

Pengaruh Tehnik Distraksi Auditori Terhadap Tingkat Kecemasan Klien Preoperasi Appendisitis

Effect of distraction auditory technique to anxiety level of preoperatif appendicitis cliens

Sutinah*

Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Harapan Ibu Jambi
Jalan Tarmizi Kadir No. 71 Pakuan Baru Jambi 36132

*korespondensi : Ns.titin@gmail.com

Abstract

Anxiety is a symptom of unclear concerns, this is related to feelings of uncertainty and helplessness. One therapy for reducing anxiety levels is distraction techniques by listening to music (classical). The classical music has shown the lowest effect on the heart so it can reduce anxiety levels. Clients who has appendic's surgery, often there is an increase in blood pressure, pulse and body temperature as many as 36 clients who are always changing due to anxiety causing a delay in the operation that will be undertaken. This study was conducted to determine the effect of audiotory distraction techniques on the level of anxiety of preoperative appendixitis clients. This research is a quantitative research with a quasi experimental design, one group pre-post test design. This research was conducted in Raden Mattaher General Hospital Jambi, the sample in this study were clients who would undergo appendic surgery as many as 20 people with accidental sampling technique. The data collection tool uses a questionnaire. The data was processed and analyzed by the dependent T statistical test. The results of statistical tests showed that the average level of anxiety before (pre) was 2.60 and the average level of anxiety after (post) 1.60 with p-value 0.000, meaning that the audiotype distraction technique affected the decrease in anxiety level of preoperative appendixitis clients.

Keywords : Appendixitis, Anxiety Level, Distraction

Pendahuluan

Tindakan pembedahan akan mengakibatkan reaksi psikologis yaitu kecemasan. Sekitar 80% dari pasien yang akan menjalani pembedahan melaporkan mengalami kecemasan. Kecemasan ini jika tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan peningkatan rate, kontraksi jantung, dilatasi pupil, penurunan mortalitas gastrointestinal tract hingga terjadi glikogenolisis dan glukoneogenesis di hepar (1)

Reaksi stres fisiologis maupun psikologis dan merupakan pengalaman yang sulit bagi hampir semua pasien timbul pada kegiatan pembedahan sehingga akan mempengaruhi respon klien sebelum dilakukan pembedahan. Berbagai kemungkinan buruk bisa terjadi yang akan membahayakan bagi pasien. Maka tidak heran jika sering kali pasien dan keluarga menunjukkan sikap yang berlebihan dengan kecemasan yang dialami. Takut nyeri setelah pembedahan, takut terjadi perubahan fisik

(menjadi buruk rupa dan tidak berfungsi normal), takut keganasan (bila diagnosa yang ditegakan belum pasti), takut atau cemas mengalami kondisi yang sama dengan orang lain yang mempunyai penyakit yang sama, takut menghadapi ruang operasi, peralatan bedah dan petugas, takut mati saat dilakukan anestesi, dan takut operasi akan gagal merupakan berbagai alasan yang dapat menyebabkan ketakutan atau kecemasan pasien dalam menghadapi tindakan pembedahan (2)

Pasien yang akan menjalani pembedahan umumnya akan mengalami masalah psikososial yaitu perasaan cemas dan takut. Kecemasan yang dialami terkait dengan prosedur yang harus dijalani dan mengancam kesehatan jiwa akibat dari pembedahan dan tindakan pembiusan. Penyebab kecemasan pasien dalam menghadapi pembedahan antara lain nyeri setelah pembedahan, terjadi perubahan fisik, menjadi buruk rupa dan tidak berfungsi normal (*body image*), takut akan keganasan

penyakit, takut mengalami kondisi yang sama dengan orang lain, takut menghadapi ruang operasi, peralatan pembedahan dan petugas, takut akan kematian dan tidak sadar setelah pembiusan serta takut operasi akan gagal (3)

Cemas muncul pada saat seseorang akan melakukan sesuatu yang akan mengakibatkan nyeri seperti tindakan pembedahan. Ditambah lagi jika seseorang belum pernah memiliki pengalaman tentang pembedahan tersebut, sehingga akan muncul beberapa pendapat didalam dirinya sendiri. Dugaan-dugaan inilah yang akan memicu seseorang sehingga menimbulkan suatu sikap antipasti, khawatir atau cemas (4).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2017 tentang jumlah klien appendisitis angka tertinggi didapatkan di RSUD Raden Mattaher Jambi sebanyak 286 yang mengalami penundaan operasi sebanyak 52 klien.

Saat ini telah banyak dikembangkan terapi-terapi keperawatan untuk menangani kecemasan ataupun nyeri, distraksi adalah metode untuk menghilangkan nyeri dan kecemasan dengan cara mengalihkan perhatian pasien sehingga pasien lupa terhadap nyeri atau kecemasan yang dirasakan. Beberapa teknik distraksi antara lain: distraksi pernafasan, distraksi mendengarkan, distraksi visual, distraksi intelektual (5)

Beberapa bentuk distraksi mendengar lagu, *massage*, membayangkan hal-hal yang indah sambil menutup mata. Namun tidak semua pasien mencapai peredaan nyeri melalui distraksi, terutama mereka yang mengalami nyeri hebat (4)

Penelitian lain yang terkait menurut (6), tentang penurunan kecemasan pasien *one day surgery* menggunakan terapi musik hasil uji statistik didapatkan $p=0.000$ ($p<0,05$) ini menunjukkan ada pengaruh penurunan kecemasan setelah diberikan terapi musik. Penelitian lain terkait kecemasan dengan terapi yang lain menurut (7), tentang dzikir 4t terhadap penurunan kecemasan pada pasien sindrom koroner akut hasil uji statistik didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa $p=0,001$ ($p<0,05$) ini menunjukkan ada pengaruh dzikir 4t terhadap penurunan kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (8) diketahui bahwa adanya pengaruh tehnik distraksi auditori terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan nilai *p-value* 0,005. Adapun sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 responden.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti pada bulan Maret 2018 di RSUD Raden mattaher Jambi diketahui bahwa tehnik distraksi auditori musik klasik sudah dilakukan diruangan tindakan operasi sedangkan dari hasil wawancara dan observasi terhadap 6 orang pasien appendisitis pre operasi, didapatkan 3 orang klien merasa takut dan tidak mengetahui prosedur operasi dan gejala yang dialami pasien yaitu sedikit tegang tetapi masih sadar akan lingkungan dan tenang. 2 orang klien mengalami penundaan operasi dikarenakan mengalami khawatir akan kehilangan fungsi tubuhnya yang ditandai dengan tekanan darah meningkat, tampak tegang, gemetar dan mengatakan tidak mau dioperasi dan 1 orang klien tidak mengalami kecemasan dikarenakan telah mengetahui prosedur operasi.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian pre eksperimen dengan pendekatan rancangan penelitian *one group pre tests-post test design*. Penelitian ini dilakukan di RSUD Raden Mattaher Jambi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh klien pre operasi appendiksitis yang mengalami penundaan operasi tahun 2017 sebanyak 52 klien. Sampel dalam penelitian ini adalah klien yang akan menjalani operasi appendisitis sebanyak 20 orang dengan tehnik *accidental sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data diolah dan dianalisa dengan uji statistik *T dependent*.

Hipotesa penelitian ini adalah ada pengaruh tehnik distraksi auditori terhadap tingkat kecemasan klien preoperasi appendisitis. Tehnik pengolahan data yang telah melalui beberapa tahap: 1) *Editing* dilakukan untuk melihat kelengkapan data 2) *Coding* tindakan memberi kode pada kuesioner responden 3) *Entry* data kegiatan memasukkan data kedalam program komputer untuk dilakukan analisis menggunakan *softwer statistic* 4) *Cleaning* kegiatan yang dilakukan untuk mengecek

kembali apakah masih terdapat kesalahan data atau tidak. Etika penelitian dilaksanakan untuk melindungi responden yang menjadi subyek penelitian. Etika penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam penelitian, mengingat penelitian keperawatan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan. Peneliti memegang prinsip *scientific attitude* sikap ilmiah dan mempertimbangkan aspek sosio, etika, harkat martabat kemanusiaan.

Sebelum penelitian dilakukan, responden yang memenuhi syarat diberikan penjelasan tentang tujuan penelitian, manfaat penelitian, jaminan kerahasiaan penelitian, kenyamanan, peran yang dapat dilakukan oleh responden yang menjadi subyek penelitian. Setiap responden diberi hak penuh untuk menyetujui atau menolak menjadi responden dengan cara menandatangani *informed consent* untuk kesediaan menjadi responden dalam penelitian ini yang telah disiapkan oleh peneliti.

Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan dan menjunjung tinggi etika penelitian. Prinsip pertama mempertimbangkan hak responden untuk mendapatkan informasi, terbuka yang berkaitan dengan penelitian serta bebas menentukan pilihan (*autonomy*). Prinsip kedua tidak menampilkan informasi nama, alamat asal responden dalam kuesioner dan alat ukur untuk menjamin kerahasiaan (*confidentiality*) untuk itu peneliti akan menggunakan nomor responden. Konotasi keterbukaan dan keadilan (*justice*) dengan menjelaskan prosedur penelitian dan memperhatikan kejujuran (*honesty*) serta ketelitian, responden bebas dari rasa tidak nyaman fisik maupun psikologis (*non maleficence*) dibuktikan dengan tempat penelitian yang nyaman

Hasil

Jumlah responden sebanyak 20 klien, dengan karakteristik dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Usia		
20-30 tahun	5	25
31-40 tahun	10	50

>40 tahun	5	25
Jumlah	20	100
Tingkat Pendidikan		
SMP	5	25
SMA	13	65
Perguruan Tinggi	2	10
Jumlah	20	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden lebih banyak berusia 31-40 tahun (50%), mayoritas tingkat pendidikan SMA (65%).

Hasil statistik tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Dapat dilihat pada tabel 2:

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah

Variabel	Mean	SD	Min	Mak	95% CI
Tingkat Kecemasan Sebelum	2.60	0.503	2.00	3.00	2.36-2.84
Tingkat Kecemasan Sesudah	1.60	0.598	1.00	3.00	1.32-1.88

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan sebelum diberikan tehnik distraksi auditori dalah 2.60 (95% CI: 2.36-2.84), dengan standar deviasi 0.503. Nilai terendah 2.00 dan nilai tertinggi 3.00. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% di yakini bahwa rata-rata tingkat kecemasan adalah 2.36 sampai dengan 2.84. Sedangkan rata-rata tingkat kecemasan sesudah diberikan tehnik distraksi auditori adalah 1.60 (95% CI: 1.32-1.88), dengan standar deviasi 0.598. Nilai terendah 1.00 dan nilai tertinggi 3.00. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata tingkat kecemasan adalah 1.32 sampai dengan 1.88.

Setelah dilakukan analisis bivariat, diketahui adanya pebedaan nilai rata-rata tingkat kecemasan responden preoperatif appendisititis, dapat dilihat pada tabel 3:

Tabel 3. Perbedaan Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah

Variabel	Mean	SD	SE	P.Value
Tingkat Kecemasan Sebelum	2.60	0.503	0.113	0.000
Tingkat Kecemasan Sesudah	1.60	0.598	0.138	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh tehnik distraksi auditori terhadap tingkat kecemasan klien preoperasi appendisititis

Pembahasan

1. Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Tehnik Distraksi Auditori

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sebelum dilakukan tehnik distraksi auditori pada klien preoperasi appendisititis mayoritas berada dalam tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 16 orang (80%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahadewi (2015) yang menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada klien preoperasi yang paling tinggi yaitu berada dalam tingkat kecemasan sedang (84,3%) (9).

Kecemasan juga muncul bila ada ancaman ketidakberdayaan, kehilangan kendali, perasaan kehilangan fungsi-fungsi dan harga diri, kegagalan pertahanan, perasaan terisolasi (5). Pasien yang akan menjalani pembedahan umumnya akan mengalami masalah psikososial yaitu perasaan cemas dan takut. Prosedur asing yang harus dijalani dan juga mengancam kesehatan jiwa akibat segala prosedur pembedahan dan tindakan pembiusan biasanya akan menimbulkan kecemasan. Penyebab kecemasan pasien dalam menghadapi pembedahan antara lain takut akan keganasan penyakit, takut mengalami kondisi yang sama dengan orang lain, takut menghadapi ruang operasi, peralatan pembedahan dan petugas, takut akan kematian dan tidak sadar setelah pembiusan serta takut operasi akan gagal (3).

Tanda-tanda kecemasan pasien pre operasi mungkin tidak sama untuk setiap

individu. Ada yang menunjukkan kecemasan dengan berbicara terlalu cepat, banyak bertanya, tetapi tidak menunggu jawaban dari pertanyaannya, mengulang pertanyaan yang sama, atau mengubah pembicaraan. Ada yang mengatakan tidak cemas tetapi tingkahnya menunjukkan kecemasan atau ketakutan. Ada juga pasien yang tidak menginginkan membicarakan pembedahannya, menjawab pertanyaan dengan satu atau dua kata (1).

2. Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan Tehnik Distraksi Auditori

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sesudah dilakukan tehnik distraksi auditori klien preoperasi mayoritas berada dalam tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 18 orang (90%). Artinya terdapat penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan distraksi auditori.

Hasil penelitian lain yang sejalan oleh (5) menunjukkan bahwa adanya penurunan kecemasan setelah diberikan tehnik distraksi auditori.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh (10) yang mengatakan bahwa saat ini telah dikembangkan terapi-terapi keperawatan untuk menangani kecemasan seperti teknik distraksi. Teknik distraksinya antara lain distraksi pernapasan, pendengaran, visual dan intelektual. Teknik distraksi pendengaran dapat digunakan untuk memusatkan perhatian pada lirik dan irama lagu dan dapat juga mengikuti irama lagu sambil bergoyang menggerakkan badan.

Teknik penggunaan musik ini dapat memberikan efek terapeutik terhadap pasien. Irama musik dapat mengurangi kecemasan yang dirasakan (3). Proses perjalanan musik mampu mengurangi rasa sakit karena terjadi pelepasan endorfin bertindak sebagai pembunuh rasa sakit yang terjadi didalam tubuh, sehingga terjadi relaksasi dengan sendirinya.

Menurut Imtiyaz dalam *Journal of Advanced Nursing*, mengatakan bahwa mendengarkan musik sehari-hari dapat mengurangi rasa sakit kronis sebesar 21 persen. Stres telah dikaitkan dengan banyak penyakit, termasuk beberapa penyakit mental yang tampaknya hanya

terjadi pada orang dengan tingkat stres yang sangat tinggi. Dari studi yang dilakukan menunjukkan bahwa musik dapat mengurangi tingkat stres dan kecemasan secara signifikan (11).

Menurut (3) faktor penyebab kecemasan dapat dipengaruhi oleh usia, pendidikan, pengalaman sebelumnya, kepercayaan yang berhubungan dengan operasi atau pembedahan, lingkungan fisik, fasilitas (biaya) dan konflik keluarga.

3. Pengaruh Pemberian Tehnik Distraksi Auditori Terhadap Tingkat Kecemasan Responden

Hasil analisa uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan tehnik distraksi auditori klien preoperasi appendisitis di RSUD Raden Mattaher dengan p value 0,000 (p value < 0,05).

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh (10) yang mengatakan bahwa saat ini telah dikembangkan terapi-terapi keperawatan untuk menangani kecemasan seperti tehnik distraksi. Tehnik distraksinya antara lain distraksi pernapasan, pendengaran, visual dan intelektual. Tehnik distraksi pendengaran dapat digunakan untuk memusatkan perhatian pada lirik dan irama lagu dan dapat juga mengikuti irama lagu sambil bergoyang menggerakkan badan.

Tehnik penggunaan musik ini dapat memberikan efek terapeutik terhadap pasien. Irama musik dapat mengurangi kecemasan yang dirasakan (3). Musik memiliki kemampuan untuk mengurangi rasa sakit melalui pelepasan endorfin yang bertindak sebagai pembunuh rasa sakit alami. Hal ini juga bisa mengalihkan perhatian dari rasa sakit dan mendorong relaksasi.

Menurut sebuah studi yang dipublikasikan dalam *Journal of Advanced Nursing* yang dilakukan oleh Imtiyaz, mendengarkan musik sehari-hari dapat mengurangi rasa sakit kronis sebesar 21 persen. Stres telah dikaitkan dengan banyak penyakit, termasuk beberapa penyakit mental yang tampaknya hanya terjadi pada orang dengan tingkat stres yang sangat tinggi. Berdasarkan penelitian

yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa musik dapat mengurangi tingkat stres dan kecemasan secara signifikan (11)

Menurut (5) faktor penyebab kecemasan dapat dipengaruhi oleh usia, pendidikan, pengalaman sebelumnya, kepercayaan yang berhubungan dengan operasi atau pembedahan, lingkungan fisik, fasilitas (biaya) dan konflik keluarga.

Adanya penurunan tingkat kecemasan pada responden bila dihubungkan dengan konsep dan teori dalam keperawatan akan sesuai dengan kenyataan di atas, misalkan menurut (4) mengatakan bahwa individu dapat mengatasi stres dan kecemasan dengan menggerakkan koping dilingkungannya. Kemampuan seseorang menyelesaikan masalah sosial dan keyakinan merupakan sumber koping sebagai model ekonomi dan mengadopsi strategi koping yang efektif. Unsur budaya juga dapat membantu seseorang mengintegrasikan pengalaman yang menimbulkan stres. Tehnik distraksi auditori musik klasik dapat menurunkan tingkat kecemasan klien pre operasi appendisitis. Bila koping klien efektif, maka ia akan dapat mengintegrasikan kecemasannya dengan baik dan klien mampu berespon positif terhadap pembedahan. Tehnik distraksi ini dapat digunakan untuk memusatkan perhatian untuk mengalihkan kecemasan. Pemberian tehnik distraksi auditori dalam intervensi keperawatan adalah untuk mengalihkan atau menjauhi perhatian terhadap sesuatu yang dihadapi. Manfaatnya untuk meningkatkan rasa nyaman dan santai dan merasa pada situasi yang lebih menyenangkan.

Penelitian lain yang terkait menurut (12), tentang terapi murrotal efektif menurunkan tingkat nyeri dibanding terapi musik pada pasien pascabedah hasil uji statistik didapatkan rerata penurunan nyeri pada kelompok terapi murrotal lebih besar dibandingkan dengan penurunan nyeri dengan pada kelompok terapi musik. Penelitian lain yang sejalan (13) tentang manajemen mengurangi kecemasan dan nyeri dalam persalinan dengan menggunakan virtual reality: a review statistik didapatkan Hasil penelitian menunjukkan penurunan

kecemasan setelah diberikan intervensi p value=0.002 ($p < 0.005$).

Adanya perbedaan dalam penurunan tingkat kecemasan responden disebabkan oleh banyak faktor. Menurut (3) bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan seperti kurangnya pengetahuan, pengalaman sebelumnya, biaya dan fasilitas, dukungan keluarga dan strategi coping.

Penelitian lain yang terkait yang dilakukan oleh (14) tentang pengaruh pemberian terapi musik klasik dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil menjelang persalinan menunjukkan hasil bahwa Pemberian terapi musik terutama musik klasik mempunyai pengaruh dalam menurunkan menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil menjelang persalinan

- Pasien Pre Operasi Appendiksitis. 2010;
9. Tamsuri. Teknik Distraksi. Jakarta: EGC; 2012.
 10. Imtiyaz. Sehat Dengan Musik. Jakarta: Salemba; 2011.
 11. Rilla EV, Ropi H, Sriati A. Terapi Murottal Efektif Menurunkan Tingkat Nyeri Dibanding Terapi Musik Pada Pasien Pascabedah. J Keperawatan Indones. 2014;17(2):74–80.
 12. Intan Gumilang Pratiwi. Manajemen Mengurangi Kecemasan dan Nyeri dalam Persalinan dengan Menggunakan Virtual Reality : A review. J Kebidanan. 2019;9(1):17–23.
 13. Moekroni R. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan. Med J Lampung Univ. 2016;5(1):6–11.

Kesimpulan

Rata-rata total tingkat kecemasan sebelum diberikan tehnik distraksi auditori adalah 2.60 dengan standar deviasi 0.503, sedangkan rata-rata total tingkat kecemasan sesudah diberikan tehnik distraksi auditori adalah 1.60 dengan standar deviasi 0,598. Dengan demikian ada pengaruh tingkat kecemasan setelah diberikan tehnik distraksi auditori.

Daftar Pustaka

1. Baradero M. Pembedahan Pada Sistem Pencernaan. Jakarta: EGC; 2017.
2. Oswari E. Bedah dan Keperawatannya. Jakarta: Balai Penerbit FKUI; 2016.
3. Potter, A. Patricia, Perry A. Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep Proses dan Praktik. Jakarta: EGC; 2015.
4. Stuart, G. W, Laraia M. Principles and Practice of Psychiatric Nursing. United States of America: Elsevier Mosby; 2005.
5. Videbeck SL. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC; 2011.
6. Adin Mu'afiro. Penurunan Kecemasan Pasien One Day Surgery Menggunakan Terapi Musik. J Penelit Kesehat. :122–9.
7. Sukarni. Dzikir 4T Terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Sindrom Koroner Akut. J Ris Kesehatan. 2014;3(2):572–80.
8. Ayuni. Pengaruh Tehnik Distraksi Auditori Terhadap Kecemasan Pada