

EFEKTIVITAS EDUKASI PRA-ANESTESI BERBASIS SELF-EFFICACY TERHADAP KESIAPAN MENTAL DAN KECEMASAN PASIEN BEDAH ELEKTIF

Muhammad Imam Nabawi¹, Muh Nur Syamsu², Cicilia Nony Ayuningsih Bratajaya³,
Vidya Urbaningrum⁴

^{1,2,3,4}Universitas Medika Suherman

Email: imamnbw21@gmail.com¹, muhnursyamsu188@gmail.com²,
cicilia@medikasuherman.ac.id³, urbaningrumvidya@gmail.com⁴

ABSTRAK

Latar Belakang: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya kecemasan pasien pra anestesi yang dapat memengaruhi stabilitas fisiologis dan kesiapan mental sebelum tindakan operasi. Edukasi berbasis self-efficacy dipandang sebagai intervensi non-farmakologis yang mampu memperkuat keyakinan diri pasien dalam menghadapi prosedur anestesi. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi berbasis self-efficacy terhadap kesiapan mental dan tingkat kecemasan pasien pra anestesi di RSUD Kabupaten Bekasi. Metode: Penelitian menggunakan desain quasi-eksperimental dengan pendekatan one group pretest–posttest pada 64 responden yang dipilih secara purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah Praoperative Self-Efficacy Scale (PSES) untuk mengukur kesiapan mental dan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) untuk mengukur kecemasan, dengan analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil: Penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kesiapan mental ($Z = -6,971$; $p < 0,05$) dan penurunan signifikan pada tingkat kecemasan ($Z = -5,308$; $p < 0,05$) setelah diberikan edukasi. Kesimpulan: Disimpulkan bahwa edukasi berbasis self-efficacy efektif dalam meningkatkan kesiapan mental dan menurunkan kecemasan pasien sebelum tindakan anestesi.

Kata Kunci: Edukasi Pra Anestesi, Self-Efficacy, Kesiapan Mental, Kecemasan.

ABSTRACT

Background: This study was motivated by the high level of pre-anesthesia anxiety in patients that can affect physiological stability and mental readiness before surgery. Self-efficacy-based education is seen as a non-pharmacological intervention that can strengthen patient confidence in facing anesthetic procedures. Objective: This study aims to analyze the effect of self-efficacy-based education on mental readiness and anxiety levels of pre-anesthesia patients at Bekasi District Hospital. Method: The study used a quasi-experimental design with a one-group pretest–posttest approach on 64 respondents selected by purposive sampling. The instruments used were the Preoperative Self-Efficacy Scale (PSES) to measure mental readiness and the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) to measure anxiety, with analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test. Results: The study showed a significant increase in mental readiness ($Z = -6.971$; $p < 0.05$) and a significant decrease in anxiety levels ($Z = -5.308$; $p < 0.05$) after being given education. Conclusion: It was concluded that self-efficacy-based education was effective in increasing mental readiness and reducing patient anxiety before anesthesia.

Keywords: Pre-Anesthesia Education, Self-Efficacy, Mental Readiness, Anxiety.

PENDAHULUAN

Tindakan pembedahan merupakan prosedur medis yang sering menimbulkan respons psikologis pada pasien, terutama pada fase praoperatif. Salah satu masalah psikologis yang paling sering ditemukan adalah kecemasan. Kecemasan praoperatif dapat muncul akibat kurangnya pengetahuan mengenai prosedur operasi dan anestesi, ketakutan terhadap nyeri,

kemungkinan komplikasi, hingga kekhawatiran terhadap hasil pembedahan. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesiapan mental pasien dalam menghadapi tindakan anestesi dan pembedahan. Pasien yang mengalami kecemasan tinggi cenderung menunjukkan respons fisiologis berupa peningkatan denyut jantung, tekanan darah, kebutuhan obat anestesi yang lebih besar, serta risiko pemulihan pascaoperasi yang kurang optimal.

Secara global, kecemasan praoperatif masih menjadi masalah yang sering ditemukan pada pasien bedah. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah pasien yang akan menjalani pembedahan mengalami kecemasan dengan tingkat yang bervariasi. Tingginya prevalensi kecemasan praoperatif menunjukkan bahwa aspek psikologis merupakan bagian penting yang perlu diperhatikan dalam pelayanan perioperatif. Selain itu, kesiapan mental yang kurang baik dapat menyebabkan pasien kesulitan memahami informasi yang diberikan, kurang kooperatif selama proses perawatan, serta berpotensi meningkatkan risiko terjadinya komplikasi selama periode perioperatif.

Di Indonesia, kecemasan praoperatif juga masih menjadi masalah yang sering ditemukan pada pasien yang akan menjalani pembedahan elektif. Berbagai faktor seperti kurangnya informasi mengenai prosedur anestesi dan pembedahan, pengalaman operasi sebelumnya, usia, tingkat pendidikan, serta dukungan keluarga dapat memengaruhi tingkat kecemasan pasien. Oleh karena itu, diperlukan suatu intervensi yang mampu meningkatkan keyakinan diri pasien sehingga lebih siap menghadapi tindakan anestesi dan pembedahan.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah edukasi berbasis self-efficacy. Konsep self-efficacy yang dikemukakan oleh Bandura menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi suatu situasi akan memengaruhi perilaku, emosi, dan kemampuannya dalam mengatasi masalah. Dalam konteks pra-anestesi, edukasi berbasis self-efficacy bertujuan meningkatkan keyakinan pasien dalam menghadapi prosedur operasi melalui pemberian informasi yang jelas, penguatan verbal, latihan relaksasi, pengalaman pengganti (*vicarious experience*), *mastery experience*, serta metode *teach-back* untuk memastikan pemahaman pasien. Intervensi tersebut diharapkan mampu meningkatkan kesiapan mental sekaligus menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum menjalani anestesi.

Berdasarkan studi pendahuluan dan pengamatan klinis di ruang pra-anestesi RSUD Kabupaten Bekasi, masih ditemukan pasien yang menunjukkan tanda-tanda kecemasan sebelum menjalani pembedahan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden berada pada kategori cukup siap sebanyak 56,3% dan tidak siap sebanyak 43,8%. Setelah intervensi edukasi berbasis self-efficacy, mayoritas responden berada pada kategori siap sebanyak 60,9%. Pada variabel kecemasan, sebelum edukasi sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang (87,5%), sedangkan setelah intervensi mayoritas responden berada pada kategori cemas ringan (59,4%).

Meskipun edukasi praoperatif telah banyak dilakukan dalam praktik klinik, pendekatan edukasi yang secara khusus menggunakan konsep self-efficacy masih belum banyak diterapkan pada pasien pra-anestesi. Selain itu, bukti mengenai efektivitas edukasi berbasis self-efficacy terhadap kesiapan mental dan kecemasan pasien bedah elektif masih terbatas, khususnya pada pelayanan anestesi di Indonesia.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi pra-anestesi berbasis self-efficacy terhadap kesiapan mental dan kecemasan pasien bedah elektif di RSUD Kabupaten Bekasi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi-experimental one group pretest-posttest. Penelitian dilaksanakan di ruang pra-anestesi Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD Kabupaten Bekasi pada bulan Desember 2025. Desain penelitian ini digunakan untuk mengetahui efektivitas edukasi pra-anestesi berbasis self-efficacy terhadap kesiapan mental dan kecemasan pasien bedah elektif sebelum dan sesudah intervensi.

Populasi penelitian adalah seluruh pasien yang akan menjalani pembedahan elektif di RSUD Kabupaten Bekasi. Sampel penelitian berjumlah 64 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi pasien berusia 18–60 tahun, menjalani pembedahan elektif, mampu berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi responden penelitian. Intervensi yang diberikan berupa edukasi pra-anestesi berbasis self-efficacy yang mencakup pemberian informasi mengenai prosedur anestesi dan pembedahan, penguatan verbal, mastery experience, vicarious experience, serta metode teach-back untuk memastikan pemahaman pasien.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner kesiapan mental dan instrumen pengukuran tingkat kecemasan yang diberikan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) intervensi. Data dianalisis secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi variabel penelitian. Analisis bivariat dilakukan menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test karena data berpasangan dan tidak berdistribusi normal, dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan dengan nomor surat etik 005515.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan distribusi masing-masing variabel penelitian, baik karakteristik responden maupun variabel utama penelitian (kesiapan mental dan kecemasan).

Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Kelamin (n=64)

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Laki-laki	25	39,1
Perempuan	39	60,9
Total	64	100

Berdasarkan tabel 5.1, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 39 orang (60,9%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 25 orang (39,1%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien bedah elektif dalam penelitian ini adalah perempuan.

Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Usia (n=64)

Kelompok Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
18-25 tahun (Remaja akhir)	13	20,3
26-35 tahun (Dewasa awal)	16	25,0
36-45 tahun (Dewasa akhir)	14	21,9
46-55 tahun (Lansia awal)	12	18,8
56-60 tahun (Lansia akhir)	9	14,1
Total	64	100

Berdasarkan Tabel 5.2, mayoritas responden berada pada dewasa awal rentang usia 26–35 tahun sebanyak 16 orang (25,0%). Kelompok usia paling sedikit adalah lansia akhir 56–60 tahun sebanyak 9 orang (14,1%). Dengan usia termuda 18 tahun dan usia tertua 60 tahun.

Tabel 5. 3 Kesiapan Mental Sebeum Edukasi

Kesiapan Mental	N	%
Tidak siap	28	43,8
Cukup siap	36	56,3
Siap	0	0
Total	64	100

Berdasarkan Tabel 5.3, diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi sebagian besar responden berada pada kategori cukup siap sebanyak 36 orang (56,3%), sedangkan responden yang berada pada kategori tidak siap sebanyak 28 orang (43,8%). Tidak terdapat responden yang berada pada kategori siap (0%).

Tabel 5.4 Kesiapan Mental Setelah Edukasi

Kesiapan Mental	N	%
Tidak siap	0	0
Cukup siap	25	39,1
Siap	39	60,9
Total	64	100

Setelah diberikan edukasi Tabel 5.4, terjadi perubahan distribusi kesiapan mental responden. Mayoritas responden berada pada kategori siap sebanyak 39 orang (60,9%), sedangkan kategori cukup siap sebanyak 25 orang (39,1%). Tidak terdapat lagi responden dalam kategori tidak siap (0%).

Tabel 5. 5 Kecemasan Sebelum Edukasi

Kecemasan	N	%
Tidak cemas	0	0
Cemas ringan	5	7,8

Cemas sedang	56	87,5
Cemas berat	3	4,7
Cemas sangat berat	0	0
Total	64	100

Berdasarkan Tabel 5.5, sebelum diberikan edukasi sebagian besar responden berada pada kategori cemas sedang sebanyak 56 orang (87,5%), diikuti kategori cemas ringan sebanyak 5 orang (7,8%), dan cemas berat sebanyak 3 orang (4,7%). Tidak terdapat responden dalam kategori tidak cemas maupun cemas sangat berat (0%).

Tabel 6. 6 Kecemasan Setelah Edukasi

Kecemasan	N	%
Tidak cemas	0	0
Cemas ringan	38	59,4
Cemas sedang	26	40,6
Cemas berat	0	0
Cemas sangat berat	0	0
Total	64	100

Setelah diberikan edukasi (Tabel 5.6), terjadi perubahan distribusi tingkat kecemasan responden. Sebagian besar responden berada pada kategori cemas ringan sebanyak 38 orang (59,4%), sedangkan 26 orang (40,6%) berada pada kategori cemas sedang. Tidak terdapat lagi responden dalam kategori cemas berat maupun cemas sangat berat.

Hasil Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi berbasis self-efficacy terhadap kesiapan mental dan kecemasan pasien pra anestesi menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test karena data berpasangan dan tidak berdistribusi normal.

Tabel 5. 7 Kesiapan Mental Pre dan Post

		N	Mean Rank	Sum of Ranks	P Value
Kesiapan Mental Pre-Post	Negative Ranks	0	.00	.00	0.000
	Positive Ranks	56	28.50	1596.00	
	Ties	8			
Total		64			

Tabel 5. 8 Kecemasan Pre dan Post

		N	Mean Rank	Sum of Ranks	P Value
Kecemasan Pre-Post	Negative Ranks	41	23.50	963.50	0.000
	Positive Ranks	5	23.50	117.50	
	Ties	18			
Total		64			

Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test pada table 5.7 dan 5.8 menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) pada variabel kesiapan mental maupun kecemasan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi pra-anestesi berbasis *self-efficacy* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kesiapan mental dan penurunan kecemasan pasien bedah elektif.

Pembahasan Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kesiapan mental pasien setelah diberikan edukasi pra-anestesi berbasis *self-efficacy*. Sebelum intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori cukup siap (56,3%) dan tidak siap (43,8%). Setelah diberikan edukasi, mayoritas responden berada pada kategori siap (60,9%) dan tidak terdapat lagi responden dalam kategori tidak siap. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa edukasi pra-anestesi berbasis *self-efficacy* efektif dalam meningkatkan kesiapan mental pasien bedah elektif.

Peningkatan kesiapan mental tersebut dapat dijelaskan melalui teori *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Albert Bandura. Teori ini menyatakan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi suatu situasi akan memengaruhi cara berpikir, perasaan, dan perilaku yang ditampilkan. Pasien yang memperoleh informasi yang jelas mengenai prosedur anestesi dan pembedahan akan memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap tindakan yang akan dijalani sehingga mampu meningkatkan rasa percaya diri dan kesiapan dalam menghadapi prosedur tersebut.

Edukasi berbasis *self-efficacy* tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membantu pasien membangun keyakinan bahwa mereka mampu menghadapi proses pembedahan dengan baik. Melalui penguatan verbal, *mastery experience*, *vicarious experience*, dan metode *teach-back*, pasien menjadi lebih memahami kondisi yang akan dihadapi serta memiliki persepsi yang lebih positif terhadap prosedur anestesi. Kondisi tersebut berkontribusi terhadap peningkatan kesiapan mental sebelum menjalani pembedahan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa edukasi praoperatif mampu meningkatkan kesiapan psikologis pasien sebelum tindakan pembedahan. Pemberian edukasi yang terstruktur dapat mengurangi ketidakpastian, meningkatkan pemahaman pasien, dan memperkuat kemampuan pasien dalam menghadapi stresor yang muncul selama periode perioperatif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh edukasi berbasis self-efficacy terhadap kesiapan mental dan kecemasan pasien pra anestesi di RSUD Kabupaten Bekasi dengan jumlah responden sebanyak 64 orang, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat peningkatan kesiapan mental pasien pra anestesi setelah diberikan edukasi berbasis self-efficacy. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai Z sebesar 6,971, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kesiapan mental sebelum dan sesudah intervensi.
2. Terdapat penurunan tingkat kecemasan pasien pra anestesi setelah diberikan edukasi berbasis self-efficacy. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai Z sebesar -5,308, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi.
3. Secara keseluruhan, edukasi berbasis self-efficacy terbukti efektif dalam meningkatkan kesiapan mental dan menurunkan kecemasan pasien pra anestesi.

Dengan demikian, intervensi edukasi yang tidak hanya bersifat informatif tetapi juga memperkuat keyakinan diri pasien dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam pelayanan pra anestesi.

Saran

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun atau mengembangkan standar operasional prosedur (SOP) edukasi pra anestesi dengan pendekatan berbasis self-efficacy, guna meningkatkan kualitas pelayanan dan kenyamanan pasien sebelum tindakan operasi.

2. Bagi Tenaga Kesehatan (Perawat/Perawat Anestesi)

Tenaga kesehatan diharapkan dapat mengintegrasikan pendekatan edukasi yang bersifat persuasif, afirmatif, dan suportif dalam praktik pra anestesi, sehingga pasien tidak hanya menerima informasi medis, tetapi juga memperoleh penguatan psikologis.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam pengembangan materi pembelajaran terkait intervensi psikologis dalam praktik anestesiologi dan keperawatan perioperatif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain yang lebih kuat, seperti menggunakan kelompok kontrol atau randomized controlled trial, serta mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan, seperti dukungan keluarga, pengalaman operasi sebelumnya, dan kondisi psikososial pasien.

DAFTAR PUSTAKA

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W.H. Freeman and Company. ISBN: 9780323826419

- Bratajaya, C. N. A. (2021). Senior nurses' perceptions of essential soft skills for novice nurses in a private hospital in Jakarta, Indonesia.
- Chen, L., & Wang, D. (2021). Orthopedic trauma management: Comparative study across Asia-Pacific hospitals. *Journal of Orthopaedic Surgery and Research*, 16(1), 2689. <https://doi.org/10.1186/s13018-021-02689-8>
- E-Journal Poltekkes Kemenkes Denpasar. (n.d.). [Online journal]. Retrieved from <https://poltekkes-denpasar.ac.id/e-journal>
- E-Journal Universitas Muhammadiyah Semarang. (n.d.). [Online journal]. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id>
- Generalized Self-Efficacy Scale. (n.d.). PDF version of the Generalized SelfEfficacy Scale [Measurement instrument]. Retrieved from <https://userpage.fu-berlin.de/health/selfscal.htm>
- Hoyt D (2024). Perioperative anxiety: Current status and future directions.