

ABSTRAK

Khansa Nabilah Agiliani

PENGARUH TERAPI MEDITASI *MINDFULNESS* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI *SECTIO CAESAREA* DI RS AL-IRSYAD SURABAYA

x + 10 Halaman + 5 Tabel

Kecemasan merupakan masalah emosional yang umum dialami oleh pasien sebelum menjalani tindakan operasi, termasuk operasi *sectio caesarea*. Kondisi ini dapat dipicu oleh ketakutan terhadap nyeri pasca operasi, pembiusan, alat operasi, dan risiko kematian. Terapi meditasi *mindfulness* sebagai intervensi non-farmakologis berpotensi menurunkan tingkat kecemasan pada pasien. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi meditasi *mindfulness* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *sectio caesarea* di RS Al-Irsyad Surabaya.

Desain penelitian menggunakan metode pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Sampel penelitian diambil dengan teknik probability sampling tipe accidental sampling one group. Terapi meditasi *mindfulness* pada penelitian ini dilakukan pada 15 ibu hamil pre operasi *sectio caesarea* di RS Al-Irsyad Surabaya. Skala pengukuran kecemasan yang digunakan pada penelitian ini ialah Depression Anxiety Stress Scales (DASS).

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi meditasi *mindfulness*. Analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank menunjukkan nilai $p \text{ value } 0,000 < \alpha = 0,05$, yang mengindikasikan adanya pengaruh terapi meditasi *mindfulness* dalam mengurangi kecemasan pre operasi *sectio caesarea*.

Kata kunci : Kecemasan, Pre Operasi, *Sectio Caesarea*, Terapi Meditasi *Mindfulness*.

Daftar bacaan : 37 buku (2011-2024)

ABSTRACT

Khansa Nabilah Agiliani

THE EFFECT OF MINDFULNESS MEDITATION THERAPY ON ANXIETY LEVELS IN PREOPERATIVE CESAREAN SECTION PATIENTS AT AL-IRSYAD HOSPITAL SURABAYA

x + 10 Pages + 5 Tables

Anxiety is a common emotional problem experienced by patients before undergoing surgical procedures, including cesarean section (sectio caesarea). This condition can be triggered by fears related to postoperative pain, anesthesia, surgical instruments, and the risk of death. Mindfulness meditation therapy, as a non-pharmacological intervention, has the potential to reduce anxiety levels in patients. This study aims to analyze the effect of mindfulness meditation therapy on reducing anxiety levels in preoperative cesarean section patients at Al-Irsyad Hospital Surabaya.

The study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sample was selected using probability sampling with accidental sampling technique for one group. Mindfulness meditation therapy was administered to 15 pregnant women scheduled for preoperative cesarean section at Al-Irsyad Hospital Surabaya. Anxiety levels were measured using the Depression Anxiety Stress Scales (DASS).

The results showed a significant decrease in anxiety levels after the mindfulness meditation therapy. Statistical analysis using the Wilcoxon Signed-Rank test revealed a p-value of $0.000 < \alpha = 0.05$, indicating that mindfulness meditation therapy effectively reduced preoperative anxiety in cesarean section patients.

Keywords : anxiety, preoperative, cesarean section, mindfulness meditation therapy.

References : 37 books (2011-2024)