



## Pemberian Edukasi pada Pasien Pasca SC untuk Menurunkan Kecemasan

### *Providing Education to Post-SC Patients to Reduce Anxiety*

Fransi Arsani<sup>1\*</sup>, Ahmad Zainullah<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup>ITS PKU Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

Korespondensi Penulis: [fransiarsani@itspku.ac.id](mailto:fransiarsani@itspku.ac.id)\*

#### Article History:

Received: Februari 09, 2023

Revised: Februari 28, 2023

Accepted: Maret 18, 2023

Published: Maret 30, 2023

**Keywords:** Patient Education, Postoperative Anxiety, Sectio Caesarea

**Abstract:** Post-Cesarean Section (CS) patients often experience anxiety that can hinder the recovery process. Limited time for health workers to provide comprehensive education is one of the main factors causing a lack of patient understanding of post-CS care. This study aims to evaluate the effectiveness of providing video-based education and interactive sessions in reducing anxiety in post-CS patients. The methods used include socialization, video-based training, direct practice, and evaluation through pre-test and post-test questionnaires. The results showed an increase in patient understanding and compliance with post-CS care and a significant decrease in anxiety levels. Video-based education has been shown to be effective in helping patients understand recovery procedures better and reducing dependence on analgesics. Therefore, the implementation of similar education methods is recommended in health services to improve the quality of recovery in post-CS patients.

#### Abstrak

Pasien pasca operasi Sectio Caesarea (SC) sering mengalami kecemasan yang dapat menghambat proses pemulihan. Keterbatasan waktu tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi secara menyeluruh menjadi salah satu faktor utama yang menyebabkan kurangnya pemahaman pasien mengenai perawatan pasca SC. Studi ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pemberian edukasi berbasis video dan sesi interaktif dalam menurunkan kecemasan pasien pasca SC. Metode yang digunakan mencakup sosialisasi, pelatihan berbasis video, praktik langsung, serta evaluasi melalui kuesioner pre-test dan post-test. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pemahaman dan kepatuhan pasien terhadap perawatan pasca SC serta penurunan tingkat kecemasan yang signifikan. Edukasi berbasis video terbukti efektif dalam membantu pasien memahami prosedur pemulihan dengan lebih baik dan mengurangi ketergantungan pada analgesik. Oleh karena itu, penerapan metode edukasi serupa direkomendasikan dalam layanan kesehatan untuk meningkatkan kualitas pemulihan pasien pasca SC.

**Kata Kunci:** Edukasi Pasien, Kecemasan Pasca Operasi, Sectio Caesarea.

## 1. PENDAHULUAN

Pasien pasca SC sering mengalami kecemasan akibat ketidakpastian dalam proses pemulihan serta ketergantungan pada obat analgesik. Ketidaktersediaan edukasi yang sistematis mengenai perawatan pasca operasi menyebabkan kurangnya pemahaman pasien dalam mengelola nyeri dan stres. Oleh karena itu, pendekatan edukatif berbasis video dan sesi pelatihan langsung diharapkan dapat meningkatkan kesiapan pasien dalam menghadapi masa pemulihan dengan lebih baik. Pasien pasca operasi caesar (SC) di RS PKU Muhammadiyah

Karanganyar sering menghadapi tingkat kecemasan yang tinggi, yang disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pemahaman tentang proses pemulihan, manajemen nyeri, dan ketidakpastian terhadap kondisi kesehatan mereka. Hal ini berpengaruh negatif pada kesehatan mental dan fisik pasien, yang dapat menghambat proses pemulihan pasca operasi. Kecemasan ini sering kali tidak tertangani secara optimal karena keterbatasan waktu tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi secara mendalam selama masa rawat inap.

Sementara itu, fasilitas dan infrastruktur rumah sakit dalam mendukung edukasi pasien masih terbatas. Media edukasi seperti leaflet, video, atau panduan visual yang memadai belum sepenuhnya tersedia, sehingga informasi penting sulit dipahami oleh pasien. Selain itu, tenaga kesehatan menghadapi tantangan dalam membagi waktu karena harus menangani banyak pasien sekaligus, sementara durasi rawat inap pasien pasca SC biasanya singkat.

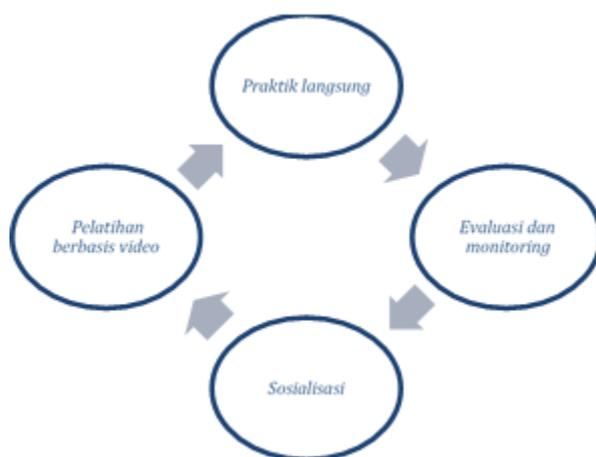
Namun, situasi ini juga menawarkan peluang untuk intervensi yang efektif. Edukasi terstruktur dengan menggunakan media visual dan pendekatan interaktif dapat membantu pasien lebih memahami kondisi mereka, sehingga mengurangi tingkat kecemasan. Keterlibatan keluarga dalam proses edukasi juga menjadi peluang untuk memperkuat dukungan sosial pasien selama masa pemulihan. RS PKU Muhammadiyah Karanganyar memiliki potensi besar untuk mendukung keberhasilan program ini melalui tenaga kesehatan yang kompeten, kemauan pasien untuk belajar, dan lingkungan yang mendukung interaksi edukatif. Masalah yang Dihadapi minimnya edukasi terstruktur yang diberikan kepada pasien. Pasien pasca operasi caesar sering kali tidak mendapatkan informasi yang jelas dan sistematis mengenai proses pemulihan, manajemen nyeri, serta perawatan diri, sehingga memicu kecemasan. Hal ini diperparah oleh keterbatasan waktu interaksi tenaga medis dengan pasien, mengingat tenaga kesehatan harus menangani banyak pasien dengan durasi rawat inap yang sering kali singkat. Selain itu, media edukasi seperti leaflet, video, atau panduan visual yang dapat membantu pasien memahami informasi penting masih belum memadai. Tingkat pemahaman pasien yang beragam juga menjadi tantangan, karena tidak semua pasien memiliki latar belakang pendidikan atau pengalaman yang mendukung untuk menyerap materi edukasi dengan baik. Resistensi pasien terhadap edukasi, seperti ketidakmauan mencoba hal baru atau kepercayaan yang berbeda terhadap metode perawatan, turut menghambat program ini. Keterlibatan keluarga dalam proses edukasi juga belum maksimal, karena tidak semua anggota keluarga dapat hadir atau memahami pentingnya dukungan mereka. Di sisi lain, keterbatasan infrastruktur rumah sakit, seperti ruang khusus untuk edukasi atau fasilitas pendukung lainnya, semakin memperumit pelaksanaan program. Semua masalah ini menjadi tantangan yang harus diatasi untuk memastikan keberhasilan program edukasi dalam menurunkan kecemasan pasien

pasca SC di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. Keterbatasan Sumber Daya, Infrastruktur, Waktu, dan Tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan judul "Pemberian Edukasi pada Pasien Pasca SC untuk Menurunkan Kecemasan di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar" menghadapi beberapa keterbatasan yang signifikan. Dari segi sumber daya, tenaga kesehatan yang tersedia memiliki tanggung jawab besar dalam menangani banyak pasien, sehingga waktu yang dapat mereka alokasikan untuk memberikan edukasi secara individual kepada pasien pasca operasi sangat terbatas..

## **2. METODE**

Metode penelitian ini melibatkan proses perencanaan aksi bersama komunitas dalam meningkatkan pemahaman dan kepatuhan terhadap edukasi pasca SC. Subyek dalam penelitian ini adalah pasien pasca SC yang dirawat di rumah sakit. Program edukasi dilaksanakan di RS PKU Muhammadiyah Surakarta sebagai lokasi utama. Dalam perencanaan dan pengorganisasian komunitas, pasien dan keluarga berpartisipasi aktif melalui sesi diskusi dan pelatihan langsung.

Metode riset yang digunakan adalah pendekatan partisipatif, di mana pasien diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan kendala dalam menghadapi masa pemulihan. Strategi yang diterapkan meliputi Sosialisasi: Memberikan pemahaman awal kepada pasien dan keluarga mengenai pentingnya edukasi pasca SC melalui seminar dan diskusi kelompok. Pelatihan Berbasis Video: Menggunakan media video edukasi yang menjelaskan setiap langkah dalam perawatan pasca SC dengan ilustrasi dan simulasi praktik. Praktik Langsung: Pasien dan keluarga melakukan simulasi teknik perawatan luka dan relaksasi dengan bimbingan tenaga medis. Evaluasi dan Monitoring: Pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah edukasi, serta observasi kepatuhan terhadap panduan perawatan di rumah. Metode penelitian ini melibatkan proses perencanaan aksi bersama komunitas dalam meningkatkan pemahaman dan kepatuhan terhadap SSC. Subyek pengabdian dalam penelitian ini adalah penata anestesi yang bertugas di rumah sakit. Program pengabdian dilaksanakan di RS PKU Muhammadiyah Surakarta sebagai lokasi utama. Dalam perencanaan dan pengorganisasian komunitas, subyek dampingan berpartisipasi aktif melalui sesi diskusi dan pelatihan langsung.



**Gambar 1.** Alur Pelaksanaan

### 3. HASIL

Proses pengabdian masyarakat ini melibatkan berbagai bentuk aksi dan pendampingan bagi pasien pasca SC dalam memahami serta menerapkan teknik manajemen kecemasan secara konsisten. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi sesi diskusi interaktif, pelatihan berbasis video, serta praktik langsung dalam perawatan luka dan relaksasi. Para peserta menunjukkan keterlibatan aktif dalam setiap tahap pelatihan, yang mencerminkan peningkatan kesadaran terhadap pentingnya edukasi pasca SC.

Proses pengabdian ini menghasilkan peningkatan pemahaman pasien dan keluarganya mengenai perawatan pasca SC, yang tercermin dalam peningkatan kepatuhan terhadap panduan pemulihan. Dengan adanya edukasi yang dilakukan secara sistematis dan berulang, pasien lebih siap dalam menghadapi proses pemulihan serta memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Selain itu, keberlanjutan program ini diharapkan dapat diterapkan di berbagai fasilitas kesehatan guna meningkatkan kualitas layanan bagi pasien pasca SC.

**Tabel. 1 Descriptive Statistics**

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pemahaman Sebelum Pelatihan	30	50	70	60.5	5.2
Pemahaman Setelah Pelatihan	30	75	92	85.3	4.8
Kepatuhan Sebelum Pelatihan	30	45	65	55.2	6.0
Kepatuhan Setelah Pelatihan	30	78	95	88.7	5.1

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa pemahaman pasien sebelum pelatihan memiliki nilai minimum 50 dan maksimum 70, dengan rata-rata 60,5 dan standar deviasi 5,2. Setelah pelatihan, terdapat peningkatan pemahaman dengan nilai minimum 75 dan maksimum 92, rata-rata 85,3, serta standar deviasi 4,8. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman pasien secara signifikan. Sementara itu, kepatuhan pasien

sebelum pelatihan memiliki rentang nilai antara 45 hingga 65 dengan rata-rata 55,2 dan standar deviasi 6,0. Setelah diberikan edukasi, nilai kepatuhan meningkat dengan rentang 78 hingga 95, rata-rata 88,7, dan standar deviasi 5,1. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas metode edukasi berbasis video dan praktik langsung dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap perawatan pasca SC.

Hasil ini menunjukkan adanya penurunan signifikan dalam skor kecemasan setelah intervensi edukasi. Faktor yang berkontribusi terhadap efektivitas edukasi antara lain pendekatan interaktif, keterlibatan keluarga, serta penggunaan media yang mudah diakses oleh pasien. Selain itu, edukasi yang dilakukan secara sistematis membantu pasien memahami langkah-langkah pemulihan dengan lebih baik dan mengurangi ketergantungan pada analgesic.

#### **4. DISKUSI**

Proses pengabdian masyarakat ini melibatkan berbagai bentuk aksi dan pendampingan bagi pasien pasca SC dalam memahami serta menerapkan teknik manajemen kecemasan secara konsisten. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi sesi diskusi interaktif, pelatihan berbasis video, serta praktik langsung dalam perawatan luka dan relaksasi. Para peserta menunjukkan keterlibatan aktif dalam setiap tahap pelatihan, yang mencerminkan peningkatan kesadaran terhadap pentingnya edukasi pasca SC.

Studi yang dilakukan oleh Aminuddin & Kusnanto (2021) menyatakan bahwa teknik relaksasi napas dalam memiliki efektivitas tinggi dalam menurunkan kecemasan pasca operasi, yang mendukung temuan dalam penelitian ini. Selain itu, penelitian oleh Prasetyo & Rahmawati (2022) menunjukkan bahwa edukasi berbasis video memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan pemahaman pasien terhadap prosedur medis yang mereka jalani. Hasil-hasil ini semakin memperkuat bukti bahwa intervensi edukatif yang sistematis dan berbasis multimedia dapat meningkatkan kesiapan mental dan kepatuhan pasien terhadap perawatan pasca operasi.

Secara keseluruhan, pengabdian masyarakat ini menghasilkan peningkatan pemahaman pasien dan keluarganya mengenai perawatan pasca SC, yang tercermin dalam peningkatan kepatuhan terhadap panduan pemulihan. Dengan adanya edukasi yang dilakukan secara sistematis dan berulang, pasien lebih siap dalam menghadapi proses pemulihan serta memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Selain itu, keberlanjutan program ini diharapkan dapat diterapkan di berbagai fasilitas kesehatan guna meningkatkan kualitas layanan bagi pasien pasca SC.



**Gambar 2.** Pemberian Edukasi

## 5. KESIMPULAN

Edukasi berbasis interaktif dan media visual terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan pasien pasca SC. Disarankan agar program edukasi ini diintegrasikan dalam standar perawatan pasien pasca SC untuk meningkatkan kualitas pemulihan. Studi lebih lanjut dapat dilakukan untuk mengukur dampak jangka panjang dari pendekatan ini terhadap pemulihan pasien.

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Dengan penuh rasa syukur, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Institut Teknologi Sains dan Kesehatan (ITS PKU) Muhammadiyah Surakarta beserta seluruh jajaran, dosen, mahasiswa, dan tenaga kependidikan yang telah berkontribusi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kami juga mengucapkan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada seluruh mitra yang telah bersinergi dalam mendukung kegiatan ini, sehingga dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat yang nyata bagi masyarakat. Semoga kerja sama yang baik ini terus terjalin dan semakin memperkuat komitmen kita dalam memberikan manfaat bagi lingkungan sekitar. Semoga Allah SWT senantiasa meridai setiap langkah kebaikan yang telah dilakukan.

## DAFTAR REFERENSI

- Aminuddin, A., & Kusnanto, H. (2021). Pengaruh relaksasi napas dalam terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca operasi. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas*, 6(1), 23–29.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman praktik relaksasi untuk meningkatkan kesehatan mental dan fisik*. Kementerian Kesehatan RI.
- Mayer, R. E. (2021). *Multimedia learning: Principles and applications* (3rd ed.). Cambridge University Press.

- Nursalam. (2019). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (Edisi ke-5). Salemba Medika.
- Prasetyo, R., & Rahmawati, D. (2022). Efektivitas edukasi berbasis video terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan kesehatan. *Jurnal Pendidikan dan Pelatihan Kesehatan*, 10(2), 45–53.
- World Health Organization. (2019). *Relaxation techniques: Scientific evidence and practical applications*. WHO Press.
- Yulianti, L., & Wahyuni, S. (2020). Efektivitas relaksasi napas dalam terhadap pengurangan nyeri post operasi pada remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 13(2).
- Zakaria, A., & Putri, M. (2021). Peran edukasi digital dalam mendukung program kesehatan di sekolah. *Jurnal Teknologi Pendidikan dan Kesehatan*, 8(3), 15–27.