



Implementasi Terapi Rohani Kristen Terhadap Penurunan Kecemasan Dan Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Pre Operatif Di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara

Made Suandika¹, Stevanus Erikson Tjeleni¹, Noor Yunida Triana¹

¹Anesthesiology Nursing Study Program Applied Bachelor Program Faculty of Health Harapan Bangsa University

Correspondence author: Stevanus Erikson Tjeleni

Email: stevanustjeleni@gmail.com

Address : Jl. Raden Patah No.100, Kedunglongsir, Ledug, Kec. Kembaran, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah 53182 (0281) 6843493)

Submitted: 14 Oktober 2024, Revised:1 November 2024, Accepted: 15 November 2024, Published: 20 Desember 2024

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v4i6.436



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Preoperative anxiety is often found in every home and the contributing factor is poor sleep quality. One of the non-pharmacological therapies in overcoming anxiety is spiritual therapy. Christian therapy can help individuals find meaning in their suffering, spiritual therapy can also improve sleep quality. **Objective:** This activity aims to increase the patient's knowledge that if the patient's sleep pattern is irregular and experiences anxiety, the patient can overcome it with non-pharmacological therapy independently. **Method:** The method used in this PkM assesses the anxiety scale using HARS and sleep quality using PSQI. Then Christian spiritual therapy is carried out in the form of singing, prayer and pastoral activities. **Result:** The results of the service showed that the difference in respondents' anxiety before and after the provision of Christian spiritual therapy decreased in the moderate anxiety category by 20%. The mild anxiety category increased by 6.7% and the non-anxious category increased by 13.3%. The results of the service show the results of the quality of sleep of the Community Service respondents before and after the provision of Christian spiritual therapy there is a difference in the number of good sleep quality increases by 66.7% and a decrease in poor sleep quality by 66.7%. **Conclusion:** Based on the results of the service, it can be concluded that Christian spiritual therapy is very useful in reducing anxiety and improving sleep quality.

Keywords: Spiritual Therapy, HARS, PSQI

Latar Belakang

Kecemasan adalah keadaan emosional dan perilaku berbasis rasa takut yang berkembang sebagai reaksi terhadap jaringan pikiran, perasaan, dan tindakan yang kompleks yang dimaksudkan untuk menghindari bahaya dalam menghadapi ancaman yang akan datang (Chand & Marwaha, 2024). Menurut *World Health Organization* (WHO) (2023) Di seluruh dunia, sekitar 4% orang menderita masalah kecemasan. Gangguan kecemasan menyumbang 301 juta kasus di seluruh dunia pada tahun 2019, menjadikannya sebagai penyakit mental yang paling umum.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018) mengungkapkan bahwa lebih dari 12 juta orang di atas usia 15 tahun menderita depresi dan kecemasan, dan lebih dari 19 juta menderita penyakit mental emosional. Masalah kesehatan mental termasuk kesedihan, rendah diri, ketidaksabaran, kurang bersemangat, dan gangguan tidur adalah akibat dari kecemasan. (Murwani & Utari, 2021).

Untuk kesehatan yang optimal dan kinerja tugas sehari-hari, setiap orang membutuhkan tidur malam yang nyenyak. Ketika Anda tidur nyenyak, Anda akan merasa segar dan bugar ketika bangun. Kelelahan, kemalasan, kelesuan, kekhawatiran, lingkaran hitam di bawah mata, sering menguap, dan mudah mengantuk adalah tanda-tanda kualitas tidur yang buruk (Sanger & Sepang, 2021). Sulit tidur, gejala gangguan kecemasan, adalah kontributor fobia dan teror malam. Kurang tidur merusak regulasi emosi pada pasien dengan gangguan kecemasan. (Kemenkes, 2022).

Berbagai macam masalah klinis dapat bermanifestasi dalam konteks rawat jalan sebagai gangguan tidur. Karena terdapat berbagai macam kemungkinan penyebab masalah tidur, maka sangat penting untuk menggunakan kriteria yang telah disepakati untuk diagnosis. Gangguan tidur datang dalam beberapa bentuk. Baik balita maupun orang dewasa sering mengalami kesulitan tidur (Karna *et al.*, 2024). Sebagai contoh, sebuah penelitian baru-baru ini menemukan bahwa kualitas tidur yang rendah dikaitkan dengan peningkatan risiko obstructive sleep apnea (OSA) pada 51% penderita diabetes dan 47% penderita sindrom kaki gelisah (RLS). (Demirtaş & Dolu, 2023).

Terapi spiritual adalah alternatif dari perawatan farmasi untuk mengatasi kecemasan. (Leung & Li, 2023). Spiritualitas dan agama dapat membantu individu menemukan makna dalam penderitaannya. Dibutuhkan pengalaman transenden atau pola pikir untuk melihat di balik yang terlihat jelas untuk menemukan makna dalam penderitaan. Penemuan makna dalam pengalaman penyakit membantu individu mendamaikan kesusahan mereka dan mengarah pada transendensi penderitaan atau kesadaran tinggi untuk mengesampingkan hal-hal material dan berfokus pada pengembangan yang bersifat spiritual dan holistik (Leung & Li, 2023).

Tujuan

Dengan menggabungkan perawatan spiritual Kristen, upaya pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur pasien di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara. Selain itu, pasien juga akan belajar bahwa mereka dapat melakukan pengobatan non-farmakologis sendiri untuk mengatasi kecemasan dan pola tidur yang tidak teratur melalui kegiatan ini:

1. Mengidentifikasi karakteristik peserta berdasarkan usia dan jenis kelamin.
2. Menilai skala kualitas tidur dan kecemasan pasien sebelum dan setelah dilakukan implementasi terapi Rohani Kristen di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara

3. Memberikan terapi Rohani Kristen untuk meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan kecemasan pada pasien di Rumah Sakit Emanuel Banjarmasin.

Metode

Rumah Sakit Emanuel Banjarmasin, yang memiliki izin untuk melakukan pengabdian masyarakat sebagai bagian dari tugas akhir, telah disurvei di lapangan pada tahap persiapan dan koordinasi. Tujuan dilakukannya survei lapangan adalah untuk menentukan setting yang optimal untuk memulai kegiatan dan merumuskan rencana pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

"Implementasi Terapi Rohani Kristen Terhadap Penurunan Kecemasan dan Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Pre Operasi di Rumah Sakit Emanuel Banjarmasin" merupakan judul kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan pada bulan Juli sampai dengan Agustus 2024 di Rumah Sakit Emanuel Banjarmasin. Kegiatan ini terdiri dari pengajaran dan pelaksanaan program pijat tangan bertahap, dengan tujuan antara lain:

- a. Tahap Identifikasi, pada tahap identifikasi terdiri dari:
 - 1) Identifikasi karakteristik pasien berdasarkan usia
 - 2) Mengidentifikasi pasien umum yang bersedia dijadikan peserta pengabdian kepada masyarakat.
 - 3) Memberikan surat persetujuan menjadi peserta untuk pengabdian kepada masyarakat.
 - 4) Berkoordinasi dengan tenaga kesehatan RS Emanuel Banjarmasin di ruangan yang bertugas untuk membantu memberikan kuesioner dan membantu memberikan terapi Rohani kristen pada pasien pre operasi *sectio caesarea* dengan anestesi spinal terkait pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan.
- b. Selama tahapan proses implementasi berikut, pasien akan menerima perawatan rohani Kristen dalam upaya mengurangi kecemasan mereka dan meningkatkan kualitas tidur mereka sebelum operasi:
 - a) Mengukur tingkat pengetahuan, kualitas tidur dan kecemasan pasien dengan memfasilitasi peserta untuk mengisi skor kecemasan menggunakan HARS.
 - b) Memberikan penjelasan mengenai pemberian *terapi Rohani kristen* pada pasien. Pasien yang telah diberikan penjelasan akan dievaluasi menggunakan lembar evaluasi yang terdiri dari beberapa pertanyaan dan penilaian lembar evaluasi akan dihitung.
 - c) Mengimplementasikan terapi Rohani kristen selama 10 menit dengan 2 kali intervensi
 - d) Pelaksanaan dengan cara:
 - (1) Menciptakan lingkungan yang nyaman pada pasien.
 - (2) Mengatur posisi peserta yang nyaman dengan cara duduk atau berbaring.
 - (3) Memulai dengan sharing mengenai keluhan dan pokok masalah pasien yang akan dibawakan dalam doa
 - (4) Menyanyikan kidung pujian Rohani kristen

(5) Masuk dalam doa dengan pokok-pokok doa serta keluhan yang sudah disampaikan pasien.

Pasien dihibau untuk menerapkan kembali perawatan spiritual Kristen untuk meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan tingkat kecemasan selama periode pemantauan ini, yang terjadi setelah mereka bangun di pagi hari dan sebelum mereka tidur di malam hari. Sebagai bagian dari proses penilaian, pasien diberikan kuesioner untuk diisi sebelum dan sesudah perawatan spiritual Kristen, dan kualitas tidur dan tingkat kecemasan skor HARS mereka diperiksa kembali. Komponen honorarium, bahan habis pakai, perjalanan, dan peralatan pendukung lainnya merupakan bagian dari ringkasan anggaran pengabdian masyarakat. Perkiraan anggaran untuk proyek sukarela ini adalah Rp. 2.500.000,-. Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara akan menjadi tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Jarak antara mitra dan Universitas Harapan Bangsa adalah sekitar 26 kilometer. Sekitar 45 menit ditempuh dengan kendaraan roda dua, sedangkan 51 menit ditempuh dengan kendaraan roda empat.

Hasil

1. Karakteristik Responden Pengabdian Kepada Masyarakat

Tabel 1 Karakteristik Responden Pengabdian kepada Masyarakat

Karakteristik	f	%
Umur		
Remaja Akhir (16-25 tahun)	2	13,3
Dewasa Awal (26-35 tahun)	2	13,3
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	5	33,3
Lansia Awal (46-55 tahun)	6	40,0
Total	15	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	40,0
Perempuan	9	60,0
Total	15	100,0

Sumber; Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 1, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (60%), dan kelompok usia 46-55 tahun berjumlah 6 responden (40%).

2. Distribusi Tingkat Kecemasan Responden

Tabel 2 Distribusi Tingkat Kecemasan Responden Pasien Pre Operasi di RS Emanuel Banjarnegara

Tingkat Kecemasan	Sebelum implementasi		Setelah implementasi		Selisih
	f	%	f	%	
Tidak Cemas	0	0,0	2	13,3	13,3
Ringan	12	80,0	13	86,7	6,7
Sedang	3	20,0	0	0,0	20,0
Berat	0	0,0	0	0,0	0
Total	15	100	15	100	

Sumber ; Data Primer (2024)

Temuan dari perbandingan antara tingkat kecemasan responden sebelum dan sesudah menerima perawatan spiritual Kristen ditunjukkan pada tabel 2. Kelompok kecemasan sedang mengalami penurunan sebesar 20%. Terdapat peningkatan sebesar 6,7% pada kategori kecemasan sedang dan peningkatan sebesar 13,3% pada kategori tidak cemas.

3. Analisa Distribusi Tingkat Kualitas Tidur

Tabel 3 Analisa Distribusi Kualitas Tidur Responden Pasien Pre Operasi di RS Emanuel Banjarnegara

Kualitas Tidur	Sebelum implementasi		Setelah implementasi		Selisih
	f	%	f	%	
Baik	0	0,0	10	66,7	66,7
Buruk	15	100,0	5	33,3	66,7
Total	15	100	23	100	

Sumber ; Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan diperoleh hasil kualitas tidur responden Pengabdian kepada Masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan pemberian terapi rohani kristen terdapat selisih jumlah peningkatan kualitas tidur baik sebesar 66,7% dan penurunan kualitas tidur buruk sebesar 66,7%.

Diskusi

Peserta pengabdian masyarakat di Rumah Emanuel Banjarnegara berusia muda secara tidak proporsional, dengan 6 responden (atau 40%) termasuk dalam kelompok usia "lansia awal" (46-55). Konsisten dengan temuan dari Setyawan (2017) Mengenai "Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Pre Operatif Di Ruang Angsoka RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda", proporsi terbesar responden (37,7%) berada pada kelompok usia 46-55 tahun. Salah satu hal yang mempengaruhi kualitas tidur seseorang adalah usia. Seiring bertambahnya usia, kualitas tidur Anda akan menurun. Kebutuhan tidur untuk orang dewasa dan anak-anak berbeda. Jumlah tidur yang dibutuhkan orang dewasa juga akan berbeda dengan kebutuhan tidur lansia. Prevalensi gangguan kecemasan terbukti lebih tinggi pada individu lanjut usia dibandingkan dengan yang lebih muda. (Setyawan, 2017).

Usia memengaruhi ciri-ciri fisik yang khas, yang menyebabkan penurunan pada banyak sistem fisiologis, termasuk: kemampuan tubuh untuk berfungsi, berkurangnya kekuatan dan stamina, dan peningkatan kerentanan terhadap penyakit. Setelah Anda mencapai usia 35 tahun, Anda mungkin mulai melihat timbulnya beberapa penyakit. Setiap kelompok usia memiliki kebutuhan tidur yang unik. Dari anak-anak prasekolah hingga orang dewasa dan lansia, kebutuhan tidur setiap orang berbeda. Kualitas tidur dapat dipengaruhi oleh kebutuhan tidur yang unik dari setiap kelompok usia. Alasannya, jumlah dan lama tidur yang dibutuhkan ditunjukkan oleh kebutuhan tidur. Jumlah total waktu yang dihabiskan untuk tidur dan kualitas tidur merupakan faktor yang menentukan seberapa baik tidur seseorang. (Saepudin et al., 2023)

Penelitian sebelumnya mengenai "Hubungan Tingkat Kecemasan Pra Operasi dengan Karakteristik Pasien di Ruang Operasi RSI Siti Rahmah" menemukan bahwa mayoritas tingkat kecemasan pasien lebih tinggi pada usia dewasa (26-46 tahun), dimana 27 orang (51,9%) termasuk dalam kelompok usia ini. Pemahaman dan cara pandang seseorang terhadap suatu penyakit atau kejadian, yang membentuk persepsi dan sikapnya, dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki, yang pada gilirannya dipengaruhi oleh pengalaman yang dimiliki, yang dipengaruhi oleh usia. Orang yang lebih tua dapat menghadapi kekhawatiran dengan lebih baik karena proses berpikir mereka telah matang. (Darmayanti & Dewi, 2020).

Gangguan kecemasan lebih sering terjadi pada orang yang lebih muda daripada orang yang lebih tua karena proses berpikir yang matang memungkinkan orang yang lebih tua untuk menggunakan teknik penanganan yang efektif. (Kholiq, 2022).

Sebagian besar responden adalah perempuan, dengan total 9 orang (60%), seperti yang ditunjukkan pada Tabel 1. Menurut penelitian sebelumnya mengenai "Gambaran tingkat kualitas tidur pada pasien preoperasi mayor di Rumah Sakit Cibabat Cimahi," dengan jumlah partisipan sebanyak 40 orang (atau 53%), mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan (Saepudin et al., 2023). Tanggapan dari perempuan mungkin lebih rentan terhadap perubahan iklim daripada laki-laki, menurut rincian gender sampel. Aktivitas endokrin dan degeneratif ovarium menyebabkan menopause, yang menandai berakhirnya masa reproduksi wanita dan menempatkannya pada risiko gangguan yang berkaitan dengan sistem reproduksi (seperti yang disebabkan oleh obat-obatan yang digunakan saat melahirkan). Penggunaan kontrasepsi oral meningkatkan peluang seorang wanita terkena kanker payudara dan kanker serviks, serta meningkatkan risiko pria terkena kanker usus besar dan kanker prostat. Di antara fase reproduksi dan penuaan dalam kehidupan seorang wanita, ia mengalami sejumlah perubahan yang dapat menimbulkan masalah kesehatan, beberapa di antaranya mungkin memerlukan intervensi bedah. Karena fakta bahwa wanita lebih cenderung cemas dan khawatir sebelum operasi, pria cenderung memiliki kualitas tidur yang lebih baik secara keseluruhan (Saepudin et al., 2023).

Penelitian sebelumnya mengenai "Hubungan Tingkat Kecemasan Pra Operasi dengan Karakteristik Pasien di Ruang Operasi RSI Siti Rahmah" menguatkan hasil penelitian ini, yang menunjukkan bahwa pria cenderung memiliki reaksi cemas yang lebih rendah dibandingkan wanita. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa wanita cenderung memprioritaskan emosi mereka di atas nalar. Ketika terpapar rangsangan yang sama, wanita memiliki reaksi kecemasan yang lebih besar daripada pria. Sebagai aturan umum, pria cenderung tidak menunjukkan kerentanan mereka, dan pria cenderung lebih stabil secara emosional (Darmayanti & Dewi, 2020). Wanita, serta orang-orang dengan riwayat kecemasan dalam keluarga mereka, lebih mungkin menderita kecemasan daripada pria, menurut penelitian sebelumnya. Hal ini terjadi karena perbedaan gender bawaan dalam hal kematangan emosional serta pengaruh lingkungan. (Sari et al., 2020).

Ketakutan akan jarum suntik dan prosedur medis lainnya adalah hal yang umum di antara orang-orang dari segala usia, menurut penulis, dan hal ini terutama berlaku ketika menyangkut prospek pembedahan. Meskipun orang yang lebih tua cenderung lebih baik dalam menangani berbagai hal dibandingkan yang lebih muda, namun wajar bagi orang dari segala usia untuk merasa cemas sebelum operasi. Karena wanita lebih rentan secara emosional daripada pria, mereka sering merasa cemas dan sulit tidur.

Terdapat penurunan sebesar 20% pada kategori kecemasan sedang, sesuai dengan tabel 2, yang menampilkan temuan perbedaan tingkat kecemasan responden Pengabdian Masyarakat sebelum dan sesudah pemberian terapi rohani Kristen. Dengan peningkatan 6,7% pada kelompok kecemasan sedang dan peningkatan 13,3% pada kategori tidak cemas,

Konsisten dengan penelitian sebelumnya tentang topik ini, penelitian ini menemukan bahwa kelompok intervensi mencapai nilai p-value sebesar 0,001 atau 0,005, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah perawatan pada penghuni lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka di Provinsi Maluku (Mirdat Hitiyaut et al., 2022). Filipi 4:6 berbunyi, "Janganlah kuatir tentang apa pun juga..." dan biasanya dikutip oleh orang Kristen yang menderita gangguan kecemasan. Meskipun ayat ini memerintahkan kita untuk tidak mengkhawatirkan hal-hal yang tidak penting, mengatasi kecemasan, yang merupakan kondisi mental, bukanlah hal yang mudah. Penyakit yang berhubungan dengan kecemasan dan dosa kecemasan perlu dibedakan. (Djikoren & Hermanto, 2022)

Menurut penelitian sebelumnya, orang Kristen yang terlibat dalam terapi spiritual lebih mungkin untuk mengembangkan hubungan saling percaya dengan Tuhan, yang pada gilirannya membantu mereka mengatasi episode kecemasan. Terapi pastoral dan bentuk-bentuk psikologi Kristen lainnya dapat membantu mereka yang membutuhkan untuk membangun rutinitas doa. Karena dapat memberikan ketenangan, praktik-praktik keagamaan, seperti doa harian, sangat bermanfaat dalam proses penyembuhan kecemasan, mengurangi gejala dan frekuensi

kekambuhan (Mengga & Hermanto, 2024). Menurut penelitian sebelumnya, perawatan spiritual Kristen dapat menurunkan produksi ACTH dengan merangsang hipotalamus untuk melepaskan lebih sedikit kortikotropin (CRF), yang pada gilirannya merangsang kelenjar hipofisis anterior untuk melepaskan lebih sedikit hormon ini. Hormon ini akan menurunkan tingkat kecemasan dan depresi dengan menekan sistem kekebalan tubuh dan mengurangi pelepasan kortisol. Ini akan merangsang korteks adrenal untuk melakukan hal ini. (Nugroho et al., 2022).

Karena penelitian telah menunjukkan bahwa mereka yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah, penulis berasumsi bahwa mereka yang menderita kecemasan akan menemukan kelegaan yang luar biasa dengan mengembangkan hubungan yang kuat dengan Tuhan atau mempraktikkan spiritualitas Kristen.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan diperoleh hasil kualitas tidur responden Pengabdian kepada Masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan pemberian terapi rohani kristen terdapat selisih jumlah peningkatan kualitas tidur baik sebesar 66,7% dan penurunan kualitas tidur buruk sebesar 66,7%.

Temuan ini menguatkan penelitian sebelumnya yang menemukan peningkatan substansial dalam kesehatan spiritual dan kualitas tidur yang sangat baik di antara pasien kelompok eksperimen setelah intervensi, dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p < 0,05$) (Yousofvand et al., 2023). Penelitian sebelumnya juga telah menguatkan temuan ini dengan menyatakan bahwa penelitian yang disertakan menunjukkan efek langsung dan tidak langsung yang menguntungkan dari terapi spiritual/religius terhadap insomnia. Hasil tinjauan ini juga menunjukkan peran spiritualitas dan agama yang menjanjikan pada hasil tidur yang lebih baik, khususnya dalam perbaikan insomnia (de Diego-Cordero et al., 2022).

Hasil penelitian ini menguatkan penelitian sebelumnya mengenai "pengaruh spiritualitas terhadap kualitas tidur" dan memberikan bukti lebih lanjut bahwa terapi spiritual dapat membantu mereka yang menderita masalah tidur yang berusia lanjut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa baik terapi spiritual mempengaruhi kualitas tidur yang dialami para lansia. Gangguan tidur dialami oleh mayoritas lansia. Tidur yang lebih baik merupakan hasil dari terapi spiritual ini (Subramanian et al., 2022). "Terapi Spiritual Mandiri dapat menguji motivasi hati nurani orang Kristen dalam menemukan dasar dari masalahnya sendiri. Orang Kristen dapat menjadi lebih sadar akan adanya "dosa" melalui terapi spiritual diri, dan orang Kristen yang mencari jawaban atas masalah mereka sendiri dapat menemukan "kehendak Tuhan" sebagai sumber daya yang berguna dalam praktik terapi spiritual diri. Orang Kristen, yang diciptakan menurut "gambar dan rupa Allah" (Kejadian 1:26-27) dan memiliki kebutuhan bawaan untuk menjalin hubungan dengan Yang Mahakuasa, dapat melakukan terapi spiritual diri. (Sudarmanto, 2022). Penggunaan musik rohani ke dalam perawatan spiritual Kristen memiliki potensi untuk mempengaruhi tingkat ketegangan atau relaksasi pasien dengan memicu

produksi bahan kimia endorfin dan serotonin yang membuat perasaan senang. Karena kemiripannya dengan morfin opioid endogen dan neurotransmitter metanon, zat kimia yang membuat perasaan nyaman, endorfin dan serotonin dapat meredakan stres. Tetapi jika Anda mengalami kesulitan tidur, intervensi ini akan lebih membantu Anda (Subramanian et al., 2022).

Penulis mengandaikan bahwa perawatan spiritual Kristen memiliki potensi untuk menumbuhkan rasa damai dan keintiman dengan Tuhan. Ketenangan akan membantu mengurangi kecemasan. Malam yang gelisah lebih kecil kemungkinannya terjadi ketika tingkat kecemasan rendah.

Kesimpulan.

Berikut ini adalah beberapa hal yang dapat diambil dari layanan dan percakapan tersebut:

1. Mayoritas responden adalah perempuan (60%), dan kelompok usia 46-55 tahun menyumbang empat dari sepuluh (40%).
2. Hasil pengabdian menunjukkan diperoleh hasil kualitas tidur responden Pengabdian kepada Masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan pemberian terapi rohani kristen terdapat selisih jumlah peningkatan kualitas tidur baik sebesar 66,7% dan penurunan kualitas tidur buruk sebesar 66,7%
3. Hasil pengabdian menunjukkan diperoleh hasil selisih kecemasan responden Pengabdian kepada Masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan pemberian terapi rohani kristen terjadi penurunan pada kategori cemas sedang sebesar 20%. Kategori cemas ringan mengalami peningkatan sebesar 6,7% dan kategori tidak cemas mengalami peningkatan 13,3%.

Keterbatasan Pengabdian kepada Masyarakat

Adapun faktor keterbatasan selama pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dalam pemberian terapi rohani kristen menurunkan tingkat kecemasan dan Kualitas tidur yang buruk pada pasien pre operasi di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara ini antara lain. Keterbatasan waktu saat akan melakukan pemberian terapi rohani kristen disebabkan jam kedatangan pasien yang akan menjalani operasi tidak pasti.

Daftar Pustaka

1. Chand, S. P., & Marwaha, R. (2024). Anxiety. In *StatPearls*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30450216>
2. Darmayanti, S. B., & Dewi, A. (2020). *Hubungan Tingkat Kecemasan Preoperatif dengan Karakteristik Pasien di Kamar Operasi RSI Siti Rahmah*. 27.
3. de Diego-Cordero, R., Acevedo-Aguilera, R., Vega-Escaño, J., & Lucchetti, G. (2022). The Use of Spiritual and Religious Interventions for the Treatment for Insomnia: A Scoping Review. *Journal of Religion and Health*, 61(1), 507–523. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01067-8>
4. Demirtaş, H., & Dolu, İ. (2023). The prevalence of poor sleep quality and its association with the risk of obstructive sleep apnea and restless legs syndrome in diabetic patients treated

- with cyanoacrylate glue for varicose veins. *Sleep & Breathing = Schlaf & Atmung*, 27(2), 745–755. <https://doi.org/10.1007/s11325-022-02676-1>
5. Djikoren, L., & Hermanto, Y. P. (2022). Spiritualitas Kristen dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan pada Penderita Ansietas. *LOGON ZOES: Jurnal Teologi, Sosial Dan Budaya*, 5(2), 82–93. <https://doi.org/10.53827/lz.v5i2.88>
 6. Karna, B., Sankari, A., & Tatikonda, G. (2024). Sleep Disorder. In *StatPearls*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10394611>
 7. Kemenkes, R. (2022). *Kurang tidur mempengaruhi gangguan mental*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1674/kurang-tidur-dapat-mempengaruhi-kesehatan-mental
 8. Kholiq, A. (2022). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien pre operasi di Rumah Sakit Charlie Hospital Kendal*. Universitas Widya Husada Semarang.
 9. Leung, J., & Li, K.-K. (2023). Faith-Based Spiritual Intervention for Persons with Depression: Preliminary Evidence from a Pilot Study. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 11(15). <https://doi.org/10.3390/healthcare11152134>
 10. Mengga, R. C., & Hermanto, Y. P. (2024). *Konseling Pastoral dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Jemaat Milenial Penderita Anxiety Disorders*. 6(2), 222–241.
 11. Mirdat Hitiyaut, Ernawati Hatuwe, & Merci Grisen Latuihamallo. (2022). Pengaruh Terapi Musik Rohani Kristen Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Inakaka Provinsi Maluku. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 15–20. <https://doi.org/10.55606/jrik.v2i1.333>
 12. Murwani, A., & Utari, H. S. (2021). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 6(2), 129. <https://doi.org/10.35842/formil.v6i2.353>
 13. Nugroho, E. G. Z., Adi Nugroho, H., Abdurrahman, A., & Kusuma, H. (2022). Terapi Spiritual Terhadap Kecemasan Dan Depresi Pada Pasien Hemodialisis : Literatur Review. *Journal Keperawatan*, 1(1), 36–42. <https://doi.org/10.58774/jourkep.v1i1.8>
 14. Risesdas. (2018). Laporan Risesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156). [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Risesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan-Risesdas-2018-Nasional.pdf)
 15. Saepudin, M. F., Sukarni, & Erlina, L. (2023). *Gambaran tingkat kualitas tidur pada pasien pre operasi mayor di rsud cibabat cimahi*. 3(1), 59–65. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v3i1.1377>
 16. Sanger, A. Y., & Sepang, M. (2021). Kecemasan Dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir. *Nutrix Journal*, 5(2), 27. <https://doi.org/10.37771/nj.vol5.iss2.576>
 17. Sari, Y. P. sari, Riasmini, N. M., & Guslinda. (2020). *ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT ANALYSIS OF FACTORS ASSOCIATED WITH PATIENT ANXIETY LEVELS*. XIV(02), 133–147.
 18. Setyawan, A. B. (2017). The Correlation Between Level Of Anxiety With Quality Of Sleep To Patient Pre Operative At Angsoka Room Abdul Wahab Sjahranie Hospital Samarinda. *Jurnal*

Ilmiah Sehat Bebaya, 1(2), 110–116.

19. Subramanian, N. S., Prakash, D., Mhalakshmi, B., Patel, N., Patel, M., & Chauhan, P. (2022). EFFECT OF SPIRITUAL THERAPY ON QUALITY OF. *Journal of Xidian University*, December. <https://doi.org/10.37896/jxu16.9/034>
20. Sudarmanto, G. (2022). "Self Spiritual Therapy" Kristen Suatu Kajian Integratif Teologi Sistematis, Pastoral Konseling Dan Emotional Spiritual Quotient (Esq). *Jurnal Misioner*, 2(1), 20–66. <https://doi.org/10.51770/jm.v2i1.46>
21. WHO. (2023). *Gangguan Kecemasan*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
22. Yousofvand, V., Torabi, M., Oshvandi, K., Kazemi, S., Khazaei, S., Khazaei, M., & Azizi, A. (2023). Impact of a spiritual care program on the sleep quality and spiritual health of Muslim stroke patients: A randomized controlled trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 77, 102981. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2023.102981>