

**PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI ORIF
DI IBS RSUD KOTA YOGYAKARTA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Pendidikan Profesi Ners STIKes Wira Husada
Yogyakarta



Disusun Oleh

Natalia Maniani Wayoi, S.Kep

NIM : PN.220972

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

2023

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Natalia Maniai Wayoi, S.Kep
Nomor Induk Mahasiswa : PN.220972
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul:

Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi ORIF di IBS RSUD Kota Yogyakarta

Adalah hasil karya sendiri dan sepengetahuan saya belum pernah dipublikasikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta maupun Institusi lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari apa yang saya nyatakan tidak benar maka saya siap menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, Oktober 2023

Mengetahui

Pembimbing Utama

Yang Menyatakan

Ns. Nur Anisah, S.Kep., M.Kep. Sp.Kep.Jiwa Natalia Maniani Wayoi, S.Kep

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI ORIF
DI IBS RSUD KOTA YOGYAKARTA**

Telah Disusun dan Diajukan Oleh :

Nama : Natalia Maniani Wayoi, S.Kep

NIM : PN.220972

Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk Diseminarkan

Yogyakarta, Oktober 2023

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

(Ns. Nur Anisah, S.Kep, M.Kep., Sp.Kep.Jiwa)

(Estik Sarwiyatun, S.Kep, Ns)

Mengetahui

**Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners
STIKes Wira Husada Yogyakarta**

(Yuli Ernawati, S.Kep, Ns., M.Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

**PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI ORIF DI IBS
RSUD KOTA YOGYAKARTA**

Telah Berhasil Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai
Bagian Persyaratan yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar Ners Pada
Program Studi Profesi Ilmu Keperawatan & Ners STIKes Wira Husada
Yogyakarta, Pada :

Hari/Tanggal :, Oktober 2023

Susunan Dewan Penguji :

Ketua Dewan Penguji

Antok Nurwidi Antara, S.Kep, Ns., M.Kep (.....)

Pembimbing I

Ns. Nur Anisah, S.Kep, M.Kep., Sp.Kep.Jiwa (.....)

Pembimbing II

Estik Sarwiyatun, S.Kep, Ns (.....)

Mengetahui

Ketua Program Pendidikan Profesi Ners

(Yuli Ernawati, S.Kep, Ns., M.Kep)

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
INTISARI	1
ABSTRACT	2
A. PENDAHULUAN	3
B. METODE.....	9
C. DESKRIPSI LAPORAN KASUS	11
D. HASIL DAN PEMBAHASAN	12
E. KETERBATASAN PENELITIAN.....	16
DAFTAR PUSTAKA	18
LAMPIRAN.....	20

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Karakteristik Responden.....	12
Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Pre dan Post Intervensi.....	13

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kuesioner (AP AIS).....	20
Lampiran 2. SOP Tindakan Relaksasi Benson	21
Lampiran 3. Diagram Alur Penelitian.....	23
Lampiran 4. Surat Pengantar Penelitian.....	24
Lampiran 5. Surat Permohonan Menjadi Responden	27
Lampiran 6. Surat Persetujuan Menjadi Responden	28
Lampiran 7. TIDieR.....	29

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir dengan Judul Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi *Orif* di IBS RSUD Kota Yogyakarta. Adapun penulisan yang Karya Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan akhir untuk memperoleh gelar Profesi Ners pada Program Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Wira Husada Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, penulis banyak mendapatkan kesulitan namun berkat bimbingan, pengarahan, bantuan, kesempatan, dan motivasi dari berbagai pihak sehingga penulis dapat menyelesaikannya. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Ning Rintiswati, M.Kes., selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta.
2. Yuli Ernawati, S.Kep, Ns., M.Kep selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta.
3. Ns. Nur Anisah, S.Kep, M.Kep., Sp.Kep.Jiwa, selaku pembimbing satu yang memberikan bimbingan, dukungan, dan pengarahan kepada penulis selama penyusunan KIAN.
4. Estik Sarwiyatun, S.Kep., Ns selaku pembimbing pendamping yang memberikan bimbingan, dukungan, dan pengarahan kepada penulis selama penyusunan KIAN.
5. Kedua orang tua tercinta, kakak-adik, keluarga besar, sahabat, teman yang telah memberikan dukungan lewat nasihat doa dan materi.
6. Sahabat dan teman seperjuangan yang selalu membantu, mengingatkan dan memberikan saran atau masukan untuk menyelesaikan skripsi ini.

**PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI ORIF
DI IBS RSUD KOTA YOGYAKARTA**

Natalia Maniani Wayoi¹, Nur Anisah², Estik Sarwiyatun³

INTISARI

Latar Belakang : Kecemasan dialami oleh klien yang dirawat di rumah sakit, termasuk klien pre operasi. Berbagai situasi dan kondisi akan membuatnya semakin cemas. Upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan mengonsumsi obat anti cemas, distraksi serta relaksasi salah satunya relaksasi benson. Relaksasi Benson merupakan pengembangan metode respon relaksasi pernafasan dengan melibatkan faktor keyakinan klien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu klien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan yang lebih tinggi. **Tujuan**: Penelitian ini untuk mengetahui Penurunan Kecemasan Pada Klien Pre Operasi *Orif* di RSUD Kota Yogyakarta Dengan Menerapkan Teknik Relaksasi Benson. **Metode** : Jenis penelitian ini adalah *pra eksperimental* dengan *pre post test design*. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien pre operasi fraktur yang akan di lakukan prosedur *orif* di ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta berjumlah 2 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang secara khusus ditujukan bagi pasien pre operasi yaitu *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS)*. **Hasil** : Terdapat penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi *ORIF* di RSUD Kota Yogyakarta setelah diberikan intervensi Relaksasi Benson.

Kata kunci: Relaksasi Benson, Kecemasan, Pre Operasi

¹ Mahasiswa Program Profesi Ners STIKes Wira Husada Yogyakarta

² Dosen Keperawatan Jiwa STIKes Wira Husada Yogyakarta

³ Perawat Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta

**THE APPLICATION OF BENSON RELAXATION TO REDUCE
ANXIETY LEVELS IN PREOPERATIVE ORIF PATIENTS IN THE
CENTRAL SURGICAL INSTALLATION OF YOGYAKARTA CITY
HOSPITAL**

Natalia Maniani Wayoi¹, Nur Anisah², Estik Sarwiyatun³

ABSTRACT

Background: Anxiety is experienced by hospitalized clients, including preoperative clients. Various situations and conditions will make him more anxious. Efforts that can be made are by taking anti-anxiety drugs, distraction and relaxation, one of which is Benson relaxation. Benson relaxation is the development of a respiratory relaxation response method involving client belief factors, which can create an internal environment so as to help clients achieve higher health and well-being conditions. **Objective:** This study is to determine the decrease in anxiety in preoperative clients at the Yogyakarta City Hospital by applying the Benson Relaxation Technique. **Methods:** This type of research is pre-experimental with pre post test design. The sample in this study were preoperative fracture patients in the Central Surgical Installation room of the Yogyakarta City Hospital totaling 2 people. The instrument used in this study was a questionnaire specifically intended for preoperative patients, namely the Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS). **Results:** There is a decrease in the Anxiety Level of ORIF Preoperative Patients at Yogyakarta City Hospital after being given the Benson Relaxation intervention.

Keywords: Benson Relaxation, Anxiety, Preoperative

¹ Student of Ners Professional Program STIKes Wira Husada Yogyakarta

² Lecturer of Mental Nursing STIKes Wira Husada Yogyakarta

³ Central Surgical Installation Nurse at Yogyakarta City Hospital

A. PENDAHULUAN

Operasi merupakan suatu prosedur tindakan medis dengan cara pembedahan pada tubuh guna memperbaiki fungsi kesehatan seseorang. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari Himpunan Perawat Kamar Bedah Indonesia (HIPKABI) yang mendefinisikan tindakan operasi sebagai prosedur medis yang bersifat invasif untuk diagnosis, pengobatan penyakit, trauma dan deformitas (Himpunan Perawat Kamar Bedah Indonesia, 2014). Kata pre operasi adalah suatu istilah gabungan yang mencakup tiga fase pengalaman pembedahan antara lain pre operasi, intra operasi, pasca operasi (Smeltzer and Bare, 2010). Pre operasi adalah tahap yang dimulai ketika ada keputusan untuk dilakukan intervensi bedah dan diakhiri ketika klien dikirim ke meja operasi. Sedangkan keperawatan pre operatif merupakan tahapan awal dari keperawatan perioperatif. Tahap ini merupakan awalan yang menjadi kesuksesan tahap-tahap berikutnya. Apabila ada kesalahan yang dilakukan pada tahap ini maka akan berakibat fatal pada tahap berikutnya (Himpunan Perawat Kamar Bedah Indonesia, 2014).

Operasi meliputi persiapan fisiologis, yakni status kesehatan fisik secara umum, status nutrisi, keseimbangan cairan dan elektrolit, kebersihan lambung dan kolon, pencukuran daerah operasi, personal hygiene, pengosongan kandung kemih dan latihan pre operasi, selain itu juga persiapan psikologis atau persiapan mental merupakan hal yang tidak kalah pentingnya dalam proses persiapan operasi karena mental klien yang tidak siap atau lebih dapat berpengaruh terhadap kondisi fisik klien. Dengan mengetahui berbagai informasi selama operasi maka diharapkan klien menjadi lebih siap menghadapi operasi, meskipun demikian ada keluarga yang tidak menghendaki klien mengetahui tentang berbagai hal terkait dengan operasi yang akan dilalui oleh klien.

Adapun dalam persiapan mental, perawat harus memberikan penjelasan terlebih dahulu sebelum tindakan persiapan operasi sesuai dengan tingkat perkembangan, gunakan bahasa yang sederhana dan jelas, memberi kesempatan pada klien dan keluarganya untuk menanyakan tentang segala

prosedur yang ada dan memberi kesempatan pada klien dan keluarga untuk berdoa bersama-sama sebelum klien di antar ke kamar operasi, mengoreksi pengertian yang salah tentang tindakan pembedahan dan hal-hal lain karena pengertian yang salah akan menimbulkan kecemasan pada klien dan yang terakhir kolaborasi dengan dokter terkait dengan pemberian obat pre medikasi, seperti valium dan diazepam tablet sebelum klien tidur untuk menurunkan kecemasan dan klien dapat tidur sehingga kebutuhan istirahatnya terpenuhi (Smeltzer and Bare, 2013).

Masalah psikologis yang sering dialami oleh klien pre operasi adalah kecemasan, kondisi seseorang pasien pre operasi menunjukkan suatu kejadian yang dirasakan penuh ketidakpastian sehingga menimbulkan perasaan cemas, bahkan ada yang berlanjut sampai panik, karena pembedahan dapat memunculkan reaksi psikologis pada klien (Stuart and Sandeen, 2007). Ketakutan dan kecemasan yang mungkin dialami klien dapat dilihat dari tanda dan gejala seperti meningkatnya frekuensi nadi dan pernafasan, gerakangerakan tangan yang tidak terkontrol, telapak tangan yang lembab, gelisah, menanyakan pertanyaan yang sama berulang kali, sulit tidur, sering berkemih (Capernito, 2000).

Efek kecemasan pada klien pre operasi akan berdampak pada jalannya operasi. Sebagai contoh, klien dengan riwayat hipertensi jika mengalami kecemasan maka akan berdampak pada sistem kardiovaskulernya yaitu tekanan darahnya akan tinggi sehingga operasi dapat dibatalkan. Selain itu, pada wanita efek kecemasan dapat mempengaruhi menstruasinya menjadi lebih banyak, itu juga memungkinkan operasi ditunda hingga klien benar-benar siap untuk menjalani operasi (Barbara C. Long, 2000).

Kecemasan merupakan gejala emosi seseorang yang berhubungan dengan sesuatu diluar dirinya dan mekanisme diri yang digunakan dalam mengatasi permasalahan. Kecemasan merupakan keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya firasat dan somatik ketegangan, seperti hati berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas serta kekhawatiran tentang bahaya yang tidak terduga yang terletak dimasa depan. (Steven Schwartz, S, 2000). Faktor penyebab kecemasan terjadi akibat dari reaksi

saraf otonom yang berlebihan dengan naiknya sistem tonus saraf simpatis, terjadi peningkatan pelepasan katekolamin dan naiknya norepinefrin. Psikologis kecemasan dapat muncul karena impuls bawah sadar. Kecemasan merupakan peringatan subjektif atas adanya bahaya yang tidak dikenali sumbernya (Jaya, 2015).

Kecemasan bisa terjadi pada siapa saja suatu beban berat yang menyebabkan individu tersebut yang mengalami kekhawatiran, kegelisahan dan ketakutan sehingga dapat mengganggu kehidupan tergantung tingkat kecemasan itu sendiri apakah itu kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, atau panik. Sebagai contoh klien – klien di rumah sakit termasuk klien yang akan melaksanakan tindakan pembedahan atau operasi. Kekhawatiran menghadapi operasi atau pembedahan (misalnya takut sakit waktu operasi, takut terjadi kecacatan), kekhawatiran terhadap anestesi atau pembiusan (misalnya takut terjadi kegagalan anestesi, takut tidak bangun lagi atau meninggal). (Suliswati 2005 dalam Nurjamiah 2015).

Ketika kecemasan terjadi terus menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, maka kecemasan dapat mengganggu terutama pada klien yang akan melakukan tindakan pembedahan karena kecemasan dapat menyebabkan perubahan fisiologi, seperti tekanan darah naik, denyut nadi dan jantung meningkat, sehingga dikhawatirkan terjadi perdarahan pada saat operasi sehingga berakhir dengan gagal operasi (*Anxiety Disorder Association of America*, 2014).

Terlihat jelas bahwa kecemasan ini mempunyai dampak terhadap kehidupan seseorang, apalagi bila kecemasan ini dialami oleh klien yang dirawat di rumah sakit, termasuk klien pre operasi. Berbagai situasi dan kondisi akan membuatnya semakin cemas. Tindakan pembedahan merupakan pengalaman yang sulit bagi hampir semua klien. Berbagai kemungkinan buruk bisa saja terjadi yang akan bisa membahayakan bagi klien. Maka tidak heran jika seringkali klien dan keluarganya menunjukkan sikap yang agak berlebihan dengan kecemasan yang mereka alami. Beberapa orang kadang tidak mampu mengontrol kecemasan yang

dihadapi, sehingga terjadi disharmoni dalam tubuh (*Anxiety Disorder Association of America*, 2010).

Kecemasan akan berakibat buruk, karena apabila tidak segera diatasi akan meningkatkan tekanan darah dan pernafasan yang dapat menyebabkan pendarahan baik pada saat pembedahan ataupun pasca operasi. Intervensi keperawatan yang tepat diperlukan untuk mempersiapkan klien baik secara fisik maupun psikis sebelum dilakukan operasi. Pada masa pre operasi klien menghadapi berbagai stresor yang menyebabkan kecemasan (Perry & Potter, 2009). Klien yang akan menjalani operasi akan mengalami kecemasan pre operasi dan pre anestesi dalam berbagai tingkatan. Faktor-faktor yang mengakibatkan cemas yaitu usia klien, pengalaman, konsep diri dan peran, tingkat pendidikan, akses informasi, tindakan operasi, tingkat sosial ekonomi dan kondisi medis (Distia, 2017).

Menurut Carpenito (2012), menyatakan bahwa “90% klien pre operasi berpotensi mengalami kecemasan. Berdasarkan data dunia *World Health Organization* (2015), data dari 35.539 klien bedah dirawat di unit perawatan intensif antara 1 Oktober 2011 dan 30 September 2015, di antaranya 8.622 klien (25,1%) mengalami masalah kejiwaan dan 2,473 klien (7%) mengalami kecemasan.” Efendi (2008) dalam Yulanda (2015), dengan penelitiannya yang berjudul “Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam pada Kecemasan Klien Pre Operasi” menyebutkan bahwa “sebanyak 91,43% mengalami kecemasan, sementara itu dalam penelitiannya yang dilakukan pada 41 orang diperoleh informasi bahwa terdapat sebanyak 9,8% klien mengalami kecemasan berat, 31,7% klien dengan kecemasan sedang, 53,7% klien dengan ringan dan 4,9% klien tidak mengalami kecemasan.” Upaya untuk mengatasi kecemasan pada tahap pencegahan dan terapi memerlukan suatu metode pendekatan yang bersifat holistik, yaitu mencakup fisik (somatic), psikologik atau psikiatrik, psikososial dan psikoreligius. Diantaranya meningkatkan kekebalan terhadap stress dengan perbaikan gizi, terapi psikofarmaka yang sering dipakai adalah obat anti cemas (*anxiolytic*) seperti diazepam, clobazam, bromazepam, lorazepam, busirone HCI, meprobamate dan alprazolam (Potter dan Perry, 2009). Sedangkan

untuk penatalaksanaan non farmakologi bisa dilakukan dengan cara distraksi, yakni metode untuk menghilangkan kecemasan dengan cara mengalihkan perhatian pada hal-hal lain sehingga klien akan lupa terhadap cemas yang dialami. Stimulus sensori yang menyenangkan menyebabkan pelepasan endorphen yang bisa menghambat stimulus cemas yang mengakibatkan lebih sedikit stimulus cemas yang ditransmisikan ke otak. Selain distraksi, metode relaksasi juga dapat menghilangkan kecemasan karena dapat memberikan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan, serta memberikan individu kontrol diri ketika terjadi rasa nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi pada nyeri (Potter dan Perry, 2009).

Relaksasi adalah suatu tindakan untuk membebaskan mental dan fisik dari ketegangan dan stress sehingga dapat meringankan kecemasan yang dialami oleh seseorang. Salah satu metode relaksasi untuk mengatasi kecemasan adalah relaksasi Benson, yaitu suatu prosedur untuk membantu individu berhadapan pada situasi yang penuh kecemasan dan usaha untuk menghilangkan kecemasan (Dalimartha 2008). Relaksasi ada beberapa macam (Miltenbarger 2004) mengemukakan ada 4 macam relaksasi yaitu relaksasi otot (*progressive muscle relaxation*), pernafasan termasuk relaksasi benson (*diaphragmatic breathing*), meditasi (*attention-focussing exercises*), dan relaksasi perilaku (*behavioral relaxation training*). Relaksasi Benson termasuk kedalam salah satu relaksasi pernafasan (*diaphragmatic breathing*) dengan melibatkan faktor keyakinan klien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu klien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan yang lebih tinggi. Keyakinan dari formula kata atau frase inilah yang tujuannya dapat memberikan sugesti pada diri klien sehingga dirinya dapat sembuh. Untuk mengontrol cemas dan setelah mengetahui dirasakan teknik ini sangat sederhana (Benson & Proctor, 2000).

Relaksasi Benson merupakan pengembangan metode respon relaksasi pernafasan dengan melibatkan faktor keyakinan klien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu klien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan yang lebih tinggi (Benson &

Proctor 2000, dalam Purwanto, 2006). Kelebihan latihan teknik relaksasi dari pada latihan yang lain adalah latihan relaksasi lebih mudah dilakukan bahkan dalam kondisi apapun serta tidak memiliki efek samping apapun. Disamping itu kelebihan dari teknik relaksasi lebih mudah dilaksanakan oleh klien, dapat menekan biaya pengobatan, dan dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan. Sedangkan kita tahu pemberian obat-obatan kimia dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan efek samping yang dapat membahayakan pemakainya seperti gangguan pada ginjal (Yosep, 2007).

Hasil penelitian Iin Patimah (2015), didapatkan hasil perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Relaksasi benson berdampak positif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada klien pre operasi SC. Sedangkan penelitian dari Tri Anasari (2015) didapatkan hasil mayoritas responden sebelum dan setelah dilakukan terapi benson mempunyai kecemasan ringan yaitu 13 orang (32,5%), mayoritas responden setelah dilakukan terapi benson mempunyai kecemasan ringan yaitu 15 orang (37,5%), ada perbedaan signifikan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi benson. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kelompok yang diberi terapi relaksasi benson kecemasannya lebih rendah dari pada kelompok yang tidak diberikan terapi.

Berdasarkan uraian diatas sehingga penelitian ilmiah ini penulis lakukan dengan tujuan ingin mengetahui penurunan tingkat kecemasan pasien sebelum dan setelah diberikan intervensi relaksasi benson di instalasi bedah sentral RSUD Kota Yogyakarta. Peneliti berharap penelitian ini pun dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan keperawatan terkhusus di ruang instalasi bedah dalam menangani kecemasan pasien yang akan menjalani prosedur operasi.

B. METODE

Jenis penelitian ini adalah *pra eksperimental* dengan *pre post test design*. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien pre operasi *ORIF* di ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Yogyakarta berjumlah 2 orang dengan kriteria bersedia menjadi responden, pasien fraktur yang akan menjalani tindakan operasi *ORIF*, pasien dengan usia produktif, mampu memahami dan berkomunikasi dengan baik. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang secara khusus ditujukan bagi pasien pre operasi yaitu *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS)*, kuesioner APAIS menggunakan skala likert dengan 6 item pertanyaan yang mewakili anestesia, prosedur operasi dan pengetahuan tentang operasi.

The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS) versi indonesia telah di uji validitas dan reliabilitasnya. Reliabilitas instrumen APAIS versi indonesia menunjukkan hasil yang baik dengan konsisten internal (Cronbach's Alpha). Nilai Cronbach's Alpha untuk komponen kecemasan (pernyataan 1,2,4, dan 5) didapatkan 0,825, sedangkan nilai Cronbach's Alpha untuk komponen kebutuhan informasi (pernyataan 3 dan 6) didapatkan sebesar 0,863. Nilai Cronbach's Alpha yang baik berkisar antara 0,7-0,9 (Perdana, 2015).

Peneliti dalam menjalankan tugas meneliti atau melakukan penelitian hendaknya memegang teguh sikap ilmiah serta berpegang teguh pada etika penelitian. (Notoatmodjo, 2010). Etika dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menghormati harkat dan martabat manusia

Peneliti memberikan kebebasan kepada subjek untuk berpartisipasi atau tidak berpartisipasi dalam penelitian. Peneliti mempersiapkan formulir persetujuan subjek (*informed consent*) dalam penelitian.

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan

Peneliti tidak mencantumkan nama subjek penelitian, namun hanya diberi simbol atau kode seperti nama digunakan inisial, guna menjaga privasi responden. Kerahasiaan data-data yang didapatkan dari

responden dijamin oleh peneliti. Pada keadaan khusus seperti forum ilmiah atau pengembangan ilmu, baru akan mengungkapkan data yang didapatkan tanpa nama asli subjek penelitian.

3. Menghormati keadilan dan inklusivitas/keterbukaan

Dalam mewujudkan adil maka pada kelompok kontrol akan diberikan anjuran napas dalam setelah dilakukannya post test. Untuk mewujudkan keterbukaan penelitian ini terbuka untuk seluruh pasien yang sesuai kriteria inklusi. Peneliti juga akan menjalankan penelitian ini dengan penuh kejujuran dan kehati-hatian

Rancangan Penelitian

<i>Pre Test</i>	X	<i>Post Test</i>
O1		O2

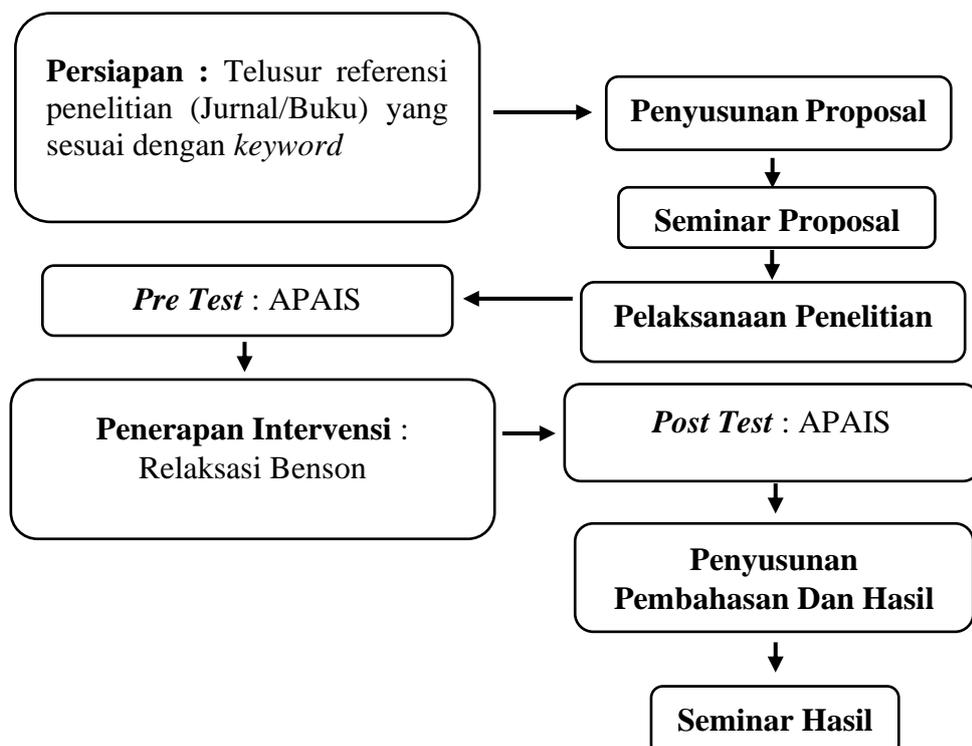
Keterangan :

X : Penerapan Intervensi (Relaksasi Benson)

O1 : *Pre Test* (Kecemasan Pre Operasi)

O2 : *Post Test* (Kecemasan Pre Operasi)

Alur Penelitian



C. DESKRIPSI LAPORAN KASUS

1. Deskripsi Pasien

- a. Pasien Ny.Y (44 tahun), dengan Diagnosa Medis Fraktur Distal Radius Sinistra adalah seorang ibu rumah tangga dengan dua anak anak pertama laki-laki (Tahun 22), dan anak ke 2 laki-laki (7 Tahun) Menikah, Pendidikan terakhir S1, tinggal serumah dengan suami (48 Tahun) dan anak, Memiliki riwayat penyakit hipertensi dan SC, Tidak ada riwayat penyakit keluarga. Pasien Ny.Y mengatakan jatuh dari motor pada (18/09-23) siang awalnya pasien tidak bisa mengangkat tangannya karena sakit langsung di antar ke IGD setelah itu pemeriksaan selanjutnya ronsen setelah itu rujukan ke bangsal dari bangsal sehari pada (19/09/23) di beritahukan dari dokter untuk tindakan operasi. Pemeriksaan Fisik *Head to Toe* dalam kondisi normal dan baik, Terpasang Infus tangan sebelah kiri, ada luka bekas operasi, tidak ada kelainan atau gangguan lain pada fisik pasien. Pasien mengatakan cemas pada proses operasi karena pasien pernah operasi sebelumnya *Sectio Caesaria* (SC) dan setelah operasi SC pasien tidak bisa lihat dengan jelas dan tangannya pasien belum bisa bergerak. Pasien tampak cemas dan takut pada proses operasi. pasien menjalani tindakan operasi dengan *General Anesthesia*, operasi dilakukan selama 1 jam mulai 11:30-12:30, TTV Stabil, Kondisi pasca operasi baik
- b. Pasien Nona E (21 Tahun), dengan Diagnosa Medis Fraktur Tibia Fibula Sinistra. Nona E adalah seseorang dengan 3 bersaudaran, belum menikah, Pendidikan terakhir SMA, Bekerja sebagai Wirausaha. Tidak memiliki riwayat penyakit lain, Tidak ada riwayat penyakit dalam keluarga, Tinggal serumah dengan ayah, ibu, dan saudaranya. Pasien Nona.E mengatakan diserepet motor dan jatuh (21/09/23) langsung di antar ke IGD di periksa dan di *rontgen* setelah itu dari di rawat dan Pada hari jumatnya (22/09/23) tindakan operasi. Pemeriksaan Fisik *Head to Toe* dalam kondisi terdapat kaki kirinya susah di gerakkan dan, Terpasang Infus tangan sebelah kiri,

tidak ada kelainan atau gangguan lain pada fisik pasien. Pasien mengatakan cemas pada operasinya dan takut sama biusnya karena baru pertama kali operasi. Pasien tampak cemas, gelisah, takut, dan terlihat melamun. pasien menjalani tindakan operasi dengan *Spinal Anesthesia*, operasi. dilakukan selama 1 jam mulai 10:00-10:45, TTV Stabil, Kondisi pasca operasi baik.

D. HASIL DAN PEMBAHASAAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	N	%
Usia		
• 16 – 20 Tahun	-	-
• 21 – 35 Tahun	1	50 %
• 35 – 46 Tahun	1	50 %
Jensi Kelamin		
• Laki-Laki	-	-
• Perempuan	2	100 %
Pendidikan		
• SMA	1	50 %
• S1	1	50 %
Pekerjaan		
• Ibu Rumah Tangga	1	50 %
• Lain-lain (Wirausaha)	1	50 %
Status Pernikahan		
• Menikah	1	50 %
• Belum menikah	1	50 %
Pembiayaan		
• Asuransi	2	100 %
• Umum	-	-
Riwayat Operasi		
• Pernah	1	50 %
• Tidak pernah	1	50 %

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat berdasarkan kelompok usia responden berada pada rentang umur 16–46 tahun, pada jenis kelamin responden mayoritas perempuan, pada tingkat pendidikan responden berada pada tingkat SMA dan S1 dengan masing-masing 50%, pekerjaan responden sebagai ibu rumah tangga dan wirausaha, pada status pernikahan responden Ny Y menikah dan Nona E belum menikah, status pembiayaan responden

mayoritas asuransi, dan riwayat operasi Ny”Y” pernah SC dan nona ‘E’ tidak pernah menjalani prosedur operasi apapun sebelumnya.

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan pemeriksaan Pre dan Post Intervensi di ruang IBS RSUD Kota Yogyakarta, September 2023 (n=2)

No.	Nama	Kecemasan (Pre)	Kecemasan (Post)
1	Ny Y	24	8
2	Nn E	27	12

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat skor kecemasan responden. Responden 1 (Ny Y) sebelum intervensi memiliki skor 24 (Cemas Berat) turun menjadi skor 8 (Cemas Ringan) setelah intervensi dengan penurunan sebanyak 16 skor, sedangkan responden 2 (Nona E) seelum intervensi memiliki skor 27 (Panik) dan turun menjadi 12 (Cemas Ringan) setelah intervensi dengan penurunan sebanyak 15 skor.

1. Mengidentifikasi Tingkat kecemasan sebelum diberikan intervensi relaksasi Benson

Dari hasil penelitian sebelum dilakukan pemberian Relaksasi Benson didapatkan data tingkat kecemasan responden yang bervariasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden kedua mendapatkan skor 27 dimana pasien tersebut berada pada tingkat kecemasan panik sebelum dilakukan relaksasi Benson. Pasien juga takut dan khawatir tidak bisa tidur nyenyak sejak semalam karena memikirkan operasinya. Serta disebabkan belum adanya pengalaman operasi sama sekali.

Pada responden pertama didapatkan hasil skor 24 dimana pasien tersebut berada pada tingkat kecemasan berat sebelum dilakukan relaksasi Benson. Pasien juga takut dan tidak bisa tidur nyenyak sejak semalam karena memikirkan operasinya. Serta disebabkan karena pasien sebelumnya sudah pernah operasih SC. Dari operasi SC tersebut pasien pernah mengalami penglihatan kabur, kedua tangan tidak bisa bergerak, dan kedua kaki tidak bisa digerakan.

Berdasarkan laporan diatas, kedua responden yang akan dilakukan tindakan operasi *orif* mengalami kecemasan. Setiap menghadapi operasi selalu menimbulkan ketakutan dan kecemasan pada pasien, merasa cemas dan takut terhadap hal-hal yang mungkin akan terjadi, pada dirinya (Azzahroh, 2020).

Berdasarkan hasil analisis dari dua pasien atau responden dalam penelitian ini dapat diketahui bahwa kedua pasien mengalami kecemasan. Adapun tingkat kecemasan mereka berdua, satu cemas berat dan yang satu panik.

2. Mengidentifikasi Tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi relaksasi benson

Hasil penelitian setelah dilakukan pemberian intervensi relaksasi benson menunjukkan bahwa responden kedua mendapatkan skor 12 dimana pasien tersebut berada pada tingkat ringan yang sebelumnya berada pada tingkat kecemasan panik dengan skor 27, Relaksasi benson dilakukan selama 10 menit sebelum dilakukan operasi *orif*. Sedangkan responden pertama mendapatkan skor 24 Sebelum dilakukan tindakan relaksasi benson. dimana pasien berada pada tingkat kecemasan berat. Setelah diberikan relaksasi benson selama 10 menit sebelum operasi terjadi penurunan menjadi kecemasan ringan dengan skor 8. Sehingga terdapat penurunan setelah dilakukan intervensi relaksasi benson.

Menurut Gusti ayu putu jayanti (2020) teknik Relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi yang digabung dengan keyakinan yang dianut oleh pasien, relaksasi benson akan menghambat aktifitas saraf simpatis yang dapat menurunkan konsumsi oksigen oleh tubuh dan selanjutnya otot-otot tubuh menjadi relaks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman. Relaksasi benson merupakan pengembangan metode respon relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan lebih tinggi (Yenny, Safitri, Erlinawati, Fitri, 2018). Terapi

Relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi dengan melibatkan unsur keyakinan dalam bentuk kata-kata keyakinan yang dianut oleh pasien.

3. Menganalisis Pengaruh intervensi relaksasi benson terhadap tingkat kecemasan

Berdasarkan hasil analisis skor tingkat kecemasan sebelum dilakukan relaksasi benson dan setelah dilakukan relaksasi benson bahwa terdapat pengaruh relaksasi benson terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi *orif* di RSUD Kota Yogyakarta. Hal pembasan diatas dapat diketahui bahwa sebelum diberikan relaksasi benson responden kedua mengalami kecemasan panik dengan skor kecemasan 27 dan setelah diberikan relaksasi benson mendapat skor 12 artinya terdapat penurunan skor sebanyak 15 yang menunjukkan responden mengalami penurunan tingkat kecemasan dari panik menjadi ringan, Sedangkan pada responden pertama mengalami kecemasan berat dengan skor kecemasan 24 dan setelah diberikan relaksasi benson mendapat skor 8 artinya terdapat penurunan skor sebanyak 16 yang menunjukkan responden mengalami penurunan tingkat kecemasan dari berat menjadi ringan.

Ini dapat disebabkan karena responden sangat berkonsentrasi dan menghayati relaksasi benson yang diberikan peneliti sehingga menyebabkan terjadi perubahan tingkat kecemasan pada kedua responden tersebut. Terapi yang dikembangkan untuk membuat pasien merasa rileks. penelitian serupa dilaporkan oleh Sari (2017), bahwa teknik terapi relaksasi benson yang dilakukan di RSUD dr. Achmad Mochtar Bukittinggi mengalami penurunan kecemasan. Sebelum dilakukan teknik relaksasi benson pada subjek pre operasi diperoleh hasil yaitu subjek mengalami kecemasan sedang dengan presentasi 33,3%, mengalami kecemasan berat dengan presentasi 50%, dan mengalami panik dengan presentasi 16,7%. Setelah dilakukan teknik relaksasi benson tingkat kecemasan subjek pre operasi mengalami penurunan yaitu 50% mengalami cemas ringan, 33,3% mengalami cemas sedang, dan 16,7% mengalami cemas berat

Menurut Smeltzer dan Bare (2002) tindakan operasi atau pembedahan merupakan pengalaman yang bisa menimbulkan kecemasan. Kecemasan biasanya berhubungan dengan segala macam prosedur asing yang harus di jalani pasien dan juga ancaman terdapat keselamatan jiwa akibat prosedur pembedahan dan tindakan pembiusa. Pasien yang mengalami kecemasan menunjukkan gejala mudah tersinggung, susah tidur, gelisah, lesu, mudah menangis dan tidur tidak nyenyak. 90% pasien pre operasi berpotensi mengalami kecemasan. (Setiani, Diah. " 2017):

Menurut Faruq (2020) dalam judul Efek relaksasi benson dalam menurunkan kecemasan pasien yang menjalani Hemodialisa menunjukkan manfaat terapi benson untuk menurunkan kecemasan, relaksasi benson juga dapat memunculkan keadaan tenang dan rileks dimana gelombang otak mulai melambat yang akhirnya dapat membuat orang dapat beristirahat dengan tenang.

E. KETERBATASAN PENELITIAN

Dalam penelitian ini peneliti menyadari bahwa penelitian ini belum sempurna masih terdapat beberapa keterbatasan selama masa penelitian peneliti menemukan kesulitan antara lain :

1. Waktu melakukan penerapan intervensi terlalu sedikit mengalami kesulitan untuk menerapkan relaksasi benson karena dikejar waktu pasien untuk persiapan dilakukan operasi.

F. KESIMPULAN

1. Tingkat kecemasan pasien pre operasi *orif* sebelum intervensi relaksasi benson yaitu 1 orang responden yang mengalami panik total skor 27 dan 1 orang responden yang mengalami cemas berat total skor 24.
2. Tingkat kecemasan pasien pre operasi *orif* setelah pemberian intervensi relaksasi benson yaitu 1 orang responden yang mengalami penurunan tingkat kecemasan dari panik menjadi ringan dengan skor 12 dan 1 responden yang berada pada tingkat kecemasan berat setelah pemberian

intervensi relaksasi benson mendapatkan tingkat kecemasan ringan dengan skor 8.

3. Terdapat penurunan tingkat kecemasan setelah pemberian intervensi relaksasi benson pada pasien pre operasi *orif* di RSUD Kota Yogyakarta.

G. SARAN

1. Bagi Klien Pasien diharapkan sering melakukan terapi benson untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi *orif*.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya Peneiti mengharapkan penelitian lain dapat melakukan penelitian yang mengkaji tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- ADAA (Anxiety Disorders Association of America), 2014. Anxiety Disorder in Women: Setting an Research Agenda. USA: PDF
- Bare BG., Smeltzer SC (2010). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta :EGC
- Benson H & Proctor W. (2000). Keimanan yang Menyembuhkan Dasar-dasar Respon Relaksasi. From: bdksurabaya.kemenag.go.id/file/dokumen/KTIPDarmaniz.pdf. diunduh pada tanggal 9 September 2023
- Carpenito, 2000. Buku Saku Diagnosa Keperawatan (terjemahan).Edisi 8. Jakarta: EGC
- Carpenito-Moyet. (2012). Buku Saku Diagnosa Keperawatan (13th ed.; E. A. Mardella, ed.). Jakarta: EGC.
- Dalimartha, S. (2008). Care Yourself Hipertensi. Jakarta. Penebar Plus.
- Dewi lutfianawati, Citra Yuniastri Perwitaningrum, Rada Tri Rosi Kurnia. 2016. Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Dengan Retardasi Mental. Jurnal Psikologi Malahayati
- HIPKABI. (2014). Buku Keterampilan Dasar Bagi Perawat Kamar Bedah. Jakarta: Hipkabi Press.
- Iin Patimah dkk,2015,“Pengaruh Relaksasi Dzikir Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Hemodialisa” , Jurnal Psikologi Volume 3 Nomor 1.
- Iyus, Yosep. 2007. Keperawatan Jiwa, Edisi 1. Jakarta : Refika Aditama.
- Jaya, Kusnadi. 2015. Keperawatan Jiwa. Tangerang Selatan: Binarupa Aksara Publisher
- Long, Barbara C. 1996. Keperawatan Medikel Bedah 3, Alih Bahasa Yayasan Alumni Pendidikan Keperawatan: Bandung.
- Miltenberger, R. G. (2004). Behavior Modification Principles And Procedures (3 th edition). Australia: Thompson Wadsworth
- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.

- Pardede, J. A., & Tarigan, I. (2020). The Anxiety Level of Mother Presectio Caesar with Benson's Relaxation Therapy. *Jendela Nursing Journal*, 4(1), 20–28. <https://doi.org/10.31983/jnj.v4i1.5801>
- Perdana, Aris. (2014). Uji Validasi Konstruksi dan Reliabilitas Instrumen The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS) Versi Indonesia. *Anesthesia & Critical Care Journal*. Vol. 31 No. 1, Februari 2015.
- Potter & Perry. (2009). *Fundamental Keperawatan*, Edisi 7 Buku 1. Jakarta : Salemba Medika
- Purwanto, Ngalim. (2006). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sari. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif. *Menara Ilmu Volume XI Jilid 1 No. 75*, 13-24.
- Setiani, Diah. "Identifikasi Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pasien Fraktur di Ruang Aster dan Cempaka RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda." *Jurnal Ilmu Kesehatan* 5.2 (2017): 83-87. Steven Schwartz, S. (2000). *Abnormal Psychology: a discovery approach*. California : Mayfield Publishing Company.
- Stuart, G. W. & Sundeen, S. J. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. (Edisi 5). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Taravella, Distia. 2017. Hubungan Pengetahuan Operasi dengan Tingkat Kecemasan Pre Operasi Pasien dengan Tindakan Spinal Anestesi.
- WHO. *World Health Statistic Report 2015*. Geneva: World Health Organization; 2015.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS)*

APAIS menggunakan pengukuran skala Likert yaitu

1 : Sangat tidak setuju

2 : Tidak setuju

3 : Ragu-ragu

4 : Setuju, dan

5 : Sangat setuju,

Dengan rentang skor kecemasan 4-20. APAIS dibagi menjadi sub skala tentang kecemasan anestesi (pernyataan 1 dan 2), sementara kecemasan mengenai operasi (pernyataan 4 dan 5), dan pertanyaan tentang pengetahuan (Pertanyaan)

No.	Pernyataan	Sangat Tidak Setuju	Tidak setuju	Ragu- ragu	Setuju	Sangat setuju
1	Saya takut dibius					
2	Saya terus menerus memikirkan tentang pembiusan					
3	Saya ingin tahu sebanyak mungkin tentang pembiusan					
4	Saya takut dioperasi					
5	Saya terus menerus memikirkan operasi					
6	Saya ingin tahu sebanyak mungkin tentang operasi					

Kriteria penilaian tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan APAIS

- Skor 6: Tidak Cemas/Normal
- Skor 7-12: Cemas Ringan
- Skor 13-18: Cemas Sedang
- Skor 19-24: Cemas Berat
- Skor 25-30: Panik

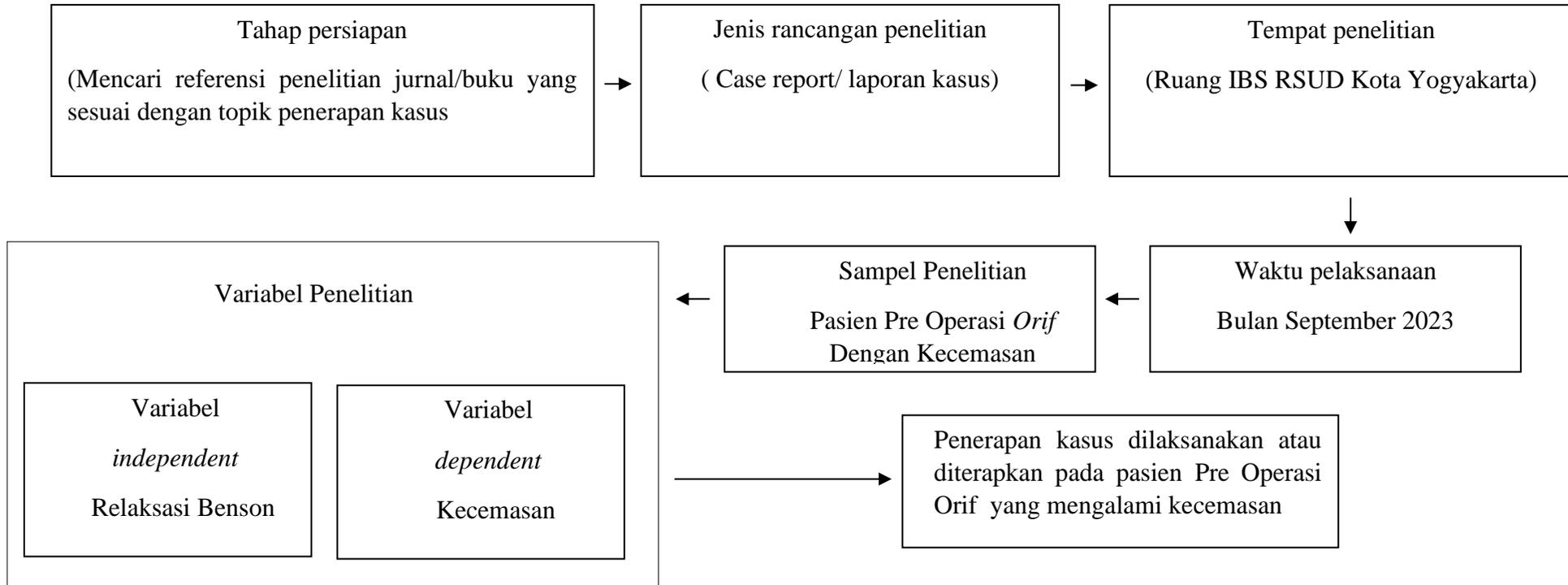
Lampiran 2. SOP Tindakan Relaksasi Benson

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TEKNIK RELAKSASI BENSON	
Pengertian	Teknik Relaksasi benson adalah teknik pernapasan dalam yang melibatkan keyakinan seseorang dengan kata-kata/frase religi yang diyakini dapat menurunkan beban yang dirasakan atau dapat meningkatkan kesehatan
Tujuan	Menurunkan atau mengurangi kecemasan pre operasi
Waktu	Selama 10 – 15 menit
Persiapan Klien dan lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifikasi tingkat kecemasan klien 2. Kaji kesiapan klien dan perasaan klien 3. Berikan penjelasan tentang relaksasi Benson 4. Minta klien mempersiapkan kata-kata yang diyakini 5. Ciptakan lingkungan yang nyaman di sekitar klien
Peralatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengukur waktu 2. Catatan observasi klien 3. Pena dan buku Catatan Kecil
Tahap Orientasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur
Prosedur	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anjurkan klien mengambil posisi yang dirasakan paling nyaman, bisa berbaring atau duduk. 2. Pejamkan mata dengan pelan tidak perlu dipaksakan, sehingga tidak ada ketegangan otot sekitar mata. 3. Kendorkan otot-otot serileks mungkin, mulai dari kaki, betis, paha, perut, dan lanjutkan ke semua otot tubuh. Tangan dan lengan diulurkan kemudian lemaskan dan biarkan terkulai wajar. Usahakan agar tetap rileks.

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TEKNIK RELAKSASI BENSON	
	<p>4. Mulai dengan bernapas yang lambat dan wajar, serta mengucapkan dalam hati kata-kata yang sudah dipilih pada saat menarik napas dan diulang saat mengeluarkan napas. Lemaskan seluruh tubuh disertai dengan sikap pasrah.</p> <p>5. Ulang terus point 4 selama 10-15 menit</p>
Terminasi	<p>1. Observasi tingkat kecemasan setelah inervensi</p> <p>2. Ucapkan salam</p>
Dokumentasi	Catat hasil observasi di dalam catatan perkembangan klien

Sumber : Datak (2015)

Lampiran 3. Diagram Alur Penelitian



Lampiran 4. Surat Pengantar Penelitian

Lembar Penjelasan Kepada Calon Subyek / Responden Penelitian

Calon responden penelitian : Sebelum Bapak /Ibu memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, Bapak / Ibu perlu memahami segala sesuatu tentang penelitian ini. Mohon Bapak/ Ibu meluangkan waktu untuk membaca informasi berikut dengan seksama. Silahkan meminta penjelasan kepada peneliti jika ada sesuatu yang tidak jelas atau jika Bapak / Ibu membutuhkan informasi lebih lanjut saat sebelum, selama, atau setelah berpartisipasi Bapak / Ibu dalam penelitian ini.

Judul penelitian :

Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Orif Di Ibs Rsud Kota Yogyakarta

Peneliti

Nama : Natalia Maniani Wayo
 Alamat : Jln. Sewon bantul, Yogyakarta
 Telepon : 082192470242
 Email : manianinatalia@gmail.com

Bapak/Ibu dimohon untuk berpartisipasi dalam penelitian yang disusun untuk mengetahui Pengaruh Teknik Distraksi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan Orif di Ruang Penerimaan di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Daerah Kota Yogyakarta

Hasil penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat dalam peningkatan pengetahuan tentang penurunan kecemasan. Bapak/Ibu terpilih sebagai responden dalam penelitian ini karena memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan dalam penelitian. Penelitian ini membutuhkan waktu satu sesi pertemuan sekitar 10 menit secara terstruktur. Adapun rencana susunan kegiatannya adalah sebagai berikut :

- 5 menit : Pembukaan Dan Pre test (kuesioner APAIS)
- 5 menit : Pemberian intervensi relaksasi benson
- 2 menit : Evaluasi Memberikan Post Test (Kuesioner APAIS), Dokumentasi Penutup.

Berikut penjelasan terkait dengan partisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian ini :

A. Kesukarelaan untuk ikut penelitian

Partisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian ini adalah sukarela. Bapak/Ibu dapat memutuskan apakah akan berpartisipasi atau tidak dalam penelitian ini. Jika Bapak/Ibu memutuskan akan berpartisipasi dalam penelitian ini, Bapak / Ibu akan diminta menandatangani formulir persetujuan. Selain itu, walaupun Bapak/Ibu telah memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini,

Bapak/Ibu dapat memutuskan untuk tidak berpartisipasi setiap saat tanpa dikenai denda atau sanksi apapun.

B. Prosedur penelitian

Apabila Bapak/Ibu bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, Bapak/Ibu dimohon untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah disiapkan sebanyak rangkap satu, untuk peneliti. Prosedur selanjutnya adalah Bapak/Ibu akan dimohon untuk mengisi daftar pertanyaan/ Pernyataan sekitar 10 menit untuk menjawab semua pertanyaan/ pernyataan yang ada (Pre test), yang sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu, dengan pilihan jawaban yang telah disediakan, sebelum pelaksanaan intervensi secara klasikal yang dijawab secara individu. Selanjutnya, di akhir sesi, Bapak/Ibu diminta mengisi kembali kuesioner yang diberikan secara langsung (Post test). Bapak/Ibu dapat meminta penjelasan lebih lanjut kepada peneliti bila ada beberapa kata yang tidak mengerti atau bila terdapat informasi baru selama penelitian yang dapat mempengaruhi kesediaan Bapak/Ibu untuk melanjutkan partisipasi.

C. Kewajiban responden penelitian

Sebagai responden penelitian, Bapak/Ibu dimohon bersedia ditemui dan memberikan keterangan yang diperlukan dengan mengisi kuesioner yang diberikan pada saat sebelum dan sesudah intervensi pada sesi yang sama. Bila belum jelas, Bapak/Ibu dapat bertanya lebih lanjut pada peneliti. Selama penelitian, Bapak/Ibu mengisi kuesioner dalam keadaan tenang dan fokus serta mandiri

D. Risiko/efek samping dan penanganannya

Pengisian kuesioner tentang “ Teknik Distraksi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan Orif Di Ruang Penerimaan Di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Daerah Kota Yogyakarta”

ini kemungkinan bapak/ibu mengalami ketidaknyamanan saat proses penelitian/pengisian kuesioner. Peneliti akan memberikan penjelasan terkait proses penelitian serta melakukan kontrak waktu dengan responden/ subyek penelitian sebelum berpartisipasi demikian juga peneliti akan memberikan jaminan kerahasiaan dalam penyimpanan data yang diperoleh.

E. Manfaat

Manfaat atas partisipasi Bapak/Ibu selama penelitian ini mungkin tidak dapat dirasakan secara langsung, namun peneliti berharap bahwa informasi yang diperoleh dari penelitian ini dapat memberikan pengetahuan baru tentang manfaat relaksasi benson untuk mengatasi kecemasan pada pasien pre operasi orif

F. Kerahasiaan

Identitas Bapak/Ibu dalam penelitian ini akan dirahasiakan. Peneliti akan memeriksa data penelitian yang dikumpulkan. Informasi dari penelitian ini akan digunakan semata – mata untuk tujuan ilmiah dan setiap publikasi yang

mungkin timbul dari penelitian ini tetap tidak akan mencantumkan nama Bapak/Ibu.

G. Kompensasi

Bapak/Ibu akan diberikan judul terapi musik untuk menurunkan kecemasan sebagai ucapan terima kasih peneliti atas kesediaan Bapak/ Ibu berpartisipasi dalam penelitian ini.

H. Pembiayaan

Keikutsertaan Bapak/Ibu dalam penelitian ini tidak dipungut biaya. Semua biaya yang terkait penelitian akan ditanggung oleh peneliti.

I. Informasi tambahan

Jika bapak / Ibu memiliki pertanyaan tentang hak – hak Bapak/Ibu sebagai responden penelitian, atau jika timbul masalah yang tidak diinginkan, Bapak/Ibu dapat menghubungi peneliti (Natalia Maniani Wayoi) di nomor kontak yang telah tercantum di identitas peneliti di atas

Hormat kami
Peneliti

Natalia Maniani Wayoi

Lampiran 5. Surat Permohonan Menjadi Responden

Kepada

Yth. Saudara/i Calon Responden

di Yogyakarta

Dengan Hormat,

Bersama ini saya Mahasiswa Program Pendidikan Profesi Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta :

Nama : Natalia Maniani Wayoi, S.Kep

NIM : PN.220972

Akan mengadakan penelitian dengan judul “Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi *Orif* di IBS RSUD Kota Yogyakarta”.

Sehubungan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaan saudara/i untuk menjadi responden dan bersedia mengisi kuesioner yang kami bagikan. Semua kerahasiaan atas informasi akan kami jaga sepenuhnya dan semua data yang kami peroleh hanya dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Demikian atas perhatian dan kesediaan saudara/i, saya ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, September 2023

Hormat saya,

Natalia Maniani Wayoi

Lampiran 6. Surat Persetujuan Menjadi Responden

SURAT PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama orang tua : (bisa inisial)
 Umur anak : thn
 Alamat :
 Nama Anak : (bisa inisial)
 No ID : (dikosongi)

Menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapat penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian yang berjudul : “Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi *Orif* di IBS RSUD Kota Yogyakarta”.
2. Setelah saya mendapat penjelasan dan memahaminya, dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi :
 - a. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah
 - b. Saya tidak mempunyai ikatan apapun dengan peneliti apabila saya mengundurkan diri dari penelitian dan bila hal itu terjadi, saya akan memberitahu sebelumnya tanpa harus menyampaikan alasan apapun.
 - c. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak dibebani biaya dan konsekuensi biaya

Adapun bentuk kesediaan saya adalah :

1. Bersedia ditemui dan memberikan keterangan yang diperlukan dengan mengisi kuesioner yang diberikan.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan, saya memahami keikutsertaan ini akan memberikan manfaat dan akan terjaga kerahasiaannya.

Yogyakarta, Sept, 2023

Mengetahui

Saksi

Responden

(.....) (.....)

Lampiran 7. TIDieR

Template for Intervention Description and Replication (TIDieR)

1. Nama intervensi

Tekni Relaksasi Benson

2. Dasar

- a. Memberikan informasi pada pasien tentang salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan pre operasi.
- b. Menambah referensi bagi profesional pemberi asuhan sebagai pedoman tatalaksana manajemen kecemasan pasien pre operasi.

3. Apa

Standar Operasional Prosedur Terlampir

4. Siapa yang memberikan

Perawat dengan latar belakang pendidikan minimal S1 Kesehatan/Keperawatan yang telah memiliki pemahaman dalam teknik relaksasi benson.

5. Bagaimana model pemberian

Melalui edukasi dan demonstrasi langsung kepada pasien

6. Dimana

Intervensi dilakukan di ruang Pre Operasi Instalasi Bedah Sentral RSUD Yogyakarta

7. Kapan dan berapa banyak

Intervensi dilakukan setelah responden menandatangani *inform consent*, melaksanakan *pretest*. Intervensi dilakukan selama 20 menit relaksasi benson, yang diakhiri dengan kegiatan refleksi/post test. Jumlah peserta 2 pasien yang akan menjalani tindakan operasi fraktur *orif*. Intervensi ini dilakukan sebanyak 1 kali sesuai dengan jumlah keseluruhan responden.

8. Penyesuaian

Intervensi ini menggunakan metode demonstrasi dan edukasi. Pelaksanaan intervensi ini bertempat di ruang Pre Operasi IBS RSUD Kota Yogyakarta.

9. Perubahan/Modifikasi

Pretest dilakukan sebelum pemberian intervensi, diberikan setelah responden menandatangani *inform consent* sebelumnya sekaligus kontrak waktu pelaksanaan intervensi. *Posttest* dilakukan setelah responden mendapatkan intervensi relaksasi benson.

10. Seberapa baik

Rencana: Intervensi akan disampaikan oleh fasilitator selama 20 menit, yang dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu persiapan, refleksi benson dan penutup.