

EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI BERBASIS SPIRITUAL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI

Tofik Setiyadi^{1*}, Sri Wahyuni², Dwi Retno Sulistyaningsih², Suyanto²

¹Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Jl. Kaligawe Raya No.Km.4, Terboyo Kulon, Genuk, Semarang, Jawa Tengah 50112, Indonesia

²Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Jl. Kaligawe Raya No.Km.4, Terboyo Kulon, Genuk, Semarang, Jawa Tengah 50112, Indonesia

*tofikazad27@gmail.com

ABSTRAK

Tindakan pembedahan merupakan stresor signifikan yang dapat memicu kecemasan pada pasien pre operasi. Kecemasan yang tidak terkelola berdampak negatif pada kesiapan pasien, proses pembedahan, dan pemulihan. Psikoedukasi berbasis spiritual hadir sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis yang mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual untuk mencapai ketenangan. Tujuan untuk menganalisis efektivitas psikoedukasi berbasis spiritual terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi. Penelitian kuantitatif dengan desain *quasi-eksperimen* dan pendekatan *two-group pretest-posttest*. Sampel dipilih menggunakan *consecutive sampling*. Sebanyak 38 pasien preoperatif di RS Sari Asih Cipondoh direkrut dan dialokasikan ke kelompok intervensi (n=19) dan kelompok kontrol (n=19). Kelompok intervensi menerima psikoedukasi berbasis spiritual menggunakan booklet selama 40 menit, sedangkan kelompok kontrol menerima perawatan standar rumah sakit. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSRAS)*. Analisis data dilakukan dengan uji *Paired Sample t-test* untuk perubahan dalam kelompok dan *Independent Sample t-test* untuk perbedaan antar kelompok. Uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan penurunan signifikan pada kelompok intervensi (rata-rata skor kecemasan dari 63,21 menjadi 57,37; $p=0,007$), sementara kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan ($p=0,842$). Uji *Independent Sample T-Test* mengkonfirmasi perbedaan bermakna tingkat kecemasan pasca intervensi antara kedua kelompok ($p=0,000$), dengan kelompok intervensi memiliki tingkat kecemasan lebih rendah. Psikoedukasi berbasis spiritual terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi.

Kata kunci: betty neuman; kecemasan; pre operasi; psikoedukasi; spiritual

EFFECTIVENESS OF SPIRITUAL-BASED PSYCHOEDUCATION ON PREOPERATIVE PATIENTS' ANXIETY LEVELS

ABSTRACT

Surgical procedures represent significant stressors that may trigger preoperative anxiety. Poorly managed anxiety negatively affects patient readiness, intraoperative processes, and postoperative recovery. Spiritual-based psychoeducation has emerged as a non-pharmacological nursing intervention integrating psychological and spiritual dimensions to promote emotional stability and inner calmness. Objective to examine the effectiveness of spiritual-based psychoeducation in reducing anxiety levels among preoperative patients. A quantitative study with a quasi-experimental design using a two-group pretest-posttest approach. Participants were selected through consecutive sampling. A total of 38 preoperative patients at RS Sari Asih Cipondoh were recruited and allocated to an intervention group (n=19) and a control group (n=19). The intervention group received spiritual-based psychoeducation using a booklet for 40 minutes, while the control group received standard hospital care. Anxiety levels were measured using the Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSRAS). Data were analyzed using the paired-sample t-test for within-group changes and the independent-sample t-test for between-group differences. The paired sample t-test revealed a significant reduction in anxiety levels in the intervention group (mean score decreased from 63.21 to 57.37; $p = 0.007$), whereas no significant change was observed in the control group ($p = 0.842$). The independent sample t-test confirmed a statistically significant difference in post-intervention anxiety levels between the two groups ($p < 0.001$), with the intervention

group demonstrating lower anxiety scores. Spiritual-based psychoeducation is effective in reducing anxiety among preoperative patients.

Keywords: anxiety; betty neuman model; preoperative; psychoeducation; spiritual care

PENDAHULUAN

Pre operasi merupakan masa kritis sejak keputusan bedah ditetapkan hingga pasien berada di meja operasi. Kondisi ini seringkali menimbulkan respons psikologis berupa kecemasan. Data global menunjukkan bahwa 80% pasien yang akan menjalani pembedahan mengalami kecemasan (Pratama & Pambayun, 2023). Di Indonesia, prevalensi kecemasan pre operasi pada orang dewasa berkisar antara 11% hingga 80% (Nabilah & Aktifah, 2021). Kecemasan pre operasi muncul dari berbagai ketakutan, seperti nyeri pasca operasi, perubahan fisik, efek anestesi, hingga risiko kegagalan operasi dan kematian (Nugraheni & Siwi, 2020). Dampak fisiologisnya, seperti peningkatan tekanan darah dan denyut jantung, dapat mengganggu jalannya operasi dan berujung pada penundaan tindakan, perpanjangan masa rawat, dan peningkatan biaya (Sidabutar & Mardhiah, 2021).

Penanganan kecemasan dapat dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis. Psikoedukasi, sebagai salah satu terapi non-farmakologis, mengintegrasikan psikoterapi dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan strategi koping (Nikmah et al., 2022). Pendekatan ini menjadi semakin komprehensif ketika dipadukan dengan aspek spiritual. Psikoedukasi berbasis spiritual memberikan dukungan melalui pendekatan keagamaan seperti doa dan zikir, yang mampu membangkitkan rasa percaya diri, optimisme, dan ketenangan batin (Taha et al., 2023). Model konseptual Betty Neuman tentang Health Care System relevan dalam konteks ini. Model ini menekankan pentingnya penguatan garis pertahanan diri individu terhadap stresor. Intervensi keperawatan, seperti psikoedukasi, diposisikan sebagai upaya pencegahan primer untuk memperkuat garis pertahanan fleksibel, sehingga individu mampu merespons stresor secara lebih adaptif (Khusaeni, 2024).

Studi pendahuluan di RS Sari Asih Cipondoh menunjukkan peningkatan jumlah pasien operasi sebesar 48,67% dari tahun 2022 ke 2023. Dari 10 pasien yang diwawancarai, 7 di antaranya mengungkapkan kecemasan yang ditandai dengan rasa takut, gelisah, dan gemetar. Menariknya, 3 dari 10 pasien mengaku tidak terpikir untuk berdoa atau berzikir. Fenomena ini mengindikasikan adanya celah dalam pemenuhan kebutuhan spiritual pasien yang berpotensi menurunkan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara komprehensif efektivitas psikoedukasi berbasis spiritual dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi di RS Sari Asih Cipondoh, Kota Tangerang.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan quasi experiment melalui rancangan two group pretest-posttest. Penelitian dilaksanakan di RS Sari Asih Cipondoh, Kota Tangerang, pada bulan Januari hingga Maret 2025. Populasi penelitian adalah seluruh pasien pre operasi di rumah sakit tersebut. Sampel diambil menggunakan teknik consecutive sampling dan berjumlah 38 orang, yang terbagi menjadi 19 responden dalam kelompok intervensi dan 19 responden dalam kelompok kontrol. Kriteria inklusi meliputi pasien pre operasi elektif, beragama Islam, berusia 21-55 tahun, pertama kali menjalani operasi, dalam keadaan sadar, dan bersedia menjadi responden. Variabel independen adalah psikoedukasi berbasis spiritual, sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan. Psikoedukasi diberikan menggunakan media booklet selama 40 menit. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (ZSRAS) yang dikembangkan oleh William W. K. Zung. Instrumen ini terdiri dari 20 pernyataan dengan rentang skor total 20–80, yang dikategorikan menjadi normal (20–44), ringan (45–59), sedang (60–74), dan berat (75–80).

Secara psikometrik, ZSRAS memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Studi menurut Dunstan & Scott (2020) menunjukkan validitas konstruk yang memadai berdasarkan analisis faktor konfirmatori dengan indeks kesesuaian model yang dapat diterima ($CFI > 0,90$; $RMSEA < 0,08$), validitas konvergen yang signifikan melalui korelasi dengan instrumen kecemasan lain ($r = 0,60-0,75$), serta validitas item yang baik dengan korelasi item-total terkoreksi berkisar $0,36-0,74$. Instrumen ini juga menunjukkan reliabilitas internal yang tinggi dengan nilai Cronbach's alpha $0,80-0,92$ serta reliabilitas uji ulang yang stabil dengan koefisien $0,70-0,82$, sehingga layak digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan pada populasi dewasa dan pasien klinis, termasuk pasien preoperatif (Sivertsen et al., 2023). Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap. Uji normalitas data menggunakan Shapiro-Wilk dan uji homogenitas varian menunjukkan data berdistribusi normal dan homogen, sehingga analisis bivariat dilakukan dengan uji parametrik. Perbedaan kecemasan dalam satu kelompok diuji menggunakan Paired Sample T-Test, sementara perbedaan antar kelompok dianalisis dengan Independent Sample T-Test.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Pekerjaan dan Pendidikan Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=38)

Karakteristik	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total	
	f	%	f	%	f	%
Jenis Kelamin						
Laki-laki	11	57,9	10	52,6	19	50
Perempuan	8	42,1	9	47,4	19	50
Usia						
Remaja akhir (21 – 25 thn)	4	21,1	3	15,8	7	18,4
Dewasa awal (26 – 35 thn)	5	26,3	4	21,1	9	23,7
Dewasa akhir (36 – 45 thn)	8	42,1	7	36,8	15	39,5
Lansia awal (46 – 55 thn)	2	10,5	5	26,3	7	18,4
Pekerjaan						
Buruh	5	26,3	4	21,1	9	23,7
IRT	5	26,3	6	31,6	11	28,9
Mahasiswa	1	5,3	0	0	1	2,6
Karyawan	8	42,1	9	47,4	17	44,7
Pendidikan						
Dsaar (SD)	2	10,5	4	21,1	6	15,8
Menengah (SMP, SMA)	10	52,6	8	42,1	18	47,4
Tinggi (PT)	7	36,8	7	36,8	14	36,8

Distribusi frekuensi karakteristik 38 responden menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, mayoritas berjenis kelamin laki-laki (57,9%), berusia 36-45 tahun (42,1%), bekerja sebagai karyawan (42,1%), dan berpendidikan menengah (52,6%). Kelompok kontrol memiliki karakteristik serupa, dengan mayoritas laki-laki (52,6%), berusia 36-45 tahun (36,8%), karyawan (47,4%), dan berpendidikan menengah (42,1%). Uji homogenitas mengkonfirmasi bahwa kedua kelompok tidak memiliki perbedaan signifikan dalam hal usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan pendidikan ($p > 0,05$), sehingga kondisi awal kedua kelompok dianggap setara.

Tingkat Kecemasan Pre Test

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, mayoritas responden pada kedua kelompok mengalami kecemasan tingkat sedang.

Tabel 2.
Distribusi Tingkat Kecemasan Pre Test Pasien Pre Operasi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=38)

Tingkat Kecemasan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total	
	f	%	f	%	f	%
Normal	0	0	0	0	0	0
Ringan	6	31,6	2	10,5	8	21,1
Sedang	13	68,4	17	89,5	30	78,9
Berat	0	0	0	0	0	0

Tingkat Kecemasan Post Test

Tabel 3.
Distribusi Tingkat Kecemasan Post Test Pasien Pre Operasi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=38)

Tingkat Kecemasan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total	
	f	%	f	%	f	%
Normal	0	0	0	0	0	0
Ringan	13	68,4	2	10,5	15	39,5
Sedang	6	31,6	17	89,5	23	60,5
Berat	0	0	0	0	0	0

Setelah intervensi, terjadi perubahan distribusi yang signifikan pada kelompok intervensi, di mana mayoritas responden (68,4%) mengalami penurunan kecemasan menjadi ringan. Sebaliknya, distribusi kecemasan pada kelompok kontrol relatif tidak berubah.

Analisis Bivariat

Tabel 4.
Perbedaan Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan Pada Kelompok Intervensi Menggunakan *Paired Sample T-Test* (n=38)

Variabel Kecemasan	Kelompok Intervensi	Mean	Standar Deviasi	p-value
Kecemasan Pre Test		63,21	6,408	0,007
Kecemasan Pos Test		57,37	6,166	

Hasil uji Paired Sample T-Test pada Tabel 4 Hasil analisis menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,007, yang lebih kecil dari 0,05.

PEMBAHASAN

Penelitian ini membuktikan bahwa psikoedukasi berbasis spiritual secara signifikan efektif menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi. Temuan ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas intervensi serupa (Suyanto, 2023; Zahrotin, 2024). Penurunan kecemasan pada kelompok intervensi dapat dijelaskan melalui dua mekanisme utama yang saling melengkapi: mekanisme psikologis dari edukasi dan mekanisme spiritual dari dukungan keagamaan.

Dari sisi psikologis, psikoedukasi berperan dalam mengurangi ketidakpastian. Pasien pre operasi seringkali cemas karena minimnya informasi tentang prosedur yang akan dijalani. Pemberian edukasi yang komprehensif melalui booklet membantu pasien memahami proses operasi, sehingga persepsi ancaman terhadap situasi yang tidak dikenal dapat berkurang. Hal ini sesuai dengan teori Lazarus dan Folkman, di mana penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) terhadap suatu stresor akan berubah menjadi lebih positif ketika individu memiliki pemahaman dan merasa mampu mengendalikan situasi. Dengan pengetahuan yang lebih baik, mekanisme koping pasien menjadi lebih adaptif.

Dari sisi spiritual, intervensi yang diberikan (seperti bimbingan doa dan zikir) mengaktifkan sumber koping religius yang positif. Aktivitas spiritual menumbuhkan rasa pasrah, ikhlas, dan keyakinan akan pertolongan Tuhan, yang pada gilirannya menciptakan ketenangan batin. Hal

ini secara fisiologis dapat menurunkan aktivasi sistem saraf simpatis, mengurangi pelepasan hormon stres seperti kortisol dan adrenalin, sehingga gejala fisik kecemasan seperti jantung berdebar dan gemetar pun berkurang. Temuan ini mendukung penelitian oleh Brodersen et al. (2023) dan Putro et al. (2024) yang menyatakan bahwa pendekatan spiritual efektif dalam meningkatkan regulasi stres dan ketenangan emosional.

Hasil pada kelompok kontrol memperkuat validitas temuan ini. Tidak adanya perubahan signifikan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa edukasi standar rumah sakit yang hanya bersifat informatif mengenai prosedur medis saja tidak cukup untuk mengatasi kecemasan yang bersifat multidimensi. Hal ini mengindikasikan perlunya pendekatan yang lebih holistik, yang tidak hanya menyorot aspek kognitif, tetapi juga aspek emosional dan spiritual pasien.

Efektivitas intervensi ini juga dapat dianalisis menggunakan kacamata Teori Betty Neuman. Psikoedukasi berbasis spiritual berperan sebagai intervensi pencegahan primer yang secara aktif memperkuat flexible line of defense pasien. Dengan garis pertahanan yang lebih kuat, pasien menjadi lebih resisten terhadap berbagai stresor, baik internal (rasa takut, pikiran negatif) maupun eksternal (lingkungan asing, alat medis). Hasilnya, sistem klien dapat kembali ke tingkat stabilitas yang optimal, yang dalam penelitian ini diindikasikan oleh menurunnya skor kecemasan.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa psikoedukasi berbasis spiritual terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi di RS Sari Asih Cipondoh. Intervensi ini tidak hanya menurunkan skor kecemasan secara signifikan secara statistik, tetapi juga mengubah distribusi tingkat kecemasan dari kategori sedang menjadi ringan pada mayoritas responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Brodersen, F., Wagner, J., Uzunoglu, F. G., & Petersen-Ewert, C. (2023). Impact of Preoperative Patient Education on Postoperative Recovery in Abdominal Surgery: A Systematic Review. *World Journal of Surgery*, 47(4), 937–947.
- Khusaeni, K. (2024). Analisis Model Konseptual Keperawatan Betty Neuman dalam Asuhan Keperawatan. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 45-52.
- Lukens, E. P., & McFarlane, W. R. (2015). Psychoeducation as Evidence-Based Practice: Considerations for Practice, Research, and Policy. *Brief Treatment and Crisis Intervention*.
- Marlina, M. (2017). Dampak Kecemasan Pre Operasi Terhadap Tindakan Pembedahan. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 110-118.
- Nabilah, N., & Aktifah, N. (2021). Prevalensi Kecemasan Pre Operasi di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 55-62.
- Nugraheni, A., & Siwi, A. S. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 301-310.
- Putro, D. U. H., et al. (2024). Murottal Qur'an on Anxiety and Sleep Quality of Patients Undergoing Dialysis: Scoping Review. *JKEP*, 9(1), 43–57.
- Rahmayati, E., et al. (2018). Pengaruh Dukungan Spiritual Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(2), 120-128.
- Suliswati. (2018). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Suyanto, S. (2023). Pengaruh Terapi Spiritual Bimbingan Doa Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Spinal Anestesi di RSUD Jombang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, 1(2), 245–256.

- Zahrotin, S. (2024). Pengaruh Bimbingan Spiritual Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Bedah H1 RSPAL dr. Ramelan Surabaya. Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya.
- Bayu Despriyanto Pratama, & Galih Pria Pambayun. (2023). Pengaruh Edukasi Pre-Operasi terhadap Kecemasan Pasien Operasi Umum: Implementasi Program Pengabdian kepada Masyarakat di Rumah Sakit. *Karunia: Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(3), 275–281. <https://doi.org/10.58192/karunia.v2i3.3144>
- Dunstan, D. A., & Scott, N. (2020). Norms for Zung's Self-rating Anxiety Scale. *BMC Psychiatry*, 20(1), 90. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2427-6>
- Nikmah, N., Ilham, & Supriatna, L. D. (2022). Pengaruh Terapi Audio Murottal Al-Quran Surah Ar-Rahman Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Gili Trawangan RSUD Provinsi. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 1(3), 144–151. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v1i3.23>
- Rendiansyah Taha, Firmawati Firmawati, & Harismayanti Harismayanti. (2023). Efektivitas Terapi Spiritual Murottal Al-Qur'an dan Terapi Dzikir terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa di RSUD Toto Kabila. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, 1(2), 149–160. <https://doi.org/10.55606/jikg.v1i2.978>
- Sidabutar, R. R., & Mardhiah, M. (2021). Pengaruh Pendampingan Layanan Spiritual Do'a dan Tawakkal terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Closed Fracture di Rumah Sakit Umum Sundari. *JURNAL KELUARGA SEHAT SEJAHTERA*, 19(2), 53. <https://doi.org/10.24114/jkss.v19i2.32419>
- Sivertsen, H. E., Helvik, A.-S., Gjøra, L., & Haugan, G. (2023). Psychometric validation of the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) in community-dwelling older adults. *BMC Psychiatry*, 23(1), 903. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05407-2>