedah elektif mengalami kecemasan berat sebelum diberikan intervensi. Berdasarkan hasil pengkajian menggunakan instrumen *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS), Ny. R dan Tn. S memperoleh skor 28, sedangkan Ny. E memperoleh skor 31. Ketiga pasien mengatakan merasa takut terhadap tindakan operasi, anestesi, nyeri setelah operasi, serta kemungkinan terjadinya komplikasi. Secara objektif pasien tampak gelisah, tegang, sulit tidur, dan sering menanyakan kembali mengenai prosedur pembedahan yang akan dilakukan. Kecemasan pada pasien preoperatif merupakan respons psikologis yang sering muncul akibat kurangnya informasi mengenai prosedur operasi dan ketidakpastian terhadap hasil tindakan yang akan dijalani. Kondisi ini dapat menimbulkan perubahan fisiologis seperti peningkatan denyut jantung, peningkatan tekanan darah, gangguan tidur, dan bahkan menyebabkan penundaan tindakan operasi.

Hal ini menunjukkan bahwa pasien yang akan menjalani pembedahan memerlukan intervensi yang dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesiapan mental sebelum operasi. Pada, intervensi yang diberikan berupa edukasi menggunakan media booklet yang dikombinasikan dengan latihan relaksasi napas dalam. Media booklet dipilih karena berisi informasi yang jelas, mudah dipahami, dapat dibaca berulang kali, dan membantu pasien memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai prosedur operasi dan anestesi sehingga mampu mengurangi ketidakpastian dan rasa takut yang dirasakan pasien. Pemberian edukasi menggunakan media booklet secara signifikan dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum dilakukan tindakan anestesi dan pembedahan dengan nilai signifikansi *p-value*<0.002 ($p<0.05$). Media booklet efektif digunakan sebagai sarana edukasi pada pasien preoperatif. Selain edukasi melalui media booklet, pasien juga diberikan latihan relaksasi napas dalam. Teknik ini bekerja dengan meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis sehingga tubuh menjadi lebih rileks, ketegangan otot berkurang, denyut jantung menjadi lebih teratur, dan perasaan cemas menurun (Saputri, 2020). Setelah dilakukan implementasi selama dua hari, seluruh pasien mengalami penurunan tingkat kecemasan. Ny. R mengalami penurunan skor *HARS* sebesar 12 poin (42.86%), Tn. S mengalami penurunan sebesar 14 poin (50.00%), dan Ny. E mengalami penurunan sebesar 13 poin (41.94%). Seluruh pasien mengalami perubahan kategori kecemasan dari kecemasan berat menjadi kecemasan ringan.

Intervensi nonfarmakologis berupa relaksasi efektif dalam menurunkan kecemasan pasien preoperatif. Studi tersebut menunjukkan adanya penurunan skor kecemasan secara bermakna setelah pemberian intervensi relaksasi dengan nilai $p=0.000$ ($p<0.05$). Penurunan kecemasan terjadi karena pasien memperoleh rasa nyaman, lebih tenang, serta memiliki kemampuan koping yang lebih baik dalam menghadapi prosedur operasi (Rahayu et al., 2025). Penurunan kecemasan terbesar dalam kegiatan ini terjadi pada Tn. S dengan persentase penurunan sebesar 50.00%.

Tuwi Yuhono*, Andoko, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Tuwi Yuhono. *Email: Tuwiyuhono1@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/phc.v6i9.21

Hal ini diduga karena Tn. S lebih kooperatif selama proses edukasi, memiliki kemampuan memahami informasi yang diberikan dengan baik, serta mampu mengikuti latihan relaksasi napas dalam secara optimal. Sementara itu, Ny. R dan Ny. E juga menunjukkan penurunan kecemasan yang cukup baik, meskipun tidak sebesar Tn. S, yang kemungkinan dipengaruhi oleh perbedaan persepsi terhadap operasi, pengalaman sebelumnya, serta mekanisme koping masing-masing individu. Sejalan dengan studi sebelumnya, edukasi melalui media booklet yang dikombinasikan dengan latihan relaksasi napas dalam efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani bedah elektif (Moninda, 2020; Handayani & Rahmayati, 2018). Intervensi ini dapat dijadikan sebagai salah satu tindakan keperawatan nonfarmakologis yang mudah diterapkan, aman, serta dapat direkomendasikan sebagai bagian dari pelayanan keperawatan preoperatif untuk meningkatkan kesiapan psikologis pasien sebelum menjalani tindakan pembedahan.

SIMPULAN

Pemberian asuhan keperawatan melalui edukasi media booklet dan latihan relaksasi napas dalam efektif menurunkan tingkat *preoperative* pada pasien bedah elektif di Ruang Bedah Rumah Sakit dari kategori kecemasan berat menjadi kecemasan ringan.

SARAN

Disarankan kepada pihak rumah sakit khususnya perawat di ruang bedah agar dapat mengoptimalkan pemberian edukasi preoperatif menggunakan media booklet yang dikombinasikan dengan latihan relaksasi napas dalam sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis preoperative untuk meningkatkan kesiapan psikologis pasien sebelum operasi. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan desain penelitian yang lebih kuat seperti *quasi-experimental* atau *randomized controlled trial*, serta menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan, seperti dukungan keluarga, pengalaman operasi sebelumnya, tingkat pendidikan, dan mekanisme koping pasien.

DAFTAR PUSTAKA

Alfarisi, W. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pasien pre operasi bedah mayor elektif di Ruang Nyi Ageng Serang RSUD Sekarwangi. *Jurnal Health Society, 10*(1), 56–66. https://doi.org/10.62094/jhs.v10i1.26

Asiyah, R. S. F., Suandika, M., & Yudono, D. T. (2023). Gambaran Aldrete score pada pasien post operasi dengan general anestesi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 6*(3), 1035–1042. https://doi.org/10.37287/jppp.v6i3.2463

Fibrian, K. C., & Suryawati, C. (2023). Peran komunikasi dan edukasi praoperatif terhadap kepuasan pasien pascaoperasi katarak: Literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia, 6*(2), 222–231. https://doi.org/10.56338/mppki.v6i2.3090

Fitriana, C. (2020). *Manajemen nonfarmakologis terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi: Literature review* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Semarang].

Gerliandi, G. B., Maniatunufus, M., Pratiwi, R. D. N., & Agustina, H. S. (2021). Intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan pada mahasiswa: Sebuah narrative review. *Jurnal Keperawatan BSI, 9*(2), 234–245. https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/624

Handayani, R. S., & Rahmayati, E. (2018). Pengaruh aromaterapi lavender, relaksasi otot progresif dan guided imagery terhadap kecemasan pasien pre operatif. *Jurnal Kesehatan, 9*(2), 319–324. https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.984

Ismayadi, I., Togatorop, L., Anwar, S., Sianturi, M. I. B., Damanik, B. N., Nilawati, & Hely. (2025). *Keperawatan medikal bedah*. PT Global Teras Fana.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Laporan kinerja Kementerian Kesehatan tahun 2024*. https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5852/

Tuwi Yuhono*, Andoko, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Tuwi Yuhono. *Email: Tuwiyuhono1@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/phc.v6i9.21

Laju, I. K., Kurniadi, D., Krisnawati, L., Sariyulis, & Wijaya, K. W. (2024). Mengoptimalkan operasi pelabuhan: Tinjauan literatur tentang hubungan antara manajemen fasilitas, sumber daya manusia, perizinan, produktivitas bongkar muat, dan kinerja pelabuhan dalam transportasi maritim. *ATRIA: Jurnal Multidisiplin Riset Ilmiah, 1*(2), 31–42. https://doi.org/10.62554/mzbj4155

Moninda, I. (2020). *Penggunaan leaflet dan booklet dalam pemberian informasi prosedur anestesi spinal terhadap kecemasan pasien pre operasi di RSUD Wates* [Skripsi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta]. https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2564/

Nugroho, I. A., Sulistyaningrum, N. D. P., Chrisnawati, C., Milwati, S., Siregar, E. S., Setyarini, A., Sukraeny, N., Agustiyaningsih, T., & Azizah, I. A. (2025). *Bunga rampai keperawatan bedah: Pendekatan dan perawatan pasien pre-operasi, intra-operasi, dan pasca-operasi*. PT Nuansa Fajar Cemerlang.

Rahayu, T. P., Qorahman, W., Sucipto, A., & Lestari, L. (2025). *Pengaruh hipnosis lima jari terhadap kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea (SC) di ruang Bengkirai RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun* [Skripsi, STIKes Borneo Cendekia Medika]. https://repository.stikesbcm.ac.id/id/eprint/549/

Sandra, S., Ennimay, E., Handra, D., & Rahmanisa, T. A. (2023). *Edukasi perioperatif: Persiapan hingga pelaksanaan pada pasien laparatomi*. Zahir Publishing.

Saputri, K. D. (2020). *Pengaruh pendidikan kesehatan pre operasi menggunakan media leaflet terhadap tingkat kecemasan pasien dengan spinal anestesi di RSUD Wates Kulon Progo Yogyakarta* [Skripsi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta]. https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2482/

Saputri, N. A. S., Prayogi, A. S., & Mardalena, I. (2020). Waiting time pre anestesi berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien pre operasi. *Jurnal Teknologi Kesehatan, 16*(1), 16–22. https://doi.org/10.29238/jtk.v16i1.580

Sianturi, I. M., Putri, I. M., & Maulidah. (2022). *Pengaruh penyuluhan mobilisasi pasca spinal anestesi terhadap pengetahuan pasien di RSIA Mitra Plumbon Majalengka Cirebon Jawa Barat* [Skripsi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta]. https://digilib.unisayogya.ac.id/6712/

Siburian, C. H. (2021). Hubungan kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien pre operasi transurethral resection of the prostate (TURP) di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan. *Indonesian Trust Health Journal, 4*(2), 491–498. https://doi.org/10.37104/ithj.v4i2.83

Spirou, D., Raman, J., & Smith, E. (2020). Psychological outcomes following surgical and endoscopic bariatric procedures: A systematic review. *Obesity Reviews, 21*(6), e12998. https://doi.org/10.1111/obr.12998

Supinganto, A., Pramana, C., Sirait, L. I., Kumalasari, M. L. F., Hadi, M. I., Ernawati, K., Staryo, N. A., Suprayitno, E., Nurhidayah, & Hadi, S. P. I. (2021). The use of masks, as an effective method in preventing the transmission of the COVID-19, during pandemic and the new normal era: A review. *International Journal of Pharmaceutical Research, 13*(2), 558–564. https://doi.org/10.31838/ijpr/2021.13.02.113

World Health Organization. (2024). *Global patient safety report 2024*. https://www.who.int/publications/i/item/9789240095458

Zulfa, D. (2025). *Pengaruh kombinasi terapi butterfly hug dan meditasi mindfulness terhadap tingkat kecemasan pada pasien preoperatif di RSUD Hajjah Andi Depu* [Skripsi, Universitas Sulawesi Barat]. https://repository.unsulbar.ac.id/id/eprint/2128/

Tuwi Yuhono*, Andoko, Aryanti Wardiyah

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Tuwi Yuhono. *Email: Tuwiyuhono1@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.56922/phc.v6i9.21