

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Pre-Operasi**

##### **2.1.1 Pengertian Pre-Operasi**

Pembedahan merupakan tindakan medis invasif yang dilakukan dengan tujuan mendiagnosis, mengobati, serta menangani penyakit, cedera, maupun kelainan pada bentuk tubuh. Proses operasi umumnya diawali dengan melakukan sayatan untuk membuka bagian tubuh tertentu, dilanjutkan dengan tindakan perbaikan pada area yang bermasalah, dan diakhiri dengan penutupan sayatan melalui proses penjahitan (Yeni Oktavia Nursaroh et al., 2023).

##### **2.1.2 Indikasi Pre-Operasi**

Indikasi pre-operasi merujuk pada alasan atau kondisi yang memerlukan persiapan sebelum pembedahan. Tahap persiapan mencakup pemeriksaan fisik dan psikologis pasien guna memastikan kondisi tubuh berada pada keadaan optimal sebelum menjalani operasi. Proses ini meliputi evaluasi kesehatan secara keseluruhan, keseimbangan cairan dan elektrolit, status gizi, serta keadaan mental pasien. (Handayani et al., 2023).

##### **2.1.3 Kontraindikasi Pre-Operasi**

Kontraindikasi pre-operasi adalah kondisi atau faktor yang dapat meningkatkan risiko atau membuat pembedahan tidak aman bagi pasien kontraindikasi absolut meliputi penolakan pasien untuk menjalani operasi dan adanya infeksi di area yang akan dioperasi. Kontraindikasi relatif dapat mencakup kondisi medis tertentu yang memerlukan evaluasi lebih lanjut sebelum pembedahan dilakukan (Handayani et al., 2023).

#### 2.1.4 Pengkajian Pre-Operasi

Pengkajian pre-operasi pada kondisi klinik terbagi atas 2 bagian yaitu: pengkajian komprehensif yang dilakukan perawat pada bagian rawat inap, poliklinik, dan unit gawat, pengkajian klarifikasi ringkas dilakukan oleh perawat pre-operasi di kamar operasi. Pengkajian pre-operasi terdiri dari beberapa pengkajian diantaranya:

1. Pengkajian umum meliputi: identitas pasien dan persetujuan operasi (*informed consent*).
2. Riwayat kesehatan meliputi: penyakit yang pernah diderita, riwayat alergi, skala nyeri.
3. Psikososial meliputi: kecemasan, citra diri, pengetahuan.
4. Pemeriksaan fisik meliputi: tingkat kesadaran, tanda-tanda vital dan *head to toe*.
5. Pengkajian diagnostik meliputi: pemeriksaan laboratorium dan pemeriksaan echocardiography (Perioperatif, 2022)

### 2.2 Konsep Teori Kecemasan

#### 2.2.1 Pengertian

Kecemasan adalah rasa takut yang tidak jelas disertai dengan perasaan intim, ketidakberdayaan, isolasi, dan ketidaknyamanan. Kecemasan mulai muncul pada tahap pra-operasi ketika pasien mengantisipasi penghentiannya, perubahan pada citra dan fungsi tubuhnya, ketergantungan pada orang lain, kehilangan kendali, masalah finansial, dan perubahan pola hidup (Sitorus & Elita, 2024). Kecemasan merupakan reaksi tubuh secara fisiologis maupun psikologis terhadap suatu situasi atau kejadian yang penyebabnya tidak jelas. Respon ini cenderung bersifat negatif karena muncul akibat ancaman yang tidak spesifik atau tidak tampak jelas, sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman pada individu, termasuk pasien. (Sitorus & Elita, 2024).

### 2.2.2 Etiologi

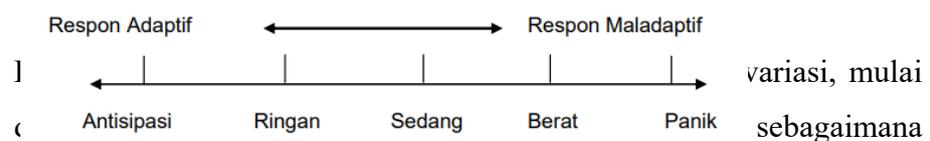
Perspektif psikoanalisis menggambarkan kecemasan sebagai tanda bahaya yang kadang-kadang tidak disadari seseorang. Menurut perspektif ini, kecemasan memberi sinyal pada ego untuk membentuk pertahanan terhadap tekanan, karena tanpa disadari seseorang merasa takut akan hukuman yang akan diterima. Perspektif kognitif menggambarkan kecemasan sebagai gangguan yang disebabkan oleh proses berpikir yang menyimpang, yang mirip dengan respon seseorang (Amalia et al., 2023).

### 2.2.3 Tanda Dan Gejala Kecemasan

Ada beberapa tanda dan gejala dari kecemasan menurut (Unicef, 2022), yaitu sebagai berikut:

1. Gejala Fisik
  - a. Napas terengah-engah, sakit kepala, atau merasa seperti akan kehilangan kesadaran.
  - b. Detak jantung jadi cepat, terkadang diiringi tekanan darah yang juga tinggi
  - c. Rasa tidak nyaman di perut, termasuk kram perut, atau ingin ke toilet berkali-kali
  - d. Sulit tidur atau hilang selera makan
  - e. Mulut kering, berkeringat berlebihan atau merasa kepanasan
2. Gejala Emosional
  - a. Kesulitan untuk fokus, hilang konsentrasi
  - b. Merasa panik, gugup, atau tegang
  - c. Merasa kewalahan atau ketakutan
  - d. Merasa tidak bisa mengendalikan suatu situasi
  - e. Merasa letih dan mudah marah (Unicef, 2022)

### 2.2.4 Rentang Respon



ditunjukkan pada gambar. (Tukatman, ddk, 2023).

1. Respon adaptif muncul saat individu mampu menghadapi dan mengelola kecemasan yang dirasakan, sehingga berdampak positif. Kecemasan dalam konteks ini dapat menjadi sumber motivasi untuk menyelesaikan masalah dan mendorong pencapaian yang optimal. Biasanya, individu mengatasi kecemasan dengan cara-cara yang konstruktif, seperti berbicara dengan orang terdekat, menangis, beristirahat, atau menerapkan teknik relaksasi.
2. Respon Respons maladaptif muncul ketika seseorang tidak mampu mengendalikan kecemasan yang dialaminya, sehingga cenderung memakai mekanisme koping yang kurang efektif atau bersifat disfungsional. Bentuk dari koping maladaptif ini dapat beragam, seperti berbicara secara tidak terarah, menunjukkan perilaku agresif, mengonsumsi alkohol, atau berjudi (Tukatman, ddk, 2023).

#### **2.2.5 Tingkat Kecemasan**

Ada 4 tingkat kecemasan menurut (Tukatman, ddk, 2023) sebagai berikut:

1. Kecemasan Ringan  
Tingkat ini berhubungan dengan aktivitas harian. Kecemasan pada level ringan dapat memperkuat kewaspadaan dan mendorong munculnya kreativitas, serta memberikan dorongan lebih dalam.
2. Kecemasan Sedang  
Pada tahap ini, individu mampu lebih fokus pada hal yang dianggap penting sambil mengabaikan aspek lain yang kurang relevan. Meskipun perhatian menjadi lebih selektif, individu masih dapat berkonsentrasi pada berbagai hal jika mendapat arahan yang tepat.
3. Kecemasan Berat  
Pada tingkat ini, individu cenderung hanya memusatkan perhatian pada satu hal spesifik sehingga mengabaikan aspek

lain di sekitarnya. Akibatnya, mereka memerlukan bimbingan yang lebih banyak agar dapat mengalihkan fokus ke hal lain.

#### 4. Panik

Tahap panik ditandai dengan perasaan terkejut, ketakutan yang mendalam, serta sensasi seperti diteror. Pada kondisi ini, individu bisa kehilangan kendali, mengalami kepanikan hebat, dan sulit mengikuti instruksi. Panik juga menyebabkan gangguan dalam keteraturan kepribadian, meningkatkan aktivitas motorik, mengurangi kemampuan berinteraksi sosial, mengubah persepsi, serta menghambat pemikiran rasional (Tukatman, ddk, 2023).

### 2.2.6 Faktor pencetus kecemasan

Faktor pencetus kecemasan adalah ancaman terhadap integritas seseorang, hal ini meliputi ketidakmampuan fisiologis oleh karena menurunnya fungsi akibat trauma. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di bagi menjadi dua diantaranya faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor internal mencakup : usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, kondisi ekonomi, kondisi fisik, serta tipe kepribadian seseorang.
2. Faktor eksternal meliputi rangsangan sensorik, latar belakang sosial dan budaya, serta dukungan yang diberikan oleh keluarga. (Tukatman, ddk, 2023).

### 2.2.7 Dampak yang ditimbulkan oleh kecemasan

Menurut Suliswati (2014), kecemasan dapat menimbulkan berbagai dampak, antara lain sebagai berikut.

- 1) Fisiologis
  - a. Sistem kardiovaskular : ditandai dengan peningkatan tekanan darah, denyut nadi yang lebih cepat, hingga kemungkinan kehilangan kesadaran atau pingsan.
  - b. Sistem pernapasan : ditandai dengan napas yang cepat dan berat, rasa sesak di dada, kesulitan bernapas, hiperventilasi,

pernapasan yang dangkal, serta pembengkakan pada area tenggorokan.

- c. Sistem gastrointestinal: mencakup gejala seperti mual, muntah, diare, rasa tidak nyaman dan nyeri pada perut, serta penurunan nafsu makan..
- d. Sistem neuromuskular : meliputi peningkatan refleks, gangguan tidur seperti insomnia, gemetar (tremor), mudah terkejut, kejang otot, rasa gelisah, ekspresi wajah yang tegang, kelemahan pada seluruh tubuh, serta gerakan yang menjadi kaku.
- e. Kulit : dapat mengalami perubahan, misalnya tampak pucat, terasa hangat, atau bahkan dingin.
- f. Sistem urinarius : muncul tekanan pada kandung kemih yang menyebabkan keinginan untuk buang air kecil.
- g. Gangguan koordinasi, respons berlebihan (hiperreaktif), serta munculnya perilaku menghindar terhadap situasi tertentu.
- h. Kehilangan kemampuan untuk berpikir secara objektif, hilangnya kontrol diri, serta munculnya ketakutan akan cedera atau kematian.
- i. Aspek afektif : ditandai oleh munculnya rasa tegang, ketakutan, serta kegugupan.

#### **2.2.8 Penanganan kecemasan**

Menurut Hawari Dadang (2013), terdapat beberapa metode yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan, di antaranya adalah:

1. Penatalaksanaan secara farmakologis Penggunaan obat-obatan untuk mengatasi kecemasan umumnya melibatkan golongan benzodiazepin. Obat ini efektif untuk meredakan gejala dalam jangka pendek, namun tidak disarankan digunakan dalam jangka panjang karena dapat menimbulkan toleransi dan ketergantungan.

2. Penatalaksanaan non farmakologis meliputi berbagai teknik seperti relaksasi pernapasan dalam, hipnoterapi lima jari, dan relaksasi dengan musik. Metode ini tergolong dalam terapi nonfarmakologis yang bertujuan mengurangi kecemasan. Relaksasi merupakan salah satu bentuk terapi komplementer yang dikenal sebagai mind-body therapy, dengan penekanan pada hubungan antara pikiran dan tubuh.
  - a) Penyampaian informasi, yakni memberikan penjelasan mengenai kondisi pasien dan rencana tindakan keperawatan, dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan. Terjalannya komunikasi yang efektif dan hubungan terapeutik antara perawat dan pasien juga berperan penting dalam menurunkan kecemasan yang dirasakan pasien.
  - b) Dukungan keluarga. Kehadiran dan dukungan dari keluarga dapat memperkuat mekanisme koping individu, khususnya melalui pemberian dukungan emosional serta saran-saran berdasarkan pengalaman sebelumnya. Keluarga juga dapat membantu mengarahkan individu untuk lebih fokus pada hal-hal yang bersifat positif.
  - c) Terapi musik. Terapi musik adalah salah satu pendekatan yang efektif untuk membantu menurunkan stres dan kecemasan. Musik mampu memengaruhi hormon-hormon yang berhubungan dengan stres, meredakan ketegangan otot, serta meningkatkan koordinasi dan pergerakan tubuh. Melalui sistem saraf otonom, rangsangan dari saraf pendengaran yang menghubungkan telinga dengan berbagai otot tubuh berkontribusi dalam proses ini. Selain itu, musik terbukti dapat memengaruhi respons neurofisiologis, sehingga menimbulkan efek relaksasi melalui mekanisme kerja sistem saraf pusat dan otonom.
  - d) Penedejatan spiritual. Menghadapi tindakan pembedahan seringkali menimbulkan kekhawatiran yang mendalam, karena

memunculkan perasaan berada di ambang antara hidup dan mati. Dalam situasi seperti ini, kehadiran Tuhan sebagai Sang Pencipta menjadi sangat berarti, sehingga pasien sangat membutuhkan dukungan spiritual untuk memberikan ketenangan dan kekuatan batin.

### **2.2.9 Alat Ukur Tingkat Kecemasan**

Menurut Lautan & Savitri, pada tahun 2021, Metode yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan adalah Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), yaitu sebuah instrumen yang dikembangkan oleh Max Hamilton untuk menilai tingkat keparahan kecemasan seseorang dan untuk mengatasi kecemasan sebagai gangguan klinis dan untuk mengukur gejalanya, kuesioner HARS terdiri dari empat belas pertanyaan, masing-masing terdiri dari tiga belas kategori pertanyaan yang berkaitan dengan gejala kecemasan dan satu kategori pertanyaan yang berkaitan dengan perilaku selama wawancara, yaitu:

1. Perasaan cemas : Mengalami rasa tidak nyaman, takut terhadap pikiran sendiri, dan mudah merasa khawatir.
2. Ketegangan : Merasakan tegang, gelisah, cemas, mudah menangis, merasa lelah, sulit beristirahat dengan tenang, serta mudah terkejut.
3. Ketakutan : Muncul rasa takut terhadap kegelapan, orang yang tidak dikenal, tempat tertutup atau terlindungi, hewan berukuran besar, maupun berada di tengah keramaian.
4. Gangguan tidur : Sulit untuk memulai tidur, sering terbangun di malam hari, tidur tidak nyenyak, bangun dengan kondisi lelah, serta mengalami banyak mimpi termasuk mimpi buruk atau menakutkan.
5. Gangguan kecerdasn : kehilangan ingatan dan kesulitan berkonsentrasi.

6. Gejala depresi : Kehilangan ketertarikan terhadap berbagai aktivitas, tidak lagi menikmati hobi yang sebelumnya digemari, merasa sedih, sering terbangun terlalu pagi, serta mengalami perubahan suasana hati sepanjang hari.
7. Gejala somatik : Meliputi nyeri otot, rasa kaku, kedutan pada otot, gigi bergemeletuk, dan suara yang terdengar tidak stabil atau bergetar.
8. Gejala sensorik : Meliputi telinga berdenging (tinitus), penglihatan buram, serta kemerahan pada wajah.
9. Gejala psikologis : berkurangnya rasa percaya diri, hilangnya minat, dan berkurangnya kesenangan dalam melakukan hobi.
10. Gejala pada sistem pernapasan : mencakup rasa sesak atau tertekan di dada, sensasi tercekik, sering menarik napas panjang, serta napas menjadi pendek atau terasa sesak.
11. Gejala pada sistem pencernaan : meliputi kesulitan menelan, perut kram atau melilit, gangguan pencernaan, nyeri perut sebelum atau sesudah makan, sensasi panas seperti terbakar di perut, perut kembung, mual, muntah, feses cenderung lembek, penurunan berat badan, serta kesulitan buang air besar.
12. Gejala pada sistem urogenital : ditandai dengan peningkatan frekuensi buang air kecil, kesulitan menahan keluarnya urin, serta gangguan siklus menstruasi seperti tidak mengalami menstruasi (amenore) atau perdarahan menstruasi berlebihan (menorrhagia), hilangnya gairah seksual (frigiditas), ejakulasi dini, ereksi yang kurang maksimal, hingga disfungsi ereksi (impotensi).
13. Gejala pada sistem saraf otonom : ditandai dengan mulut yang terasa kering, wajah memerah, tubuh mudah berkeringat, kepala terasa pusing, serta munculnya respons fisik seperti merinding atau bulu roma yang berdiri (Lautan & Savitri, 2021).

## **2.3 Konsep Teori Terapi Musik klasik**

### **2.3.1 Pengertian**

Terapi musik didefinisikan sebagai upaya yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental melalui rangsangan suara yang mencakup melodi, ritme, serta musik dengan harmoni, timbre, bentuk, dan gaya yang diatur sedemikian rupa sehingga memberikan dampak positif bagi tubuh dan pikiran. Sistem saraf otonom adalah bagian dari sistem saraf yang mengontrol tekanan darah, denyut jantung, fungsi otak, serta perasaan dan emosi. Musik sangat sensitif terhadap kedua sistem ini.

Saat kita merasa sakit, kita menjadi takut, frustrasi, dan marah, yang menegangkan otot kita, membuat rasa sakit menjadi lebih parah. Menjadikan kebiasaan mendengarkan musik membantu tubuh dan pikiran menjadi lebih santai, yang membantu menyembuhkan dan mencegah rasa sakit (Pokhrel, 2024).

### **2.3.2 Tujuan Terapi Musik**

Salah satu bentuk teknik relaksasi yang dikenal sebagai terapi musik memiliki tujuan untuk menurunkan perilaku agresif, menumbuhkan rasa tenang, menanamkan nilai moral, mengendalikan emosi, meningkatkan aspek spiritual, serta membantu pemulihan gangguan psikologis. Terapi ini juga dimanfaatkan oleh psikolog dan psikiater dalam menangani berbagai permasalahan psikologis dan gangguan kejiwaan (Sari 2023).

### **2.3.3 Langkah - Langkah Terapi Musik**

Terapi musik memiliki tahapan-tahapan tertentu yang perlu dilakukan agar tujuan dari terapi ini dapat tercapai secara efektif. Adapun langkah-langkah dalam pelaksanaan terapi musik menurut, (Lenovo, 2021)

1. Persiapan
  - a. Persiapan alat dan lingkungan

- 1) Kursi dan meja
  - 2) Kaset, CD, tape recorder, atau mp3, jenis musik yang digunakan
  - 3) Lingkungan yang tenang dan nyaman
- b. Persiapan klien
- 1) Sampaikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan tata cara pelaksanaan terapi musik, serta mintalah persetujuan dari klien sebelum terapi dilakukan.
  - 2) Atur posisi tubuh klien agar berada dalam keadaan yang nyaman dan rileks.
- c. Prosedur
- 1) Berikan kesempatan kepada klien untuk memilih jenis musik yang disukai.
  - 2) Nyalakan pemutar musik dan sesuaikan tingkat volume dengan preferensi klien.
  - 3) Biarkan klien menikmati atau mendengarkan musik selama kurang lebih 10 menit.
  - 4) Ketika klien sedang mendengarkan musik, bantu arahkan agar tetap fokus dan santai pada alunan lagu, serta berusaha melepaskan segala beban pikiran yang dirasakan.
  - 5) Setelah musik selesai diputar, berikan kesempatan kepada klien untuk mengungkapkan perasaan yang dialami selama mendengarkan musik, serta menyampaikan perubahan apa pun yang dirasakan dalam dirinya.
- d. Evaluasi
- 1) Pasien tidak mengalami kecemasan
  - 2) Pasien tidak mengalami gejala kecemasan
  - 3) Pasien tidak mengalami ekspresi wajah yang tidak tenang

### **2.3.4 Jenis Musik Yang Memberikan Efek Menurunkan Kecemasan**

Berikut beberapa jenis musik yang dapat memberikan efek untuk menurunkan kecemasan, adalah:

1. Musik Klasik

Musik klasik kerap dipandang sebagai salah satu bentuk seni yang paling menenangkan. Dengan melodi yang harmonis dan tempo yang lembut, jenis musik ini terbukti mampu menurunkan tingkat kecemasan. (Muhamad Nur Faizi, 2023).

## 2. Musik Instrumental

Musik instrumental, yang tidak memiliki lirik atau vokal, sering kali menjadi pilihan yang baik untuk meredakan stres dan kecemasan. Hal ini disebabkan oleh kemampuan musik instrumental untuk mengalihkan fokus dari pikiran yang mengganggu tanpa gangguan dari lirik. Ketika kita mendengarkan musik instrumental, kita cenderung lebih fokus pada melodi dan instrumen, yang dapat menciptakan perasaan ketenangan dan relaksasi, (Muhamad Nur Faizi, 2023).

### 2.3.5 Manfaat Terpai Musik

Musik bermanfaat memberikan efek terhadap peningkatan kesehatan, antara lain membantu mengurangi ketegangan otot, meredakan nyeri, menciptakan suasana yang rileks, aman, dan menyenangkan. Musik memengaruhi sistem limbik serta saraf otonom, sehingga merangsang pelepasan endorfin yang mampu menghambat neurotransmitter penyebab nyeri, menyeimbangkan dan memperlambat gelombang otak, serta menurunkan denyut jantung, frekuensi nadi, dan tekanan darah (K. P. Jiwa & Jiwa, 2024)

Terapi musik termasuk dalam metode nonfarmakologis yang dapat memberikan efek penyembuhan, meningkatkan kemampuan berpikir, menumbuhkan perasaan positif, memperbaiki kinerja, meningkatkan fungsi kognitif, serta menurunkan tingkat stres, kecemasan, dan nyeri. Manfaat ini terutama terasa di lingkungan klinis seperti rumah sakit. Efektivitas terapi musik didasari kemampuannya memicu perubahan emosional dan fisik, seperti menimbulkan relaksasi, mendorong refleksi, memicu gerakan, dan memfasilitasi meditasi, akibatnya dari perubahan emosional dapat mempengaruhi suasana hati dan kemudian mengubah

persepsi setelah operasi, menjelaskan hubungan antara kecemasan sebelum operasi dan gejala pasca operasi (K. P. Jiwa & Jiwa, 2024)

Salah satu jenis teknik relaksasi yang dikenal sebagai terapi musik bertujuan untuk mengurangi perilaku agresif, menciptakan rasa tenang, menanamkan nilai moral, membantu pengendalian emosi, meningkatkan perkembangan spiritual, serta mendukung pemulihan gangguan psikologis. Terapi musik juga dimanfaatkan oleh psikolog dan psikiater untuk menangani beragam masalah psikologis dan gangguan kejiwaan. (K. P. Jiwa & Jiwa, 2024)