



Efektivitas Intervensi Keperawatan dalam Mengurangi Kecemasan Pasien Praoperasi: Sebuah Systematic Literature Review

Thahirah¹, Jumeiyanti Fajar Sitta Pesihatu², Hadi Nugroho³

^{1,2}Universitas Salakanagara

³Universitas Ichsan Satya

Email: thahirah@unsaka.ac.id

ABSTRAK

Kecemasan praoperasi merupakan respons emosional yang umum dialami pasien sebelum menjalani prosedur bedah dan dapat berdampak negatif terhadap pemulihan, persepsi nyeri, serta hasil klinis. Kajian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas intervensi keperawatan dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien praoperasi melalui pendekatan systematic literature review. Pencarian dilakukan pada basis data PubMed, Scopus, CINAHL, ScienceDirect, dan Web of Science, dengan menggunakan kata kunci terkait seperti “kecemasan praoperasi” dan “intervensi keperawatan.” Dari 490 artikel yang diidentifikasi, hanya 10 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis lebih lanjut. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa intervensi keperawatan, seperti pendidikan praoperasi, kunjungan keperawatan, teknik relaksasi, musik terapeutik, dan aromaterapi, efektif dalam menurunkan kecemasan pasien secara signifikan. Studi juga menunjukkan bahwa metode non-farmakologis dapat menjadi alternatif yang aman dan hemat biaya dalam pengelolaan kecemasan praoperasi. Selain itu, intervensi yang diberikan secara personal dan berpusat pada pasien terbukti meningkatkan kontrol diri pasien dan mempercepat pemulihan pascaoperasi. Temuan ini menegaskan bahwa integrasi intervensi keperawatan praoperasi yang sistematis perlu menjadi bagian dari standar pelayanan bedah untuk meningkatkan kualitas hidup dan hasil klinis pasien. Oleh karena itu, peran perawat sangat strategis dalam merancang intervensi yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan pasien.

Kata kunci: Kecemasan praoperasi, Intervensi keperawatan, Pendidikan pasien, Terapi non-farmakologis, Pemulihan pascaoperasi

ABSTRACT

Preoperative anxiety is a common emotional response experienced by patients before undergoing surgical procedures and can have a negative impact on recovery, pain perception, and clinical outcomes. This study aims to analyze the effectiveness of nursing interventions in reducing preoperative anxiety levels through a systematic literature review approach. The search was conducted on the PubMed, Scopus, CINAHL, ScienceDirect, and Web of Science databases, using relevant keywords such as “preoperative anxiety” and “nursing intervention.” Of the 490 articles identified, only 10 articles met the inclusion criteria and were further analyzed. The review results showed that nursing interventions, such as preoperative education, nursing visits, relaxation techniques, therapeutic music, and aromatherapy, were effective in significantly reducing patient anxiety. The study also showed that non-pharmacological methods can be a safe and cost-effective alternative in managing preoperative anxiety. Additionally, personalized and patient-centered interventions were found to improve patients' self-control and accelerate postoperative recovery. These findings emphasize that the systematic integration of preoperative nursing interventions should be part of surgical care standards to enhance patients' quality of life and clinical outcomes. Therefore, nurses play a strategic role in designing interventions tailored to patients' characteristics and needs.

Keywords: Preoperative anxiety, Nursing intervention, Patient education, Non-pharmacological therapy, Postoperative recovery

PENDAHULUAN

Kecemasan praoperasi adalah respons emosional yang umum terjadi pada pasien yang akan menjalani tindakan pembedahan (Narmawan et al., 2020). Kecemasan ini dapat bermanifestasi sebagai perasaan takut, khawatir, tegang, dan gelisah, yang dipicu oleh antisipasi terhadap prosedur pembedahan, hasil yang tidak pasti, dan potensi komplikasi (Bawaeda & Wanda, 2022). Tingkat kecemasan yang tinggi dapat berdampak negatif pada berbagai aspek pengalaman pasien, termasuk peningkatan persepsi nyeri pascaoperasi, pemulihan yang lebih lambat, dan peningkatan risiko komplikasi (Kusuma & Nurhidayati, 2021). Oleh karena itu, pengelolaan kecemasan praoperasi menjadi sangat penting dalam praktik keperawatan perioperatif. Intervensi keperawatan yang efektif dapat membantu mengurangi kecemasan pasien, meningkatkan kenyamanan mereka, dan mengoptimalkan hasil pembedahan. Perawat memiliki peran penting dalam memberikan dukungan emosional, informasi, dan intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi kecemasan pasien sebelum operasi. Intervensi ini dapat mencakup teknik relaksasi, guided imagery, musik terapeutik, dan pendidikan pasien yang komprehensif.

Kecemasan praoperasi merupakan masalah multidimensional yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, riwayat medis, jenis pembedahan, dan dukungan sosial. Pasien yang lebih muda, wanita, dan mereka yang memiliki riwayat kecemasan atau depresi cenderung mengalami tingkat kecemasan praoperasi yang lebih tinggi. Selain itu, pasien yang menjalani pembedahan besar atau yang memiliki risiko komplikasi yang lebih tinggi juga lebih mungkin mengalami kecemasan yang signifikan. Kecemasan praoperasi dapat memicu respons fisiologis seperti peningkatan denyut jantung, tekanan darah, dan kadar kortisol, yang dapat berdampak negatif pada sistem kardiovaskular dan kekebalan tubuh. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor risiko kecemasan pada pasien praoperasi dan menyesuaikan intervensi keperawatan yang sesuai dengan kebutuhan individu mereka. Dengan memahami faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan praoperasi, perawat dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk mengurangi kecemasan pasien dan meningkatkan pengalaman pembedahan mereka secara keseluruhan.

Aromaterapi inhalasi lavender telah terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan pada berbagai populasi pasien (Ayamah et al., 2024; Telaumbanua et al., 2024). Minyak esensial lavender mengandung senyawa seperti linalool dan linalylacetate, yang memiliki efek anxiolytic dan sedatif (Telaumbanua et al., 2024). Aromaterapi bekerja dengan menstimulasi sistem limbik di otak, yang mengatur emosi dan perilaku. Inhalasi aroma lavender dapat membantu menenangkan sistem saraf, mengurangi perasaan cemas dan tegang, dan meningkatkan relaksasi. Penggunaan premedikasi sebelum anestesi dan pembedahan bertujuan untuk mengurangi kecemasan pasien, di mana Benzodiazepin sering digunakan sebagai agen ansiolitik (Baran et al., 2020). Penjelasan prosedur yang akan dilakukan dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan pasien dan meningkatkan kerjasama selama pemeriksaan (G et al., 2020). Selain itu, terapi komplementer seperti aromaterapi juga dapat membantu menurunkan kecemasan (Ningsih et al., 2024).

Tujuan dari systematic literature review ini adalah untuk menganalisis efektivitas berbagai intervensi keperawatan dalam mengurangi kecemasan pasien praoperasi. Secara khusus, tinjauan ini akan berfokus pada identifikasi jenis-jenis intervensi keperawatan yang paling efektif, faktor-faktor yang memengaruhi efektivitas intervensi, dan dampak intervensi terhadap hasil pasien.

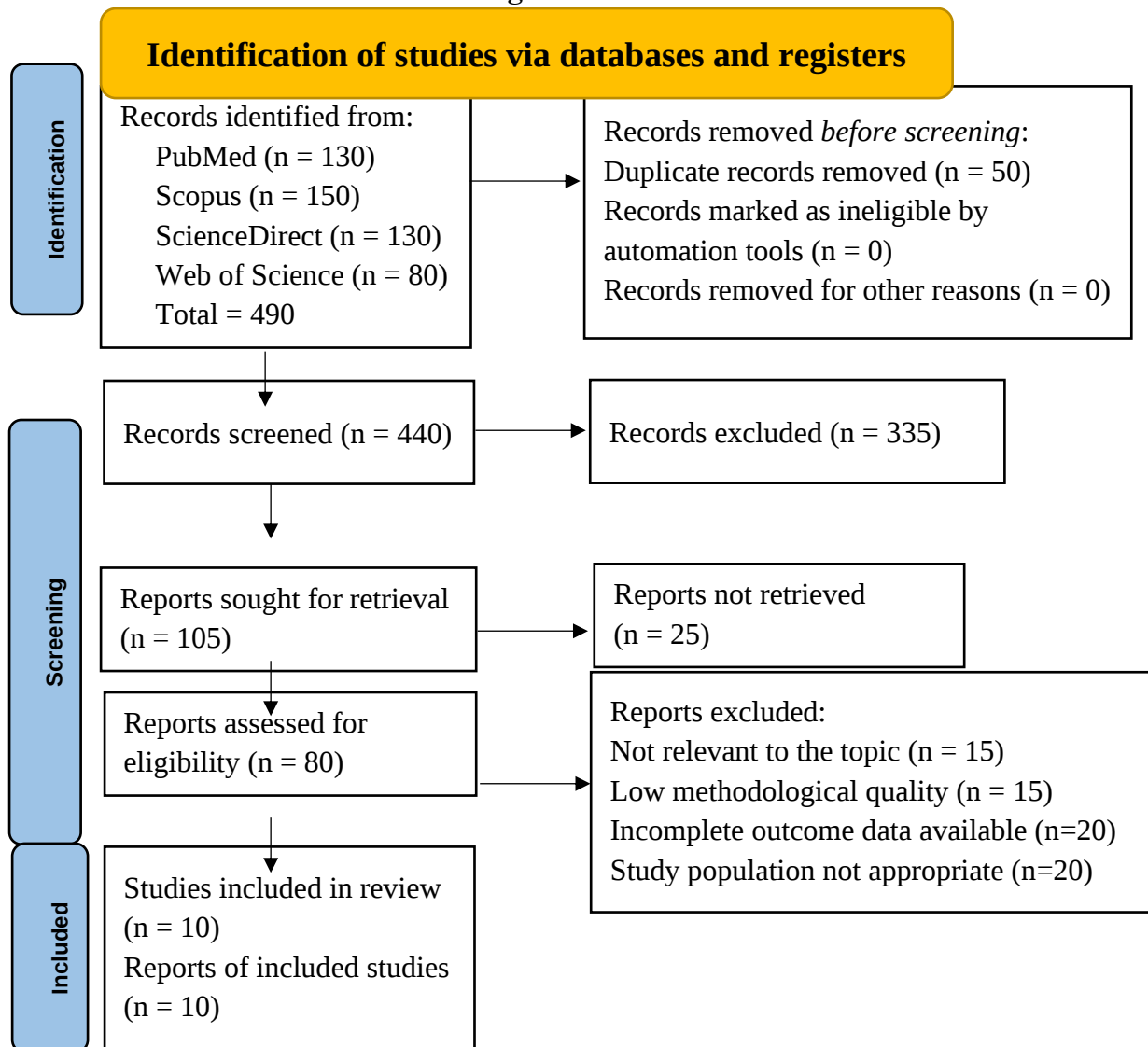
METODE PENELITIAN

Dalam melakukan kajian literatur sistematis ini, digunakan berbagai basis data elektronik seperti PubMed, Scopus, dan CINAHL untuk mengidentifikasi studi relevan yang meneliti efektivitas intervensi keperawatan dalam mengurangi kecemasan pasien praoperasi. Kata kunci pencarian yang digunakan meliputi "kecemasan praoperasi," "intervensi keperawatan," "teknik relaksasi," "guided imagery," "musik terapeutik," dan "pendidikan pasien." Kriteria inklusi yang ditetapkan mencakup studi penelitian yang diterbitkan dalam bahasa Inggris atau Indonesia dalam rentang waktu 10 tahun terakhir, dengan desain penelitian kuantitatif seperti randomized

controlled trials dan quasi-experimental studies. Kriteria eksklusi mencakup studi dengan desain penelitian kualitatif, studi kasus, laporan konferensi, dan artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian.

Setelah proses identifikasi dan seleksi studi, data diekstraksi dari setiap studi yang memenuhi syarat menggunakan formulir ekstraksi data standar. Informasi yang diekstraksi mencakup karakteristik studi (misalnya, desain penelitian, ukuran sampel, populasi studi), deskripsi intervensi keperawatan (misalnya, jenis intervensi, durasi, frekuensi), dan hasil yang diukur (misalnya, tingkat kecemasan, kepuasan pasien, penggunaan analgesik pascaoperasi). Kualitas metodologis dari setiap studi dinilai menggunakan instrumen penilaian kualitas yang sesuai, seperti Cochrane Risk of Bias Tool untuk randomized controlled trials. Data yang diekstraksi kemudian disintesis menggunakan metode naratif dan meta-analisis, jika memungkinkan. Meta-analisis dilakukan untuk menggabungkan hasil dari beberapa studi yang mengukur hasil yang sama, menggunakan model efek acak untuk memperhitungkan variasi antar studi.

Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses (PRISMA) Diagram Flow



Berdasarkan pada *Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) Diagram Flow di atas, proses pemilihan dan penyaringan literatur dilakukan secara sistematis dan terstruktur untuk memastikan hanya studi-studi yang memenuhi kriteria inklusi yang dimasukkan

dalam tinjauan sistematis. Proses ini diawali pada tahap identifikasi, di mana sejumlah 490 artikel ditemukan melalui empat database utama, yaitu PubMed (n = 130), Scopus (n = 150), ScienceDirect (n = 130), dan Web of Science (n = 80). Sebelum proses penyaringan dilakukan, sebanyak 50 artikel dihapus karena merupakan duplikasi, sehingga menyisakan 440 artikel yang siap untuk disaring.

Tahap selanjutnya adalah penyaringan awal, di mana dari 440 artikel yang disaring berdasarkan judul dan abstrak, sebanyak 335 artikel dieliminasi karena tidak sesuai dengan kriteria awal. Dari penyaringan ini, diperoleh 105 artikel yang kemudian dicari dan dikaji lebih lanjut pada tahap retrieval. Namun, 25 artikel di antaranya tidak dapat diperoleh untuk dianalisis lebih lanjut, menyisakan 80 artikel yang dapat dinilai kelayakannya secara penuh.

Pada tahap penilaian kelayakan (*eligibility assessment*), dilakukan evaluasi secara menyeluruh terhadap 80 artikel yang tersedia. Hasilnya, hanya 10 artikel yang memenuhi semua kriteria inklusi dan akhirnya dimasukkan ke dalam tinjauan sistematis. Sebanyak 70 artikel lainnya dikeluarkan karena berbagai alasan: 15 artikel tidak relevan dengan topik penelitian, 15 artikel memiliki kualitas metodologis yang rendah, 20 artikel tidak menyediakan data hasil (outcome) yang lengkap, dan 20 artikel memiliki populasi studi yang tidak sesuai dengan kriteria.

Dengan demikian, dari total 490 artikel awal yang ditemukan, hanya 10 artikel yang lolos seleksi ketat dan diikutsertakan dalam tinjauan akhir. Diagram PRISMA ini mencerminkan rigor dan transparansi dalam proses pemilihan literatur yang esensial dalam penyusunan tinjauan sistematis dan meta-analisis yang valid dan andal.

HASIL PENELITIAN

No	Judul Artikel	Temuan Utama
1	Effectiveness of Pre-Operative Nursing Intervention Program on Anxiety and Perceived Control Program in Patient Undergoing Cardiac Surgery (Yasin et al., 2024)	Program intervensi keperawatan pra operasi efektif mengurangi kecemasan pasien jantung, menurunkan skor rata-rata dari 47,2 menjadi 38,3 ($p < 0,001$) dan meningkatkan kontrol yang dirasakan (22,4 menjadi 26,8, $p < 0,01$).
2	Effectiveness of Nursing Interventions for Preoperative Anxiety in Adults: A Systematic Review With Meta-Analysis (Ruiz Hernández et al., 2021)	Intervensi keperawatan terbukti mengurangi kecemasan pra-operasi, menurut meta-analisis yang menggunakan STAI. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi dan memvalidasi efektivitasnya pada sampel yang lebih beragam.
3	The Effectiveness of Preoperative Nursing Visitation in Reducing the Level of Preoperative Anxiety and Postoperative Pain in Elective Surgery Patients: A Systematic Literature Review (Jatmiko, 2023)	Kunjungan keperawatan pra operasi efektif mengurangi kecemasan dan komplikasi pasca operasi, terutama nyeri, menjadikannya protokol penting dalam perawatan rutin untuk pasien bedah.
4	Effect of Preoperative Nursing Visit on Anxiety and Postoperative Complications in Patients Undergoing Radical Prostatectomy: A Retrospective Study (Zhang et al., 2024)	Kunjungan keperawatan pra-operasi secara signifikan mengurangi kecemasan pada pasien prostatektomi radikal, dengan skor HAMA dan HAMD lebih rendah, serta mendukung pemulihan pasca-operasi yang lebih baik, tercermin dari skor SF-36 lebih tinggi.
5	Efficacy of Nonpharmacologic Interventions in Preoperative Anxiety: A	Intervensi musik, pijat, dan realitas virtual efektif mengurangi kecemasan pra-operasi. Mereka hemat biaya, minimal invasif, dan

	Systematic Review of Systematic Reviews (Agüero-Millan et al., 2023)	berisiko rendah, menjadikannya alternatif atau pelengkap terapi obat yang layak.
6	The Effect of Preoperative Educational Intervention on Anxiety and Pain of Patients Undergoing Spinal Decompression Surgery: A Pilot Randomized Controlled Study (Feninets et al., 2022)	Intervensi pendidikan pra-operasi pada pasien dekompresi tulang belakang dapat mengurangi intensitas nyeri pasca-operasi. Perawat dan penyedia layanan kesehatan perlu mengintegrasikan pendidikan pasien untuk mendukung pemulihan dan kesejahteraan pasien.
7	Design of a Nursing Psychoeducation Program to Reduce Preoperative Anxiety in Adults (Oliveira et al., 2024)	Studi ini merancang program psikoedukasi untuk mengurangi kecemasan pra-operasi pada dewasa, menggunakan teknik relaksasi, pernapasan, dan gangguan. Program ini efektif dalam meningkatkan kerja sama pasien, mengurangi waktu operasi, dan komplikasi bedah.
8	Impact of an Operating Room Nurse Preoperative Dialogue on Anxiety, Satisfaction and Early Postoperative Outcomes in Patients Undergoing Major Visceral Surgery—A Single Center, Open-Label, Randomized Controlled Trial (Dias et al., 2022)	Dialog pra operasi dengan pendekatan berpusat pada pasien dapat mengurangi kecemasan pra operasi pada pasien visceral mayor. Namun, tidak ditemukan perbedaan signifikan dalam kepuasan, nyeri pasca operasi, konsumsi opiat, mual, muntah, atau lama tinggal antara kedua kelompok.
9	The Effect of Familiarization with Preoperative Care on Anxiety and Vital Signs in the Patient's Cesarean Section: A Randomized Controlled Trial (Mostafayi et al., 2021)	Studi ini menyimpulkan bahwa pengenalan perawatan pra operasi mengurangi kecemasan pasien caesar dan menstabilkan tanda vital, dengan penurunan signifikan pada detak jantung, laju respirasi, serta tekanan darah setelah intervensi.
10	Determining Effects of Preoperative Nursing Visit on Anxiety and Pain Level of Patients After Surgery: The Right Methodology Is Needed (Yang et al., 2023)	Studi ini menyimpulkan bahwa kunjungan pra-operasi oleh perawat ruang operasi lebih efektif mengurangi kecemasan pasien laparoscopi dibandingkan perawat layanan, menunjukkan pentingnya pendidikan pra-operasi dalam meningkatkan hasil pasca-operasi.

Kecemasan pra-operasi merupakan salah satu tantangan utama dalam perawatan pasien bedah, karena dapat memengaruhi tidak hanya kondisi psikologis pasien tetapi juga hasil pasca-operasi secara keseluruhan. Berbagai penelitian telah berupaya memahami dan mengevaluasi efektivitas intervensi keperawatan dalam mengurangi kecemasan ini, dengan pendekatan yang mencakup pendidikan pasien, kunjungan pra-operasi, teknik relaksasi, hingga metode non-farmakologis seperti musik atau pijat. Bagian berikut merangkum temuan-temuan penelitian terbaru yang menggarisbawahi pentingnya intervensi keperawatan pra-operasi dalam menurunkan tingkat kecemasan, mempercepat pemulihan, dan meningkatkan kualitas hidup pasien yang akan menjalani prosedur bedah.

Sebagian besar penelitian yang dianalisis mengindikasikan bahwa intervensi keperawatan pra-operasi, baik melalui pendidikan, kunjungan, maupun teknik relaksasi, secara signifikan mengurangi kecemasan pada pasien yang akan menjalani prosedur bedah. Sebagai contoh, penelitian oleh Yasin et al. (2024) menunjukkan bahwa program intervensi keperawatan pra-

operasi berhasil menurunkan tingkat kecemasan pasien jantung dengan hasil yang signifikan secara statistik ($p < 0,001$). Hal ini sejalan dengan temuan dari Ruiz Hernández et al. (2021), yang melalui meta-analisis menemukan bahwa intervensi keperawatan dapat mengurangi kecemasan pra-operasi. Keduanya menguatkan argumen bahwa pendekatan sistematis dalam perawatan pra-operasi dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental pasien, serta meningkatkan kontrol yang mereka rasakan terhadap prosedur yang akan dijalani.

Selain itu, penelitian mengenai kunjungan keperawatan pra-operasi juga menunjukkan dampak positif yang signifikan dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan hasil pasca-operasi. Penelitian oleh Zhang et al. (2024) dan Jatmiko (2023) menekankan bahwa kunjungan perawat tidak hanya mengurangi kecemasan pasien, tetapi juga berkontribusi pada pemulihan yang lebih cepat, termasuk pengurangan nyeri pasca-operasi. Penurunan kecemasan ini tercermin dalam skor HAMA (Hamilton Anxiety Rating Scale) dan HAMD (Hamilton Depression Rating Scale) yang lebih rendah, serta peningkatan skor SF-36 (Quality of Life Scale) setelah intervensi. Hal ini memperlihatkan bahwa hubungan antara kunjungan keperawatan dan pemulihan pasca-bedah sangat kuat, dengan intervensi pra-operasi yang lebih sering diterima berhubungan dengan hasil pasca-operasi yang lebih baik.

Penggunaan metode non-farmakologis dalam intervensi keperawatan pra-operasi juga mendapatkan perhatian signifikan dalam penelitian ini. Agüero-Millan et al. (2023) mengidentifikasi bahwa intervensi musik, pijat, dan realitas virtual memiliki potensi untuk mengurangi kecemasan pra-operasi dengan biaya rendah dan risiko minimal. Pendekatan ini semakin mendapat perhatian karena mereka dapat digunakan sebagai alternatif atau pelengkap terhadap terapi obat yang lebih invasif, memberikan pilihan yang lebih aman bagi pasien. Keterkaitan antara penelitian-penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi non-farmakologis semakin diakui sebagai bagian integral dari protokol perawatan pra-operasi yang lebih komprehensif dan hemat biaya.

Pendidikan pra-operasi juga dianggap sebagai aspek penting dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan kontrol pasien terhadap prosedur bedah. Feninets et al. (2022) menunjukkan bahwa pendidikan yang diberikan sebelum prosedur dapat mengurangi intensitas nyeri pasca-operasi, mempercepat pemulihan, dan meningkatkan kesejahteraan pasien secara keseluruhan. Oliveira et al. (2024) juga merancang program psikoedukasi yang tidak hanya mengurangi kecemasan, tetapi juga meningkatkan kerja sama pasien, yang berpengaruh positif terhadap keberhasilan prosedur bedah. Temuan-temuan ini menegaskan pentingnya pendidikan pasien dalam membekali mereka dengan informasi yang diperlukan untuk merasa lebih terkontrol dan siap menghadapi prosedur medis yang akan datang.

PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan oleh Yasin et al. (2024) menunjukkan bahwa program intervensi keperawatan pra-operasi efektif dalam mengurangi kecemasan pasien yang akan menjalani operasi jantung. Skor kecemasan pasien mengalami penurunan signifikan, dari rata-rata 47,2 menjadi 38,3 ($p < 0,001$), serta meningkatkan kontrol yang dirasakan oleh pasien, dari 22,4 menjadi 26,8 ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi keperawatan yang diberikan sebelum operasi dapat membantu pasien merasa lebih tenang dan mampu mengelola kecemasan, sehingga memperbaiki pengalaman mereka sebelum dan setelah prosedur bedah.

Penelitian yang dilakukan oleh Ruiz Hernández et al. (2021) menyimpulkan bahwa intervensi keperawatan terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan pra-operasi pada orang dewasa, berdasarkan meta-analisis yang menggunakan alat ukur kecemasan STAI. Meskipun hasil ini menunjukkan efektivitas intervensi, penulis menekankan pentingnya penelitian lebih lanjut untuk memvalidasi temuan ini pada sampel yang lebih beragam. Hal ini penting agar intervensi keperawatan dapat diterapkan secara lebih luas dan mencakup berbagai kelompok pasien dengan karakteristik yang berbeda.

Penelitian yang dilakukan oleh Jatmiko (2023) menyatakan bahwa kunjungan keperawatan pra-operasi memiliki dampak positif dalam mengurangi kecemasan dan komplikasi pasca-operasi, terutama nyeri. Kunjungan ini dianggap sebagai protokol penting dalam perawatan rutin pasien bedah, karena tidak hanya mengurangi kecemasan, tetapi juga membantu pasien mempersiapkan diri secara mental dan fisik untuk prosedur bedah yang akan dijalani. Oleh karena itu, praktik kunjungan keperawatan pra-operasi sebaiknya diintegrasikan dalam layanan kesehatan untuk meminimalkan efek negatif dari kecemasan dan mempercepat pemulihan pasca-operasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Zhang et al. (2024) menunjukkan bahwa kunjungan keperawatan pra-operasi memberikan dampak signifikan dalam mengurangi kecemasan pada pasien yang menjalani prostatektomi radikal. Hasilnya tercermin pada skor HAMA dan HAMD yang lebih rendah, serta dukungan terhadap pemulihan pasca-operasi yang lebih baik, dengan skor SF-36 yang lebih tinggi. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi keperawatan pra-operasi dalam meningkatkan kesejahteraan pasien, baik secara psikologis maupun fisik, dalam mempersiapkan mereka untuk operasi dan pemulihan pasca-operasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Agüero-Millan et al. (2023) mengungkapkan bahwa intervensi non-farmakologis seperti musik, pijat, dan realitas virtual efektif dalam mengurangi kecemasan pra-operasi. Intervensi ini memiliki keunggulan berupa biaya yang lebih rendah, invasif yang minimal, serta risiko yang sangat rendah dibandingkan dengan terapi obat. Oleh karena itu, terapi non-farmakologis ini bisa menjadi alternatif atau pelengkap yang sangat baik bagi pengobatan tradisional, membantu pasien merasa lebih tenang sebelum menjalani prosedur bedah tanpa menambah risiko atau biaya yang signifikan.

Penelitian yang dilakukan oleh Feninets et al. (2022) menunjukkan bahwa intervensi pendidikan pra-operasi dapat mengurangi intensitas nyeri pasca-operasi pada pasien yang menjalani dekompresi tulang belakang. Dengan memberikan informasi yang jelas dan mendalam mengenai prosedur bedah kepada pasien, intervensi ini tidak hanya membantu mengurangi kecemasan, tetapi juga meningkatkan pemahaman pasien tentang proses pemulihan mereka. Para perawat dan penyedia layanan kesehatan harus mengintegrasikan pendidikan pasien sebagai bagian dari proses pra-operasi untuk mendukung pemulihan dan meningkatkan kesejahteraan pasien.

Penelitian yang dilakukan oleh Oliveira et al. (2024) merancang sebuah program psikoedukasi untuk mengurangi kecemasan pra-operasi pada orang dewasa. Program ini menggunakan teknik relaksasi, pernapasan, dan gangguan untuk meningkatkan kerja sama pasien dan mengurangi waktu operasi serta komplikasi bedah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukasi dapat membantu pasien merasa lebih siap dan lebih tenang menjelang operasi, yang pada gilirannya dapat meningkatkan hasil klinis dan mengurangi risiko komplikasi pasca-operasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Dias et al. (2022) mengevaluasi dampak dari dialog pra-operasi yang dilakukan oleh perawat di ruang operasi terhadap kecemasan, kepuasan, dan hasil pasca-operasi pada pasien yang menjalani operasi viseral mayor. Hasilnya menunjukkan bahwa pendekatan berbasis pasien dalam percakapan pra-operasi dapat mengurangi kecemasan pasien, meskipun tidak ditemukan perbedaan signifikan dalam kepuasan, nyeri pasca-operasi, konsumsi opiat, mual, muntah, atau lama tinggal di rumah sakit. Temuan ini menunjukkan pentingnya komunikasi yang empatik antara pasien dan tenaga medis sebelum prosedur bedah untuk mengurangi kecemasan yang berhubungan dengan operasi besar.

Penelitian yang dilakukan oleh Mostafayi et al. (2021) menunjukkan bahwa pengenalan perawatan pra-operasi dapat mengurangi kecemasan pasien yang akan menjalani operasi caesar dan membantu menstabilkan tanda vital pasien. Penurunan signifikan pada detak jantung, laju respirasi, dan tekanan darah ditemukan setelah intervensi, yang menunjukkan bahwa pendekatan yang lebih informatif sebelum prosedur dapat memberikan manfaat psikologis dan fisiologis yang nyata. Ini menunjukkan pentingnya memberikan informasi yang jelas dan menenangkan kepada pasien untuk mempersiapkan mereka secara mental dan fisik.

Penelitian yang dilakukan oleh Yang et al. (2023) menyoroti pentingnya kunjungan pra-operasi yang dilakukan oleh perawat ruang operasi dalam mengurangi kecemasan pasien yang menjalani laparoskopi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kunjungan perawat ruang operasi lebih efektif dalam mengurangi kecemasan dibandingkan dengan perawat layanan, yang menekankan peran vital pendidikan pra-operasi dalam mempersiapkan pasien secara psikologis dan meningkatkan hasil pasca-operasi. Oleh karena itu, intervensi keperawatan yang lebih personal dan informatif harus menjadi bagian integral dari proses persiapan pra-operasi.

Sebagian besar penelitian yang dianalisis menunjukkan bahwa intervensi keperawatan pra-operasi dapat secara signifikan mengurangi kecemasan pada pasien yang akan menjalani prosedur bedah. Sebagai contoh, penelitian oleh Yasin et al. (2024) membuktikan bahwa program intervensi keperawatan pra-operasi efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien jantung, dengan hasil yang signifikan secara statistik ($p < 0,001$). Penurunan kecemasan ini diikuti dengan peningkatan kontrol yang dirasakan oleh pasien terhadap prosedur bedah yang akan mereka jalani, yang mengarah pada pengalaman pasien yang lebih positif. Hal ini sejalan dengan temuan dari Ruiz Hernández et al. (2021), yang melalui meta-analisis juga menemukan bahwa intervensi keperawatan secara signifikan dapat mengurangi kecemasan pra-operasi. Keduanya menegaskan bahwa pendekatan sistematis dalam perawatan pra-operasi sangat penting untuk meningkatkan kesehatan mental pasien dan memberikan mereka rasa kontrol yang lebih besar.

Selain intervensi pendidikan, kunjungan keperawatan pra-operasi juga terbukti memberikan dampak positif yang signifikan dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan hasil pasca-operasi. Penelitian oleh Zhang et al. (2024) dan Jatmiko (2023) mengungkapkan bahwa kunjungan perawat tidak hanya membantu menurunkan kecemasan pasien, tetapi juga mempercepat pemulihan, termasuk pengurangan nyeri pasca-operasi. Hal ini tercermin dari penurunan skor kecemasan dan depresi yang diukur dengan HAMA dan HAMD, serta peningkatan skor kualitas hidup pasien setelah menjalani prosedur bedah, seperti yang terlihat dalam skor SF-36. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan antara kunjungan keperawatan pra-operasi dan pemulihan pasca-bedah sangat erat, di mana lebih banyak kunjungan pra-operasi berkorelasi dengan hasil pemulihan yang lebih baik setelah operasi.

Metode non-farmakologis dalam intervensi keperawatan pra-operasi, seperti musik, pijat, dan realitas virtual, juga mendapat perhatian yang signifikan dalam penelitian ini. Agüero-Millan et al. (2023) menunjukkan bahwa metode ini efektif dalam mengurangi kecemasan pra-operasi dengan biaya rendah dan risiko minimal. Pendekatan non-farmakologis ini semakin populer karena memberikan alternatif yang lebih aman dan lebih hemat biaya dibandingkan dengan penggunaan terapi obat yang lebih invasif. Hal ini memperlihatkan bahwa intervensi non-farmakologis dapat menjadi pelengkap atau bahkan alternatif bagi pengobatan tradisional, memberikan lebih banyak pilihan bagi pasien dalam mengelola kecemasan pra-operasi mereka tanpa meningkatkan risiko atau biaya yang terkait.

Pendidikan pra-operasi juga dianggap sebagai faktor penting dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan kontrol pasien terhadap prosedur bedah yang akan mereka jalani. Penelitian oleh Feninets et al. (2022) menunjukkan bahwa pendidikan pra-operasi dapat mengurangi intensitas nyeri pasca-operasi dan mempercepat pemulihan pasien. Begitu juga dengan penelitian oleh Oliveira et al. (2024), yang merancang program psikoedukasi untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kerja sama pasien, yang pada gilirannya berdampak positif pada keberhasilan prosedur bedah. Pendidikan ini membantu pasien untuk merasa lebih terkontrol dan lebih siap menghadapi prosedur medis, serta memberikan informasi yang dapat membantu mereka dalam proses pemulihan setelah operasi. Temuan-temuan ini menegaskan bahwa pendidikan pasien adalah komponen yang sangat penting dalam perawatan pra-operasi untuk mendukung kesejahteraan pasien secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Berdasarkan berbagai penelitian yang dianalisis, intervensi keperawatan pra-operasi terbukti efektif secara konsisten dalam menurunkan kecemasan pasien yang akan menjalani prosedur bedah. Intervensi tersebut mencakup pendidikan pra-operasi, kunjungan keperawatan, teknik relaksasi, hingga metode non-farmakologis seperti musik, pijat, dan realitas virtual, yang secara signifikan menurunkan skor kecemasan, meningkatkan rasa kontrol pasien, serta mendukung pemulihan pasca-operasi dengan pengurangan nyeri dan peningkatan kualitas hidup. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa intervensi keperawatan pra-operasi tidak hanya berkontribusi pada penurunan kecemasan sebelum operasi tetapi juga memberikan manfaat jangka panjang bagi kesejahteraan fisik dan psikologis pasien. Oleh karena itu, penerapan intervensi keperawatan pra-operasi yang sistematis dan terstruktur perlu dipertimbangkan sebagai bagian integral dari protokol perawatan bedah untuk meningkatkan kualitas layanan dan hasil klinis pasien secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Agüero-Millan, B., Abajas-Bustillo, R., & Ortego-Maté, C. (2023). Efficacy of Nonpharmacologic Interventions in Preoperative Anxiety: A Systematic Review of Systematic Reviews. *Journal of Clinical Nursing*, 32(17–18), 6229–6242. <https://doi.org/10.1111/jocn.16755>
- Ayamah, A., Holidah, H., Hakim, A. N., Setiawan, H., & Handoyo, L. (2024). THE EFFECT OF ACUPRESSURE AND AROMATHERAPY LAVENDER INTEREST TO REDUCE THE LEVEL OF ANXIETY IN CHRONIC KIDNEY FAILURE PATIENTS TREATING HEMODIALIZATION THERAPY IN THE HEMODIALIZATION ROOM OF BSD MEDIKA HOSPITAL TANGERANG. *Edu Dharma Journal Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 8(2), 119. <https://doi.org/10.52031/edj.v8i2.762>
- Baran, O., Mordeniz, C., Arar, M. C., & Günkaya, M. (2020). The Effect of Video Information on Preoperative Anxiety Levels in Patients Undergoing Total Knee Replacement. *Journal of Academic Research in Medicine*, 10(2), 122. <https://doi.org/10.4274/jarem.galenos.2019.2389>
- Bawaeda, O., & Wanda, D. (2022). Bermain Terapeutik terhadap Tingkat Kecemasan Anak yang Mendapat Terapi Inhalasi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(1), 135. <https://doi.org/10.31539/joting.v4i1.3398>
- Dias, P., Clerc, D., da Rocha Rodrigues, M. G., Demartines, N., Grass, F., & Hübner, M. (2022). Impact of an Operating Room Nurse Preoperative Dialogue on Anxiety, Satisfaction and Early Postoperative Outcomes in Patients Undergoing Major Visceral Surgery—A Single Center, Open-Label, Randomized Controlled Trial. *Journal of Clinical Medicine*, 11(7), 1895. <https://doi.org/10.3390/jcm11071895>
- Feninets, V., Adamakidou, T., Mantzorou, M., Mastrogiannis, D., Govina, O., & Tsiou, C. (2022). The Effect of Preoperative Educational Intervention on Anxiety and Pain of Patients Undergoing Spinal Decompression Surgery: A Pilot Randomized Controlled Study. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.28368>
- G, A. K., Baburaj, C., Sahadevan, S., Prabhash, R., & Beegam, S. (2020). Observational Study of Lignocaine Alone and Lignocaine with Dexmedetomidine for Intravenous Regional Anaesthesia. *Journal of Evidence Based Medicine and Healthcare*, 7(11), 553. <https://doi.org/10.18410/jebmh/2020/121>
- Jatmiko, A. (2023). The Effectiveness of Preoperative Nursing Visitation in Reducing the Level of Preoperative Anxiety and Postoperative Pain in Elective Surgery Patients: A Systematic Literature Review. *Journal of Global Research in Public Health*, 8(2), 159–169. <https://doi.org/10.30994/jgrph.v8i2.474>
- Kusuma, A. N., & Nurhidayati, T. (2021). Penurunan Tingkat Kecemasan Dengan Biblioterapi Pada Anak Saat Pemasangan Infus. *Ners Muda*, 2(2), 60. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6297>

- Mostafayi, M., Imani, B., Zandi, S., & Jongi, F. (2021). The Effect of Familiarization with Preoperative Care on Anxiety and Vital Signs in the Patient's Cesarean Section: A Randomized Controlled Trial. *European Journal of Midwifery*, 5(June), 1–7. <https://doi.org/10.18332/ejm/137366>
- Narmawan, N., Irwanto, I., & Indriastuti, D. (2020). Perbedaan Tanda Vital Sebagai Respon Kecemasan Pada Pasien Preoperatif. *Dunia Keperawatan Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8(1), 26. <https://doi.org/10.20527/dk.v8i1.7251>
- Ningsih, A. S., Inayati, A., & Hasanah, U. (2024). PENERAPAN AROMATERAPI INHALASI TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RUANG HD RSUD JENDRAL AHMAD YANI KOTA METRO.
- Oliveira, P., Pires, R., Silva, R., & Sequeira, C. (2024). Design of a Nursing Psychoeducation Program to Reduce Preoperative Anxiety in Adults. *Frontiers in Public Health*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1391764>
- Roslita, R. R., Nurhaeni, N., & Wanda, D. (2021). Dampak Distraksi Audiovisual Terhadap Distress Anak Yang Mendapatkan Terapi Inhalasi. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol7.iss1.582>
- Ruiz Hernández, C., Gómez-Urquiza, J. L., Pradas-Hernández, L., Vargas Roman, K., Suleiman-Martos, N., Albendín-García, L., & Cañadas-De la Fuente, G. A. (2021). Effectiveness of Nursing Interventions for Preoperative Anxiety in Adults: A Systematic Review With Meta-Analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 77(8), 3274–3285. <https://doi.org/10.1111/jan.14827>
- Telaumbanua, A., Sinaga, J. G., Azuana, Sartika, I., & Gintin, C. (2024). PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI INHALASI LAVENDER (LAVANDULA ANGUSTIFOLIA) TERHADAP KECEMASAN PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RUMAH SAKIT ROYAL PRIMA MEDAN.
- Yang, W.-H., Xue, F.-S., Li, X.-T., & Tian, T. (2023). Determining Effects of Preoperative Nursing Visit on Anxiety and Pain Level of Patients After Surgery: The Right Methodology Is Needed. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 38(6), 836–837. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2023.05.003>
- Yasin, M., Arshad, M., Nigar, Z., Tasneem, S., & Jabeen, R. (2024). Effectiveness of Pre-Operative Nursing Intervention Program on Anxiety and Perceived Control Program in Patient Undergoing Cardiac Surgery. *Biological and Clinical Sciences Research Journal*, 2024(1), 1300. <https://doi.org/10.54112/bcsrj.v2024i1.1300>
- Zhang, M., Chen, L., Lai, X., Li, Y., Si, J., Wu, F., & Kong, H. (2024). Effect of Preoperative Nursing Visit on Anxiety and Postoperative Complications in Patients Undergoing Radical Prostatectomy: A Retrospective Study. *Archivos Españoles de Urología*, 77(7), 739. <https://doi.org/10.56434/j.arch.esp.urol.20247707.103>