

PENERAPAN TERAPI BENSON TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI APENDICITIS LAPARATOMY DI KAMAR OPERASI RSUD IBU FATMAWATI SOEKARNO KOTA SURAKARTA

Ajeng Nur Safitri, Maula Mar'atus Solikhah

ABSTRAK

Apendisitis adalah proses radangan akut serta kronis pada *apendiks vermiformis* karena ada sumbatan pada apendiks. Pre-operasi sangat berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien yang dihasilkan dari respons emosional, kognitif, atau fisiologis. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan adanya perubahan secara fisik maupun psikologis. Penanganan kecemasan bisa menggunakan terapi nonfarmakologi yaitu relaksasi Benson yang akan menghambat aktivitas saraf simpatis untuk menurunkan konsumsi oksigen sehingga otot-otot tubuh menjadi relaks.

Pasien Ny. T dengan apendisitis yang diharuskan dilakukan tindakan operasi Laparotomy. Sebelum dilakukan tindakan operasi pasien diruang tunggu didapatkan pengkajian bahwa Ny. T mengalami kecemasan.

Jenis rancangan penelitian ini menggunakan studi kasus, dengan menggunakan satu responden yang mengalami kecemasan pada pre operasi apendisitis laparotomy. Pada penelitian ini menggunakan alat ukur kecemasan HARS-A dan menggunakan terapi Benson untuk mengurangi kecemasan.

Hasil dari penelitian ini terdapat penurunan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi Benson, yang sebelum diberikan terapi Benson pasien mengalami kecemasan sedang skor 21 dan sesudah diberikan terapi Benson pasien mengalami kecemasan ringan skor 13.

Kata Kunci : Apendicitis laparotomy, Terapi Benson, Kecemasan

APPLICATION OF BENSON THERAPY FOR ANXIETY IN PRE SURGERY APPENDICITIS LAPAROTOMY PATIENTS IN THE OPERATING ROOM OF RSUD IBU FATMAWATI SOEKARNO SURAKARTA CITY

Ajeng Nur Safitri, Maula Mar'atus Solikhah

ABSTRACT

Appendicitis is an acute and chronic inflammatory process in the vermiform appendix due to an obstruction in the appendix. Pre-surgery is closely related to the patient's level of anxiety resulting from emotional, cognitive, or physiological responses. Anxiety that is not handled correctly can cause physical and psychological changes. Treatment of anxiety can use non-pharmacological therapy, namely Benson's relaxation, which will inhibit the activity of the sympathetic nerves to reduce oxygen consumption so that the body's muscles become relaxed.

Patient Mrs. T, with appendicitis, required a Laparotomy operation. Before the patient's surgery was carried out in the waiting room, it was found that Mrs. T experienced anxiety.

This research design used a case study, using one respondent who experienced anxiety at pre-surgery appendicitis laparotomy. This study used the HARS-A anxiety measurement tool, and Benson therapy was used to reduce anxiety.

The results of this study were a decrease in anxiety before and after being given Benson therapy; before being given Benson therapy, the patient experienced a moderate anxiety score of 21, and after being given Benson therapy, the patient experienced a mild anxiety score of 13.

Keywords: Appendicitis laparotomy, Benson Therapy, Anxiety

PENDAHULUAN

Apendisitis adalah proses radangan akut serta kronis pada *apendiks vermiformis* karena ada sumbatan pada apendiks. Usus buntu adalah penyakit yang menjadi perhatian karena angka kejadian usus buntu yang naik di setiap negara. Apendisitis dapat menimpa semua kalangan umur dan kadang tindakan bedah diperlukan (Fransisca, 2019). Apendektomi adalah tindakan operasi pengangkatan apendiks yang sedang meradang (apendisitis). Apendektomi merupakan tindakan operasi pengangkatan apendiks yang sedang meradang (apendisitis). Apendektomi adalah tindakan operasi pembuangan organ apendix yang mengalami infeksi. Apendektomi dilaksanakan secepat mungkin untuk menghindari risiko perforasi atau abses (Pristahayuningtyas, 2016).

Menurut data World Health Organization tahun 2018, apendisitis merupakan tindakan bedah abdomen yang paling sering dilakukan di Amerika Serikat dengan jumlah 734,138 orang pada tahun 2017 lalu meningkat menjadi 739,117 orang pada tahun 2018. Angka Kejadian apendisitis di Indonesia saat ini masih tinggi dengan jumlah pasien yang menderita penyakit apendisitis yaitu sekitar 7% dari jumlah penduduk di Indonesia atau sekitar 179.000 orang. Berdasarkan data Rumah Sakit Umum Daerah Ibu Fatmawati Soekarno Kota Surakarta

bahwa angka kejadian pasien operasi appendicitis pada bulan Januari sampai Desember 2022 didapatkan angka kejadian sebanyak 78 pasien operasi appendicitis di kamar operasi Rumah Sakit Umum Daerah Ibu Fatmawati Soekarno Kota Surakarta.

Periode pre-operasi sangat berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien yang dihasilkan dari respons emosional, kognitif, atau fisiologis. (Smeltzer & Bare, 2013). Kecemasan apabila tidak segera ditandai maka akan timbul beberapa gejala dari kecemasan baik itu fisik atau psikis, gejala fisik mencakup peningkatan detak jantung dan pernafasan meningkat, gemetar, lemah, keluar keringat banyak, ujung jari terasa dingin (Hawari, 2012).

Penanganan pada pasien pre operasi appendicitis dengan kecemasan dapat dilakukan dengan terapi nonfarmakologi Terapi Benson Menurut Benson dalam Mu'alifah (2019) bahwa relaksasi Benson akan menghambat aktivitas saraf simpatik untuk menurunkan konsumsi oksigen sehingga otot-otot tubuh menjadi relaks. Metode relaksasi ini mampu menurunkan kadar kortisol dalam tubuh yang akan mengakibatkan penurunan tingkat kecemasan. Metode benson selama 15 menit mengungkapkan bahwa mereka merasakan nyaman dan tenang dan rasa cemas berkurang. Kondisi ini terjadi akibat adanya kerja saraf simpatik yang membuat konsumsi oksigen menurun dan berdampak

terhadap meregangnya otot - otot tubuh.

Berdasarkan latar belakang diatas sebagai dasar yang kuat untuk peneliti melakukan penelitian tentang Penerapan Terapi Benson Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Apendicitis Laparotomy Di Kamar Operasi RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Kota Surakarta

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan metode pendekatan studi kasus. Subjek dalam studi kasus ini adalah satu pasien yang mengalami kecemasan pre operasi appendicitis laparotomy. Pengambilan kasus dilakukan pada tanggal 3 Agustus 2023 dengan pemberian terapi Benson satu kali dengan durasi 15 menit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a) Pengkajian

Pengkajian adalah tahap awal dan umum dari proses keperawatan dan merupakan suatu proses yang sistematis dalam pengumpulan data dari berbagai sumber untuk mengevaluasi dan mengidentifikasi status kesehatan pasien (Muhit,2015). Pada pengkajian ini didapatkan bahwa pasien bernama Ny. T berusia 23 tahun dengan diagnose medis Apendicitis. Pasien Ny. T mengatakan datang ke IGD RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Kota Surakarta pada tanggal 02

Agustus 2023 dengan keluhan merasakan nyeri pada perut bagian kanan bawah dan setelah dilakukan tindakan pemeriksaan hasil USG didapatkan hasil Non visualized appendiks, mengarah apependisitis belum dapat disingkirkan, Meteorismus, Sitis,Hepar/GB/Lien/Pankreas/R en bilateral/ Uterus tak tampak kelainan. Ny T mengalami diagnosa appendicitis, sehingga pasien dilakukan perawatan di bangsal Bougenville RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Kota Surakarta terlebih dahulu sebelum dilakukan tindakan operasi. Ny. T dipindahkan ke bangsal Bougenville dengan tanda-tanda vital TD : 129/90 mmHg, N : 98x/mnt, RR : 20x/mnt, S : 36, SPO2 : 99% dan didapatkan terapi obat Inf. RL 20tpm, inj ketorolac 30mg/ 12jam, inj ranitidin 50mg/ 12jam, Anbacin 2gr pre operasi. Pasien dilakukan tindakan operasi Apendicitis laparotomy dengan dokter spesialis bedah pada 03 Agustus 2023 pasien mengatakan merasakan nyeri dengan skala nyeri 5 pada perut kanan bagian bawah dan saat dilakukan pengkajian pasien mengatakan ini kali pertama pasien melakukan operasi dan dirawat di rumah sakit, pasien mengatakan cemas saat akan dilakukan tindakan operasi pembedahan pada bagian perutnya, pasien mengatakan tegang, gelisah, berkeringat dingin

dengan tanda-tanda vital TD : 130/90 mmHg, N : 110x/mnt, RR : 20x/mnt, SPO2 : 99%, Dengan hasil skor HARS A : 21 (kecemasan sedang) dengan point perasaan ansietas (cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung dari skor 4), pada point Ketegangan (merasa tegang, lesu, tak bisa istirahat tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar, gelisah dari skor 3), pada point Ketakutan (pada orang asing, ditinggal sendiri dari skor 3), pada point Gangguan tidur (tidak nyenyak, mimpi buruk dari skor 2), pada point Perasaan depresi (sedih, perasaan berubah-ubah sepanjang hari dari skor 1), pada point Gejala somatic sensorik (perasaan ditusuk-tusuk dari skor 1), pada point Gejala kardiovaskuler (Takhikardia, Berdebar, Denyut nadi mengeras, perasaan lesu skor 3), pada point Tingkah laku pada wawancara (gelisah, tidak tenang, jari gemetar, muka tegang, kerut kening dari skor 4)

b) Diagnosa Keperawatan

Setelah melakukan pengkajian tahap selanjutnya adalah menyusun diagnosa keperawatan. Dari data pengkajian didapatkan diagnose Ansietas hasil bahwa pasien Ny. T tersebut pasien mengalami Kecemasan akan dilakukan operasi appendicitis laparotomy dengan bukti pasien

tampak gelisah, tampak tegang, berkeringat dingin, pasien mengatakan takut dengan hasil skor HARS A : 21 (kecemasan sedang). Berdasarkan pada pengkajian diatas penulis fokus pada diagnosa yang sesuai dengan intervensi dan masalah yang paling utama pada pasien yaitu Ansietas. Berdasarkan hasil data subjektif yaitu pasien pasien mengatakan cemas akan dilakukan operasi. Berdasarkan hasil data objektif yaitu pasien tampak gelisah, berkeringat dingin, tegang.

c) Intervensi Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan dan menegakkan diagnosa keperawatan tentang Ansietas kemudian tahap selanjutnya dilakukan intervensi keperawatan berdasarkan buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Tujuan dan kriteria hasil Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 1x tindakan 15 menit diharapkan tingkat ansietas menurun Perasaan gelisah, tegang dan berkeringat dingin berkurang, nadi dalam batas normal. Perencanaan yang diberikan pada pasien pre operasi apendicitis yang mengalami kecemasan Intervensi Observasi : Identifikasi saat tingkat ansietas berubah (mis. kondisi, waktu, stressor) Monitor tanda-tanda ansietas (verbal dan nonverbal).

Terapeutik : Ciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan, Gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan. Edukasi : Latih teknik relaksasi Benson. Strategi pelaksanaan pada kasus ini pertama adalah mengidentifikasi tingkat ansietas, kedua menciptakan suasana terapeutik untuk menumbuhkan kepercayaan pasien, ketiga Melatih pasien untuk teknik relaksasi Benson.

d) Implementasi Keperawatan

Berdasarkan intervensi yang disusun maka langkah selanjutnya dilakukan penulis adalah melakukan implementasi atau tindakan keperawatan. Tindakan keperawatan dilakukan pada tanggal 03 Agustus 2023 pada pasien pre operasi appendicitis laparotomy yang mengalami kecemasan sedang dilakukan terapi benson selama kurang lebih 15 menit diberikan terapi benson dengan pre dan post test dengan alat ukur kecemasan HARS-A. Sebelum dilakukan tindakan keperawatan nonfarmakologi yang akan diberikan kepada Ny. T untuk mengurangi kecemasan pre operasi dengan terapi benson pasien diberikan *inform consent* sebagai bukti persetujuan dilakukannya tindakan. Sebelum di pindah ke kamar operasi pasien diruang tunggu diberikan terapi benson selama 10-15 menit dengan pre dan post test

menggunakan alat ukur HARS-A dengan cara observasi wawancara pada pasien untuk mengetahui pengaruh terapi benson terhadap kecemasan pada pasien pre operasi appendicitis laparotomy.

e) Evaluasi Keperawatan

Setelah melakukan implementasi keperawatan, tahap selanjutnya yang akan dilakukan penulis adalah mengevaluasi terhadap implementasi atau tindakan keperawatan yang sudah dilakukan terhadap Ny. T untuk mengetahui perkembangan setelah diberikan Intervensi dan Implementasi dengan terapi Benson. Evaluasi keperawatan pada klien Ny.T dengan Ansietas yang dilakukan selama 1x tindakan, tindakan keperawatan mendapatkan hasil terapi Benson pada pasien pre operasi appendicitis selama 15 menit didapatkan hasil bahwa ada penurunan kecemasan dari sebelum diberikan terapi kecemasan sedang dan setelah diberikan terapi Benson menurun menjadi Kecemasan ringan dibuktikan dengan penurunan pada point perasaan ansietas (cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung dari skor 4 menjadi 3), pada point Ketegangan (merasa tegang, lesu, tak bisa istirahat tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar, gelisah

dari skor 3 menjadi 2), pada point Ketakutan (pada orang asing,ditinggal sendiri dari skor 3 menjadi 2), pada point Gangguan tidur (tidak nyaman, mimpi buruk dari skor 2 menjadi 1), pada point Perasaan depresi (sedih,perasaan berubah-ubah sepanjang hari dari skor 1 menjadi 0), pada point Gejala somatic sensorik (perasaan ditusuk-tusuk dari skor 1 menjadi 0), pada point Gejala kardiovaskuler (Takhikardia, Berdebar, Denyut nadi mengeras, perasaan lesu skor 3 menjadi 1), pada point Tingkah laku pada wawancara (gelisah, tidak tenang, jari gemetar, muka tegang,kerut kening dari skor 4 menjadi 2)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa ada penurunan kecemasan pada pasien pre operasi appendicitis laparotomy.

SARAN

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan (Rumah Sakit)
Diharapkan rumah sakit khususnya RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Kota Surakarta di kamar operasi dapat mengaplikasikan terapi benson untuk mengatasi kecemasan pada pasien pre operasi appendicitis laparotomy.
2. Bagi Tenaga Kesehatan
Diharapkan tenaga kesehatan khususnya perawat dapat memberikan pelayanan yang baik

dan meningkatkan komunikasi terapeutik kepada klien, sehingga asuhan keperawatan yang diberikan dapat mendukung mempercepat kesembuhan klien.

3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan dapat meningkatkan mutu dalam pembelajaran untuk menghasilkan perawat-perawat yang profesional, inovatif dan lebih berkualitas dalam memberikan asuhan keperawatan nantinya.

4. Bagi Pembaca

Diharapkan dapat menambah wawasan serta pengalaman tentang pelaksanaan terapi Benson pada pasien pre operasi appendicitis untuk mengurangi kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afsaneh Barabady, Anita Baghdassarians, Elham Memary, Akram Yazdani, Azam Barabady, and Shahram Sayadi. (2020). *Effect of Benson's Relaxation Technique on Propofol Consumption and Preoperative Anxiety of Patients Undergoing Cataract Surgery*. *Anesth Pain Med*. 2020; 10(3):e100703
- Alfrida,dkk. (2023). *Asuhan Keperawatan Medikal*

- Bedah II*. Jakarta: Mahakarya Citra Utama
- Fransisca C, Gotra IM, Mahastuti NM. (2019). Karakteristik Pasien dengan Gambaran Histopatologi Apendisitis di RSUP Sanglah Denpasar Tahun 2015-2017. *J Med Udayana*. 2019;8(7).
- Hawari, H. D. (2013). *Manajemen Stress, Cemas Dan Depresi*. Jakarta : FK UI.
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik, Edisi 1*. Jakarta : DPP PPNI
- PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1*. Jakarta : DPP PPNI
- PPNI. (2018). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1*. Jakarta : DPP PPNI
- Pristahayuningtyas CY, Murtaqib, Siswoyo. (2016). Pengaruh mobilisasi dini terhadap perubahan tingkat nyeri klien post operasi apendektomi di rumah sakit baladhika husada kabupaten Jember. *e-Jurnal Pustaka Kesehat*. 2016;4(1).
- Sholikha, M. A. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada pasien pre operasi appendiktomi. *DIII Keperawatan*.
- Smeltzer, C., & Bare, G. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8*. Jakarta : EGC
- Solehati, T. (2015). Tesis. Pengaruh Teknik Benson Relaksasi Terhadap Intensitas Nyeri dan Kecemasan Klien Post Sektio Sesarea Di RS Cibabat Cimahi Dan RS Sartika Asih Bandung. Jakarta : Program Pasca Sarjana Fakultas Ilmu Keperawatan