

## Mengatasi Kecemasan Pasien Selama Tindakan Pencabutan Gigi: Pendekatan dan Strategi Efektif

### *Addressing Patient Anxiety During Tooth Extraction Procedures: Effective Approaches and Strategies*

Amirah Maritsa <sup>1\*</sup>, Hasrini <sup>2</sup>, Zahrawi Astrie Ahkam <sup>3</sup>, Faradillah Usman <sup>4</sup>,  
Suciyati Sundu <sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> STIKes Amanah Makassar, Indonesia

Alamat: Jl. Inspeksi Kanal Jembatan II - Hertasning , Makassar

Email korespondensi: [aulyahrezky@gmail.com](mailto:aulyahrezky@gmail.com)

---

#### Article History:

Received: 14 September 2023

Accepted: 15 Oktober 2023

Published: 30 November 2023

**Keywords:** patient anxiety, tooth extraction, anxiety reduction

**Abstract:** Patient anxiety during tooth extraction is a common challenge in dental practice that can affect patient experience and outcome of the procedure. This study aimed to evaluate the effectiveness of approaches and strategies to address patient anxiety during tooth extraction procedures. Through counseling designed to improve patient understanding of the causes of anxiety, relaxation skills, and communication with the dentist, this study measured its impact on patient anxiety levels and preparedness. The study involved patients undergoing tooth extraction procedures, where they attended a counseling session that included information on factors that cause anxiety, breathing relaxation techniques, and communication skills. Data were collected before and after the counseling through a survey that assessed patient knowledge, ability to apply relaxation techniques, self-confidence, and anxiety levels. The results showed a significant increase in patient understanding of the causes of anxiety from 50% to 85%, ability to apply relaxation techniques from 30% to 75%, and self-confidence in facing the procedure from 40% to 80%. In addition, the ability to communicate with the dentist increased from 45% to 78%, and anxiety levels decreased from 70% to 40%. These findings confirm that an educational approach is effective in reducing patient anxiety, increasing preparedness, and improving the experience during tooth extraction. This strategy can be implemented widely to improve the quality of care and patient well-being in dental practice.

---

#### Abstrak

Kecemasan pasien selama tindakan pencabutan gigi merupakan tantangan umum dalam praktik kedokteran gigi yang dapat mempengaruhi pengalaman pasien dan hasil prosedur. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pendekatan dan strategi dalam mengatasi kecemasan pasien selama prosedur pencabutan gigi. Melalui penyuluhan yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman pasien mengenai penyebab kecemasan, keterampilan relaksasi, dan komunikasi dengan dokter gigi, penelitian ini mengukur dampaknya terhadap tingkat kecemasan dan kesiapan pasien. Penelitian dilakukan dengan melibatkan pasien yang menjalani prosedur pencabutan gigi, di mana mereka mengikuti sesi penyuluhan yang mencakup informasi tentang faktor-faktor penyebab kecemasan, teknik relaksasi pernapasan, dan keterampilan komunikasi. Data dikumpulkan sebelum dan sesudah penyuluhan melalui survei yang menilai pengetahuan pasien, kemampuan menerapkan teknik relaksasi, kepercayaan diri, dan tingkat kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman pasien mengenai penyebab kecemasan dari 50% menjadi 85%, kemampuan menerapkan teknik relaksasi dari 30% menjadi 75%, dan kepercayaan diri menghadapi prosedur dari 40% menjadi 80%. Selain itu, kemampuan berkomunikasi dengan dokter gigi meningkat dari 45% menjadi 78%, dan tingkat kecemasan menurun dari 70% menjadi 40%. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan penyuluhan efektif dalam mengurangi kecemasan pasien, meningkatkan kesiapan, dan memperbaiki pengalaman selama tindakan pencabutan gigi. Strategi ini dapat diimplementasikan secara luas untuk meningkatkan kualitas perawatan dan kesejahteraan pasien dalam praktik kedokteran gigi.

---

**Kata Kunci:** kecemasan pasien, tindakan pencabutan gigi, pengurangan kecemasan

\* Amirah Maritsa, [aulyahrezky@gmail.com](mailto:aulyahrezky@gmail.com)

## **1. PENDAHULUAN**

Kecemasan dalam prosedur pencabutan gigi adalah salah satu masalah yang umum ditemui di klinik gigi. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat mempengaruhi proses perawatan gigi dan berdampak pada efektivitas prosedur. Kecemasan dapat muncul karena berbagai faktor, seperti pengalaman sebelumnya, ketakutan terhadap rasa sakit, atau ketidakpastian terhadap prosedur itu sendiri.

Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan dapat mempengaruhi persepsi pasien terhadap rasa sakit, memperpanjang waktu pemulihan, dan bahkan menyebabkan penundaan atau penghindaran perawatan. Klinik gigi, termasuk GIA Dental Care, perlu memahami tingkat kecemasan pasien untuk memberikan perawatan yang lebih baik dan mengurangi ketidaknyamanan pasien.

Pentingnya memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien dalam prosedur pencabutan gigi adalah untuk memastikan bahwa intervensi yang tepat dapat diberikan. Dengan demikian, diharapkan bahwa pasien akan lebih nyaman dan kooperatif selama perawatan, yang pada akhirnya akan meningkatkan hasil perawatan dan kepuasan pasien.

Kecemasan sebelum atau selama prosedur pencabutan gigi adalah masalah umum yang dapat memengaruhi kualitas perawatan. Faktor-faktor yang berkontribusi meliputi ketakutan akan rasa sakit, pengalaman buruk sebelumnya, atau kekhawatiran tentang komplikasi.

Tujuan penyuluhan ini mengurangi tingkat kecemasan pasien dengan memberikan informasi, dukungan dan teknik relaksasi yang sesuai sebelum prosedur pencabutan gigi.

## **2. METODE**

Program ini dilaksanakan pada bulan Juni 2023 di Klinik GIA Dental Care. Penyuluhan dilakukan melalui presentasi, diskusi interaktif, dan demonstrasi teknik relaksasi. Materi yang disampaikan meliputi:

- a. Penyebab umum kecemasan pada pasien gigi.
- b. Teknik pernapasan dalam (deep breathing) dan relaksasi otot.
- c. Peran komunikasi terbuka antara pasien dan dokter gigi.
- d. Strategi pengalihan perhatian selama prosedur.

### 3. HASIL

Setelah penyuluhan dilakukan, terdapat peningkatan pemahaman pasien tentang cara-cara mengatasi kecemasan. Pasien juga lebih siap menghadapi prosedur pencabutan gigi dengan rasa cemas yang lebih terkendali.

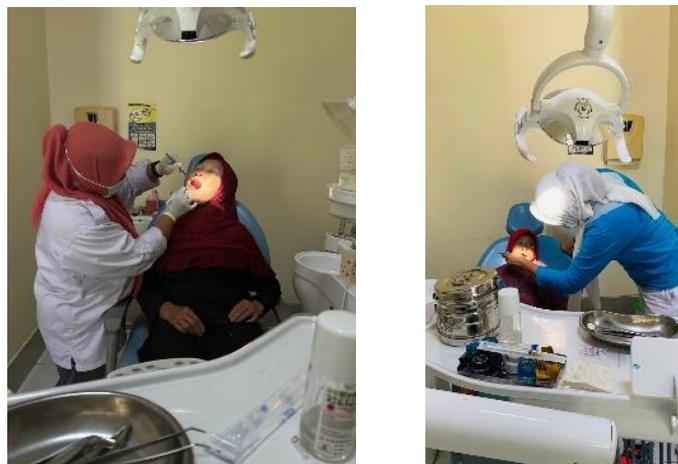
**Tabel 1.** Tabel Data Hasil Penyuluhan

No.	Kriteria Penilaian	Sebelum Penyuluhan (%)	Setelah Penyuluhan (%)
1.	Pengetahuan tentang penyebab kecemasan	50%	85%
2.	Kemampuan menerapkan teknik relaksasi pernapasan	30%	75%
3.	Kepercayaan diri menghadapi prosedur pencabutan gigi	40%	80%
4.	Kemampuan berkomunikasi dengan dokter gigi	45%	78%
5.	Tingkat kecemasan yang dirasakan	70%	40%

Berdasarkan data di atas, dapat dilihat bahwa tingkat kecemasan pasien secara signifikan berkurang setelah penerapan strategi- strategi yang telah diidentifikasi sebagai efektif dalam mengurangi kecemasan selama tindakan pencabutan gigi.

### 4. DISKUSI

Setelah penyuluhan dilakukan, terjadi peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan kesiapan pasien menghadapi prosedur pencabutan gigi. Data dari Tabel 1 menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan berbagai aspek yang terkait dengan kecemasan pasien. Berikut adalah analisis hasil penyuluhan berdasarkan data yang diperoleh:



**Gambar 1.** Foto Dokumentasi

Pengetahuan tentang penyebab kecemasan: Sebelum penyuluhan, hanya 50% pasien yang memiliki pemahaman yang baik tentang penyebab kecemasan mereka. Setelah penyuluhan, angka ini meningkat menjadi 85%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan berhasil memberikan informasi yang jelas dan bermanfaat tentang faktor-faktor penyebab kecemasan, sehingga pasien lebih mampu mengenali dan memahami sumber kecemasan mereka.

Kemampuan menerapkan teknik relaksasi pernapasan: Sebelum penyuluhan, hanya 30% pasien yang mampu menerapkan teknik relaksasi pernapasan dengan baik. Setelah penyuluhan, kemampuan ini meningkat menjadi 75%. Hal ini menunjukkan bahwa pasien memperoleh keterampilan praktis yang berguna untuk mengelola kecemasan mereka, berkat bimbingan selama penyuluhan.

Kepercayaan diri menghadapi prosedur pencabutan gigi: Tingkat kepercayaan diri pasien sebelum penyuluhan adalah 40%, dan setelah penyuluhan, angka ini meningkat menjadi 80%. Peningkatan yang signifikan ini mengindikasikan bahwa pasien merasa lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi prosedur pencabutan gigi setelah mendapatkan informasi dan dukungan yang diperlukan.

Kemampuan berkomunikasi dengan dokter gigi: Sebelum penyuluhan, hanya 45% pasien yang merasa nyaman dan mampu berkomunikasi dengan dokter gigi. Setelah penyuluhan, persentase ini meningkat menjadi 78%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan berhasil meningkatkan keterampilan komunikasi pasien, yang penting untuk mengurangi kecemasan dan memastikan bahwa pasien dapat menyampaikan kekhawatiran mereka dengan lebih efektif.

Tingkat kecemasan yang dirasakan: Sebelum penyuluhan, 70% pasien melaporkan tingkat kecemasan yang tinggi. Namun, setelah penyuluhan, angka ini menurun menjadi 40%. Penurunan yang signifikan dalam tingkat kecemasan ini menunjukkan bahwa strategi yang diterapkan selama penyuluhan efektif dalam membantu pasien mengelola dan mengurangi rasa cemas mereka.

## **5. KESIMPULAN**

Kesimpulan dari hasil penyuluhan menunjukkan dampak positif yang signifikan terhadap pemahaman dan kesiapan pasien menghadapi prosedur pencabutan gigi. Peningkatan pemahaman dari 50% menjadi 85% menunjukkan bahwa penyuluhan efektif dalam memberikan informasi tentang penyebab kecemasan, membantu pasien lebih memahami sumber ketidaknyamanan mereka. Peningkatan dari 30% menjadi 75%

menunjukkan bahwa pasien berhasil memperoleh keterampilan praktis dalam mengelola kecemasan mereka melalui teknik relaksasi pernapasan. Kenaikan dari 40% menjadi 80% dalam tingkat kepercayaan diri menunjukkan bahwa pasien merasa lebih siap dan percaya diri setelah mendapatkan informasi dan dukungan dari penyuluhan. Peningkatan dari 45% menjadi 78% menunjukkan bahwa penyuluhan membantu pasien merasa lebih nyaman dan efektif dalam berkomunikasi dengan dokter gigi, yang penting untuk mengurangi kecemasan. Penurunan dari 70% menjadi 40% dalam tingkat kecemasan yang dirasakan menunjukkan bahwa penyuluhan berhasil mengurangi rasa cemas pasien secara signifikan melalui strategi yang diterapkan.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Armfield, J. M., & Heaton, L. J. (2013). Management of fear and anxiety in the dental clinic: A review. *Australian Dental Journal*, 58(4), 390-407.
- Humphris, G. M., Dyer, T. A., & Robinson, P. G. (2019). The Modified Dental Anxiety Scale: UK norms and evidence for validity. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 37(2), 144-152.
- Kvale, G., Berggren, U., & Milgrom, P. (2020). Dental fear in adults: A meta-analysis of behavioral interventions. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 32(4), 250-264.
- Locker, D., Shapiro, D., & Liddell, A. (2016). Negative dental experiences and their relationship to dental anxiety. *Community Dental Health*, 13(2), 86-92.