

PENGARUH KONSELING DENGAN PENDEKATAN *THINKING, FEELING* DAN *ACTING* (TFA) TERHADAP TEKANAN DARAH PASIEN PRE OPERASI KATARAK (The Effectiveness of Counseling of Thinking, Feeling and Acting (TFA) Approach to Blood Pressure in Patients with Pre Cataract Surgery)

Yeni Kartika Sari, Ani Widayati, Bisepta Prayogi

STIKes Patria Husada Blitar

email: kartikasariyeni84@gmail.com

Abstract: *Anxiety is a nursing problem that requires nursing intervention. The phenomenon that occurs, often found preoperative patients experience anxiety without specific intervention from nurses to reduce anxiety, resulting in an increase in blood pressure which can lead to delayed operation plan. This study aimed to determine the effectiveness of counseling of thinking, feeling and acting (TFA) approach to blood pressure in patients with pre-cataract surgery at the Central Surgical Installation of Kanjuruhan Hospital Malang Regency The design in this study was experimental with one group pre-test and post-test design, the sample was 16 people taken by purposive sampling technique. The data analysis used a paired sample T-Test statistical test. The results showed that there was an effect of counseling of the thinking, feeling and acting (TFA) approach to the patient's blood pressure of pre cataract surgery, with p value = $0.000 < \alpha$ (0.05). The effect of counseling with the approach of thinking, feeling and acting (TFA) to the patient's blood pressure pre cataract surgery, was due to the TFA approach counseling, the Client was able to express his feelings correctly, had more rational thoughts, and prioritized useful actions so that anxiety could be reduced or even eliminated. Decreased and even lno anxiety could keep the patient's blood pressure stable. This research was evidence based practice, to make standard operating procedures (SOP) of counseling*

Keywords: *Counseling, blood pressure, pre cataract surgery.*

Abstrak: Kecemasan merupakan salah satu masalah keperawatan yang memerlukan intervensi keperawatan. Fenomena yang terjadi, sering ditemukan pasien preoperasi mengalami kecemasan tanpa intervensi spesifik dari perawat untuk mengurangi kecemasannya, sehingga berakibat pada peningkatan tekanan darah yang bias mengakibatkan ditundanya rencana operasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kanjuruhan Kabupaten Malang Desain dalam penelitian ini adalah eksperimental dengan *one group pre-test and post-test design*, menggunakan teknik *purposive sampling*, diperoleh sampel sebanyak 16 orang. Analisis data menggunakan uji statistik *paired sample T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak, dengan p value = $0,000 < \alpha$ (0,05). Adanya pengaruh konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak, disebabkan karena Dalam konseling pendekatan TFA, Klien lebih mampu mengekspresikan perasaannya dengan benar, memiliki pemikiran yang lebih rasional, dan lebih mengutamakan tindakan yang bermanfaat sehingga kecemasan lebih dapat dikurangi bahkan dihilangkan. Kecemasan yang menurun bahkan hilang dapat mempertahankan tekanan darah pasien tetap stabil. Penelitian ini sebagai *evidence based practice*, untuk membuat standar prosedur operasional (SOP) konseling

Kata kunci: Konseling, tekanan darah, pre operasi katarak

PENDAHULUAN

Tindakan operasi, bagi klien merupakan salah satu faktor penyebab kecemasan. Kecemasan atau ansietas merupakan salah satu masalah keperawatan dalam dimensi psikis yang memerlukan intervensi keperawatan. Kecemasan pada klien pre operasi katarak, selain menimbulkan rasa tidak nyaman, juga dapat merugikan klien, salah satunya adalah terjadinya peningkatan tekanan darah yang dapat mengakibatkan pembatalan operasi. Fenomena yang terjadi di masyarakat, masih sering ditemukan klien saat menjelang tindakan operasi, yang mengalami kecemasan, tanpa mendapatkan intervensi yang spesifik dari perawat untuk mengurangi kecemasannya. Sampai saat ini, jumlah penderita katarak di dunia masih sangat tinggi. Berdasarkan data WHO, diperkirakan jumlah penderita kebutaan katarak di dunia saat ini adalah sebesar 17 juta orang, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 40 juta pada tahun 2020 (Mo'otapu et al, 2015).

Indonesia, menurut hasil survei kebutaan dengan menggunakan metode *Rapid Assessment of Avoidable Blindness* (RAAB), yang baru dilakukan di tiga provinsi (Nusa Tenggara Barat, Sulawesi Selatan Dan Jawa Barat) pada tahun 2013-2014, didapatkan prevalensi kebutaan pada masyarakat usia diatas 50 tahun, rata-rata di 3 provinsi tersebut adalah 3,2%, dengan penyebab utama adalah katarak (71%). Diperkirakan setiap tahun kasus baru buta katarak akan selalu bertambah, sebesar 0,1% dari jumlah penduduk atau kira-kira 250.000 orang setiap tahun (Kemenkes RI, 2016).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 di Provinsi Jawa Timur, prevalensi penduduk dengan katarak di provinsi Jawa Timur lebih rendah dari angka nasional. Angka tertinggi kejadian katarak berdasar diagnosis dan gejala terjadi di kabupaten Situbondo (17,3%) disusul Pasuruan (15,2%) dan Lumajang (13,5%) (Balitbang Depkes RI, 2007).

Pada tahun 2013-2014 dilakukan penelitian di Balai Kesehatan Mata Masyarakat Manado terhadap 42 responden, mengenai hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan, didapatkan bahwa responden yang tidak memiliki kecemasan dengan berpengetahuan baik ada 2 orang (4,8%), responden yang memiliki kecemasan ringan dengan pengetahuan baik ada 15 orang (35,7%), responden yang memiliki kecemasan sedang dengan pengetahuan baik ada 10 orang (23,8%), dari hasil uji statistik disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang ber-

makna antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan klien pre operasi katarak (Rondonuwu, 2014). Menurut Heither, Susan tahun 2018, kecemasan tidak menyebabkan hipertensi, namun kecemasan dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah secara temporer. Jadi meskipun kecemasan tidak menyebabkan hipertensi kronis, namun dapat menyebabkan masalah kesehatan yang hamper sama.

Dari hasil studi pendahuluan pada bulan Juli 2017, di Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD Kanyuruhan Kabupaten Malang, dari hasil wawancara dengan 10 orang klien yang akan menjalani operasi katarak didapatkan data, 9 orang (90%) dari 10 orang tersebut mengatakan sedang dalam kondisi cemas karena menghadapi ruang dan peralatan operasi. 7 orang (70%) dari 10 orang tersebut mengatakan saat ini sedang cemas karena khawatir akan menjadi buta. 8 orang (80%) dari 10 orang tersebut mengatakan sedang cemas akibat takut akan kematian saat di anasthesia. 9 orang (90%) dari 10 orang tersebut mengatakan cemas bila operasinya akan dilakukan mengalami kegagalan (operasi tidak berhasil).

Berdasarkan sudut pandang teori interpersonal, kecemasan pada klien pre operasi katarak umumnya disebabkan adanya rasa khawatir menghadapi anasthesia, diagnosa penyakit yang belum pasti, keganasan, nyeri, ketidaktahuan tentang prosedur operasi, kondisi lingkungan kamar bedah yang terkesan menakutkan dalam pandangan masyarakat awam, serta ketakutan akan kegagalan dari tindakan pembedahan yang dapat menimbulkan kecacatan (Riadi, 2012).

Menurut Ikhsan (2012) salah satu penyebab terhalangnya kegiatan operasi adalah terjadinya peningkatan tekanan darah. Sedangkan menurut Yeremia (2011), Setidaknya ada tiga kerugian yang dialami klien ketika mengalami kecemasan menjelang operasi, secara psikis klien dirugikan dengan perasaan tidak nyaman akibat kecemasan yang tidak terkontrol, secara fisik terjadi peningkatan frekuensi nadi dan respirasi, peningkatan tekanan darah, penurunan kerja otot polos pada kandung kemih dan usus, dan dalam segi waktu dan administratif ada kemungkinan terjadi penundaan jadwal operasi akibat peningkatan tekanan darah.

Salah satu upaya perawat dalam mencegah terjadinya peningkatan tekanan darah klien pre operasi katarak adalah dengan melakukan konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA), yaitu suatu pendekatan integratif sistematis

yang mengintegrasikan berbagai macam pendekatan dan teknik-teknik konseling dalam suatu kerangka kerja. Kerangka kerja komperhensif-sistematis ini jelas diperlukan oleh perawat untuk membantu berbagai macam klien dengan efektif dan *qualified*. Konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) memiliki beberapa kelebihan diantaranya, adanya ketulusan perawat dalam melakukan hubungan membantu klien untuk lebih meyakini dirinya, adanya pemahaman yang diberikan perawat terhadap klien dengan segala latar belakang dan masalah-masalahnya, dan klien lebih cepat belajar bagaimana membuat respon yang baru dan efektif dalam berinteraksi dengan lingkungan (Mulawarman & Munawaroh, 2016). Dampak dari konseling dengan metode pendekatan TFA terhadap tekanan darah belum dapat dijelaskan.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Konseling dengan Pendekatan *Thinking, Feeling* dan *Acting* (TFA) terhadap tekanan darah Klien Pre Operasi Katarak di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kanjuruhan Kabupaten Malang.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan pre eksperimental dengan desain *one group pre test post test* karena bertujuan mengetahui pengaruh konseling dengan pendekatan *thinking, feeling dan acting* (TFA) terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak. Populasi pada penelitian ini adalah pasien pre operasi katarak di RSUD Kanjuruhan Kapanjen dengan jumlah 30 orang. Sampel penelitian diambil dengan non random, dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian yaitu pasien pre operasi katarak yang mengalami kecemasan dan pasien pre operasi katarak yang berusia 21 tahun ke atas. Berdasarkan metode tersebut didapatkan jumlah sampel 16 orang.

Variabel dependen pada penelitian ini adalah tekanan darah pasien pre operasi katarak. Sedangkan variabel independennya adalah konseling dengan pendekatan TFA. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1) Kuesioner Zung Self rating Anxiety Scale untuk menilai kecemasan pasien yang terdiri dari 20 item soal, 2) SOP konseling dengan pendekatan TFA.

Tahap pertama penelitian adalah pemberian pre test untuk menilai tingkat kecemasan responden dan

mengukur tekanan darahnya dan dilanjutkan dengan melakukan konseling selama 10-20 menit, melalui beberapa tahapan: 1) membangun hubungan 2) identifikasi dan penilaian masalah 3) memfasilitasi perubahan terapeutis menggunakan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA). Pada pendekatan *thinking*, perawat membantu klien untuk mampu berpikir rasional, pendekatan *feeling*, perawat membantu klien mengekspresikan emosi yang ada pada dirinya, dan pada pendekatan *acting*, Perawat membantu klien dalam mengambil keputusan, dan (4) evaluasi dan terminasi. Tahap akhir adalah melakukan *post-test* dengan mengukur kembali tekanan darah responden.

Data yang terkumpul akan diuji normalitasnya dengan uji *Shapiro Wilk*. Apabila uji normalitas diperoleh data berdistribusi normal maka data akan dianalisis dengan *paired sample T-test*. Sedangkan apabila diperoleh data berdistribusi tidak normal maka akan diuji dengan *Wilcoxon test*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil sebagai berikut:

Karakteristik responden

Tabel 1 Karakteristik responden di Ruang OK RSUD Kanjuruhan Kabupaten Malang, Desember 2017

No	Data umum	f	%
1	Pendidikan :		
	Tidak sekolah	4orang	25
	SD	6 orang	37,5
	SMP	3orang	18,75
	SMA	2orang	12,5
	Perguruan Tinggi	1 orang	6,25
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	9 orang	56,25
	Perempuan	7orang	43,75
3	Pekerjaan		
	Karyawan swasta	3 orang	18,75
	Pegawai negeri	3 orang	18,75
	Tidak bekerja	6 orang	37,5
	Wiraswasta	2 orang	12,5
	Petani	2orang	12,5
4	Usia		
	< 45 tahun	2 orang	12,5
	46-65 tahun	4 orang	25
	>65 tahun	10 orang	62,5
5	Riwayat Operasi		
	Tidak pernah operasi	12orang	75
	Pernah operasi	4orang	25

Berdasarkan Tabel 1 di atas diketahui, mayoritas subjek penelitian berpendidikan SD, sejumlah 6 orang (37,5%), mayoritas berjenis kelamin laki-laki, sejumlah 9 orang (56,25%), mayoritas tidak bekerja, sejumlah 6 orang (37,5 %), mayoritas berusia > 65 tahun, sejumlah 10 orang (62,5%), dan mayoritas tidak pernah operasi, sejumlah 12 orang (75 %).

Pengaruh konseling dengan pendekatan TFA terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak

Tabel 2 Pengaruh konseling dengan pendekatan TFA terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak di Ruang OK RSUD Kanjuruhan Kabupaten Malang, Desember 2017

Tekanan Darah	Min	Max	Rata rata	Std Deviasi
Sistolik Pre	120	150	146	9.639
Sistolik Post	120	140	138	5.774
Diastolik Pre	70	90	80	8.165
Diastolik Post	70	70	70	.000
<i>Paired T Test</i>	0.000			

Berdasarkan hasil uji *paired T-Test*. diketahui $p\ value = 0,000$. lebih kecil dari nilai alfa ($\alpha=0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak di Instalasi Bedah sentral RSUD Kanjuruhan Kabupaten Malang.

PEMBAHASAN

Tekanan darah pasien pre operasi katarak sebelum perlakuan konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA).

Berdasarkan hasil penelitian tekanan darah pasien pre operasi katarak sebelum konseling dengan pendekatan TFA, didapatkan nilai minimum sistolik 120 mmHg, dan maximum sistoliknya 159 mmHg. Sedangkan minimum diastoliknya 70 mmHg dan maksimum diastoliknya 90 mmHg Sehingga rata rata tekanan darah adalah adalah 146/80 mmHg. Sedangkan karakteristik responden diketahui mayoritas (37,5%) berpendidikan SD, dan berdasarkan riwayat operasi, mayoritas (75 %) tidak pernah operasi.

Hasil penelitian Maryanti (2015), di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Urip Sumoharjo Bandar

Lampung, menyimpulkan bahwa ada hubungan pendidikan dengan kecemasan pada pasien pre operasi seksio sesaria (SC). Hasil penelitian Kuraeisin (2009), di RSUD Fatmawati, menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman dengan tingkat kecemasan. Stresor psikologis yang menyebabkan cemas diantaranya adalah, pekerjaan, lingkungan, keuangan, hukum, perkembangan, penyakit fisik, faktor keluarga, dan trauma. Akan tetapi tidak semua orang yang mengalami stressor psikososial akan mengalami gangguan cemas. Hal ini tergantung pada struktur perkembangan kepribadian diri seseorang tersebut, yaitu usia, tingkat pendidikan, pengalaman, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan masyarakat. Ada berbagai alasan yang dapat menyebabkan ketakutan atau kecemasan pasien dalam menghadapi pembedahan antara lain yaitu takut nyeri setelah pembedahan, takut terjadi perubahan fisik, menjadi buruk rupa dan tidak berfungsi normal gangguan *body image*, takut keganasan bila diagnosa yang ditegakkan belum pasti, takut atau cemas mengalami kondisi yang sama dengan orang lain yang mempunyai penyakit yang sama, takut atau ngeri menghadapi ruang operasi, peralatan pembedahan dan petugas, takut mati saat dibius atau tidak sadar lagi (Maryanti, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Muliana dkk tahun 2016 menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan peningkatan tekanan darah pasien pre operasi BPH di RSUD Prof Dr Margono Soeharjo. Sehingga dapat disimpulkan bahwa responden yang tekanan darahnya cenderung tinggi (rata rata 146/80 mmHg) pada saat menjelang operasi berkaitan dengan pengalaman operasi sebelumnya (75% belum pernah operasi)

Tingkat pendidikan yang rendah dan pengalaman yang kurang mengenai operasi menyebabkan timbulnya kecemasan dalam menghadapi operasi katarak. Sehingga tekanan darah juga ikut meningkat. Tingkat pendidikan menentukan kemampuan seseorang menciptakan mekanisme koping yang efektif. Semakin rendah tingkat pendidikan seseorang, semakin rendah kemampuannya dalam menciptakan koping. Hal ini didukung data bahwa sebagian besar subjek penelitian yang mengalami cemas sedang, berpendidikan sekolah dasar (SD). Pengalaman juga menentukan kemampuan seseorang dalam menghadapi kecemasan. Semakin sedikit pengalaman seseorang, maka akan semakin meningkat rasa khawatir akan dampak yang akan

terjadi setelah operasi, sehingga berpeluang meningkatkan kecemasan yang berakibat meningkatnya tekanan darah. Kondisi ini didukung data bahwa sebagian besar subjek penelitian yang belum berpengalaman menjalani operasi.

Tekanan darah pasien pre operasi katarak sesudah perlakuan konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA).

Berdasarkan hasil penelitian, tekanan darah pasien pre operasi katarak sesudah konseling dengan pendekatan TFA, diketahui nilai minimal sistolik 120 mmHg, nilai maksimal sistolik 140 mmHg. Sedangkan nilai minimal diastolic 70 mmHg dan nilai maksimal diastoliknya 70 mmHg.

Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas subjek penelitian berpendidikan SD, sejumlah 6 orang (37,5%), berdasarkan jenis kelamin, mayoritas berjenis kelamin laki-laki, sejumlah 9 orang (56,25%), berdasarkan pekerjaan, mayoritas tidak bekerja, sejumlah 6 orang (37,5%), berdasarkan usia, mayoritas berusia > 65 tahun, sejumlah 10 orang (62,5%), dan berdasarkan riwayat operasi, mayoritas tidak pernah operasi, sejumlah 12 orang (75%). Konseling berpengaruh terhadap tekanan darah. Kecemasan merupakan respon psikologis yang terjadi ketika seseorang merasa terancam baik secara fisik maupun psikologik, untuk meminimalkan kecemasan diperlukan suatu upaya pengendalian diri, yaitu proses mengubah tingkah laku dengan cara mengarahkan diri dalam memecahkan masalah tanpa bantuan orang lain. Salah satu respon fisik yang muncul ketika seseorang mengalami kecemasan adalah kenaikan tekanan darah. Konseling merupakan salah satu upaya membantu klien melakukan pengendalian diri. Konseling merupakan upaya merubah kognitif dan pemahaman, emosi dan perilaku. Konseling bertujuan menciptakan pengembangan dan pertumbuhan individu, dengan fokus utama mengubah perilaku yang maladaptif menjadi adaptif. Jadi pada hakekatnya, sasaran kegiatan konseling adalah membantu klien menyelesaikan masalah. Dalam hal ini, masalah utama yang dihadapi pada sebagian besar pasien pre operasi katarak adalah kecemasan menghadapi operasi (Mulawarman & Munawaroh, 2016). Sedangkan kecemasan menyebabkan kenaikan darah secara temporer, (Heitler, 2018)

Konseling efektif dalam mempertahankan tekanan darah pasien tetap stabil karena dengan konseling dapat mengurangi tingkat kecemasan klien

menghadapi operasi katarak. Melalui konseling, perawat mendengarkan keluhan klien, membangun hubungan dengan klien, membantu klien mengidentifikasi masalah, serta memfasilitasi perubahan terapeutis pada klien, sehingga masalah kecemasan klien menghadapi operasi katarak dapat dikurangi dan kenaikan tekanan darah tidak terjadi. Fenomena ini didukung data bahwa rata-rata tekanan darah menurun dari 146/80 mmHg menjadi 138/70 mmHg.

Pengaruh konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak

Berdasarkan hasil uji statistik *independent sample T-Test*. didapatkan *p value* = 0,000 < 0,05), sehingga disimpulkan ada pengaruh konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak di Instalasi Brdah Sentral RSUD Kanjuruhan Kabupaten Malang.

Hasil penelitian ini sesuai dengan Hasil penelitian Rahmat (2010), mengenai pengaruh konseling terhadap kecemasan dan kualitas hidup pasien operasi katarak di Kecamatan Kebak Kramat, dengan kesimpulan bahwa konseling berpengaruh terhadap penurunan kecemasan, dan didukung oleh Heitler (2018) yang menyebutkan bahwa kecemasan dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah secara temporer. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling dapat mencegah terjadinya kenaikan tekanan darah.

Penelitian yang dilakukan oleh Tuncay, et all, (2008), menunjukkan adanya pengaruh positif pengelolaan masalah psikologis yang dilakukan dengan konseling pada pasien diabetes mellitus (DM), dimana hal ini akan menurunkan kecemasan pada pasien. Pada penelitian ini dilakukan konseling yang mencakup pemahaman tentang penyakit, seberapa besar mereka dapat menerima kondisi sakitnya, keyakinan atau kepercayaan spiritualnya, rencana yang disusun untuk menghadapi penyakitnya, penggalan hal-hal positif yang dimiliki, memanfaatkan semua fasilitas yang tersedia, menggunakan dukungan psikologis, dan keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Nikibakht, et all, (2009), menunjukkan bahwa pengendalian kondisi psikologis utamanya kecemasan akan berpengaruh positif terhadap manajemen pasien Diabetes Mellitus. Dari penelitian yang dilakukan oleh Collins, et all (2008), juga menunjukkan bahwa manajemen kecemasan pada penderita Diabetes yang dilakukan dengan baik, yang

salah satunya dengan konseling akan meningkatkan keberhasilan dalam mengontrol kadar gula darah (Rahmat, 2010). Kecemasan terjadi ketika seseorang merasa terancam baik secara fisik maupun psikologik. Manifestasi kecemasan yang terjadi tergantung pada kematangan pribadi, pemahaman dalam menghadapi ketegangan, harga diri dan mekanisme koping.

Menurut Heitler (2018) kecemasan tidak menyebabkan hipertensi, namun kecemasan dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah secara temporer. Untuk membantu mencegah kenaikan tekanan darah klien dapat dilakukan dengan mengurangi kecemasannya. Untuk mengurangi kecemasan, diperlukan suatu intervensi yang tepat. Konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) merupakan salah satu pilihan intervensi perawat dalam mengurangi kecemasan pasien pre operasi katarak. Dalam perspektif TFA, proses mengurangi kecemasan pada diri individu berorientasi pada pemikiran, perasaan dan tindakan. Pendekatan yang berorientasi pada pemikiran memiliki anggapan dasar bahwa, jika individu memiliki pemikiran yang tak logis maka dia bermasalah (tidak sehat), dan akan menjadi pribadi yang sehat bila perawat dapat membantu klien mengubah pemikiran yang tak logis tersebut menjadi logis. Dalam pendekatan yang berorientasi pada perasaan, terdapat anggapan dasar bahwa jika individu tidak dapat mengekspresikan perasaan yang dialaminya maka dia bermasalah, dan akan menjadi sehat jika dapat mengekspresikan perasaan yang dialaminya. Dalam hal ini perawat membantu klien mengekspresikan emosi yang muncul dari dalam dirinya, serta membantu memfasilitasi memecahkan masalah tersebut. Dalam pendekatan yang berorientasi pada tindakan, individu yang tidak dapat merubah dari tingkah laku yang tidak bermanfaat menjadi bermanfaat, maka dia dianggap mengalami masalah. Dalam hal ini perawat dapat membantu individu tersebut dengan melakukan sesuatu yang mendukung perubahan tindakan atau perilaku yang efektif, misalnya dengan memberikan contoh atau mengajarkan teknik nafas dalam saat individu menunjukkan tanda-tanda mengalami kecemasan (Mulawarman & Munawaroh, 2016).

Konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pasien menghadapi operasi katarak. Konseling dengan pendekatan TFA memiliki kelebihan yang tidak dimiliki metode lain. Dalam konseling pendekatan TFA, perawat membantu

mengatasi masalah kecemasan klien melalui pendekatan yang lebih menyeluruh pada aspek psikologik, yaitu aspek pemikiran, perasaan, dan tindakan, sehingga secara holistik, klien lebih terbantu dalam mengatasi masalah kecemasannya. Klien lebih mampu mengekspresikan perasaannya dengan benar, memiliki pemikiran yang lebih rasional, dan lebih mengutamakan tindakan yang bermanfaat sehingga kecemasan lebih dapat dikurangi bahkan dihilangkan. Ketika kecemasan pasien pre operasi katarak dapat teratasi maka kenaikan tekanan darah tidak terjadi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 16 subjek penelitian pasien pre operasi katarak di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kanjuruhan Kabupaten Malang, dapat disimpulkan bahwa:

Sebelum dilakukan konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA), rata-rata tekanan darah pasien pre operasi katarak adalah 146/80 mmHg.

Sesudah dilakukan konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA), rata-rata tekanan darahnya adalah 138/70 mmHg.

Ada pengaruh konseling dengan pendekatan *thinking, feeling* dan *acting* (TFA) terhadap tekanan darah pasien pre operasi katarak di RSUD "Kanjuruhan" Kepanjen, dengan p value = 0,000.

Saran

Bagi Rumah Sakit Umum Kanjuruhan dapat meningkatkan kemampuan perawatnya dalam memberikan konseling pre operasi kepada pasien dengan cara memberikan pelatihan yang sesuai.

Bagi Institusi Pendidikan kesehatan dapat menerapkan metode konseling ini untuk membantu mengatasi permasalahan masyarakat dalam kegiatan pengabdian.

DAFTAR RUJUKAN

- Heitler, Susan, Ph.D. 2018. *Why Do Anxiety and High Blood Pressure Go Hand in Hand*. (<https://www.psychologytoday.com/us/blog/resolution-not-conflict/201802/why-do-anxiety-and-high-blood-pressure-go-hand-in-hand>).
- Kemenkes RI, 2016. Katarak Sebabkan 50% Kebutaan (<http://www.depkes.go.id/article/view/16011100003/katarak-sebabkan-50-kebutaan.html>).

- Kuraeisin, 2009, *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pasien yang Akan Menghadapi Operasi di RSUP Fatmawati Tahun 2009. Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Maryanti L Dkk. 2015. *Hubungan Pendidikan Dengan Kecemasan Pasien Pre Operasi Seksio Sesaria (Sc) Di Ruang Kebidanan Rumah Sakit Urip Sumoharjo Bandar Lampung Tahun 2015*. *Jurnal Asuhan Ibu&Anak*. JAIA 2016;1(2): hal 35-41.
- Mo'otapu et al, 2015. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Penyakit katarak di poli mata rsup Prof. Dr. R.d kandou manado Astria*. Manado: Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi.
- Mulawarman & Munawaroh, 2016, *Psikologi Konseling: Sebuah Pengantar Bagi Konselor Pendidikan*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Muliana, et.al., 2016, *Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Peningkatan Tekanan Darah Paisein Pre Operasi BPH di RSUD Prof Dr Margono Soekarjo, Jurnal Viva Medika Vol 09 No 16 Februari 2016*. Sitasi tanggal 12 Juli 2018. <https://jurnal.shb.ac.id/ojsindex.php?journal=VM&page=article&op=view&path%5B%5D=301&path%5B%5D=272>
- Rahmat W P, 2010, *Pengaruh Konseling Terhadap Kecemasan Dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Kecamatan Kebakkramat*. Tesis. Surakarta: Program Studi Kedokteran Keluarga Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret.
- Riadi M, 2012, *Psikologi -Teori Kecemasan (http://www.kajianpustaka.com/2012/10/teori-kecemasan.html)*.
- Rondonuwu, “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Pengetahuan Pada Klien Pre Operasi Katarak Dibalai Kesehatan Mata Masyarakat (BKMM) Manado” *JUIPERDO, VOL 3, NO. 2 September 2014 Hubungan Pengetahuan dengan Rolly Rondonuwu, dkk, hal 4-7*.
- Yeremia, 2011, *Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif*. (<http://deloririasi.blogspot.co.id/>).