

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses keperawatan pre operasi di rumah sakit seringkali mengabaikan aspek-aspek psikologis sehingga menimbulkan berbagai permasalahan psikologis bagi pasien yang salah satunya adalah kecemasan (Hop, 2019). Keadaan emosi ini biasanya merupakan pengalaman individu yang subjektif, yang tidak diketahui secara khusus penyebabnya. Sebelum menjalani proses pembedahan pasien akan terpapar dengan berbagai macam stimulus yang dapat memicu terjadinya kecemasan sehingga dapat menyebabkan stress sampai pasca pembedahan. Kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi dapat berefek pada depresi pasca operasi, lamanya proses penyembuhan luka pasca operasi, serta nyeri pasca operasi yang meningkat (Mulugeta et al., 2018).

Diperkirakan 80% dari semua pasien yang akan menjalani operasi mengalami kecemasan, ini didapatkan dari berbagai studi yang dilakukan, hasilnya menunjukkan terdapat peran negative dari stress, dalam mempengaruhi kesehatan individu (Nuriyah Yuliana & Triana Mirasari, 2020). Penelitian lain menemukan bahwa 47% dari total 402 pasien yang menunggu operasi elektif mengalami kecemasan pra operasi (Bedaso & Ayalew, 2019). Di Indonesia gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan terdapat sekitar 6% atau sebesar 37.728 orang (Riskesdas, 2013).

Terdapat dua macam jenis anestesi dalam tindakan operasi, yaitu general anestesi dan spinal anestesi. Jumlah tindakan anestesi di seluruh dunia setiap dapat mencapai angka 240 juta tindakan, 10% tindakan tersebut dilakukan pada pasien yang memiliki risiko tinggi dengan angka mortalitas mencapai 80%. Spinal Anestesi mempunyai beberapa efek samping diantaranya yaitu hipotermi, bradikardi dan hipotensi yang merupakan proses fisiologis yang banyak terjadi. Angka kejadian hipotensi dan bradikardia dilaporkan (secara retrospektif) terjadi pada pasien obstetric sebesar 33%, serta pada pasien non obstetrik sebesar 13% (Ismandiya et al., 2015). Dengan adanya berbagai efek samping yang akan muncul pada pasien dengan spinal anestesi serta adanya ancaman gangguan fisik dapat menjadi stressor sehingga timbul stress dan kecemasan pada pasien.

Kecemasan yang tidak mendapatkan intervensi dapat menyebabkan ketegangan karena kecemasan adalah suatu ketegangan yang ditimbulkan dari stres (mendapatkan stressor), selain itu akan mengganggu dalam proses preanestesi maupun durante anestesi, gangguan yang timbul yaitu berupa respon fisiologi yang berlebihan cenderung menyulitkan dan mempengaruhi tindakan anestesi, respon-respon tersebut dapat mempengaruhi sistem tubuh seperti kardiovaskuler yang dapat menyebabkan palpitasi, tekanan darah meningkat, rasa ingin pingsan, jantung berdebar, tekanan darah menurun, denyut nadi menurun. Pada sistem pernapasan pasien akan mengeluh dan merasakan nafas cepat, sesak nafas, dada merasa tertekan, napas dangkal,

pembengkakan pada tenggorokan, sensasi tercekik terengah-engah (Stuart, 2012).

Kecemasan juga dapat meningkatkan respon terhadap neuromuskuler yang dapat membahayakan keselamatan pasien, respon yang berlebihan seperti peningkatan reflek, reaksi terkejut, tremor, tegang, gerakan yang janggal serta peningkatan respon nyeri punggung, yang menuntut kehati-hatian terhadap pelaksanaan tindakan anestesi spinal, karena risiko pasien cedera atau patahnya jarum spinal / *spinal needle* akan meningkat pada situasi seperti ini (Videbeck, 2012). Berdasarkan data Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati tahun 2012 didapatkan bahwa 10% dari pasien yang akan menjalani operasi mengalami penundaan/pembatalan operasi, 3% diantaranya disebabkan oleh ketakutan atau kecemasan. Temuan yang relevan adalah bahwa pasien yang mengalami lebih banyak nyeri pasca operasi memiliki kecemasan praoperasi yang lebih besar (Gastón & Martínez, 2020). Kecemasan pasien pre operasi perlu dinilai secara teratur dan metode pengurangan kecemasan yang tepat harus diperkenalkan (Bedaso & Ayalew, 2019).

Intervensi keperawatan mandiri diperlukan guna menurunkan kecemasan. Penatalaksanaan keperawatan mandiri berdasarkan *Nursing Intervention Classification* (NIC) untuk tindakan menurunkan kecemasan salah satunya yaitu teknik relaksasi (Dochterman & Bulechek, 2012).

Terapi relaksasi otot progresif merupakan suatu teknik yang digunakan untuk membantu menurunkan ketegangan serta memberikan rasa

nyaman yang diperoleh tanpa dipengaruhi oleh faktor di luar diri seseorang. Terapi relaksasi progresif adalah suatu terapi relaksasi yang dapat menurunkan frekuensi nadi dan tekanan darah, mengontrol nyeri, serta menurunkan ketegangan otot (Primasari & Rahmawati, 2021). Relaksasi otot progresif ini mengarahkan perhatian pasien untuk membedakan dua sensasi yang berbeda saat kelompok otot dilemaskan dan dibandingkan dengan ketika otot dalam kondisi tegang (Wahyudi & Arlita, 2019). Goldfried dan Davidson dalam Syarkawi (2019) menyatakan bahwa dengan melemaskan otot dalam relaksasi dapat mengurangi ketegangan dan kecemasan yang berlebihan.

Teknik relaksasi progresif dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan, karena dapat menekan saraf simpatis sehingga mengurangi rasa tegang yang dialami oleh individu secara timbal balik, sehingga timbul *counter conditioning* (penghilangan) (Handayani & Rahmayati, 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Agustina & Hasanah (2018) yang berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Anastesi Spinal Di Rawat Inap Bedah Rsu Kota Tangerang Selatan Tahun 2017” bahwa dari 40 responden yakni pasien yang akan menjalani operasi dengan tehnik spinal anastesi ditemukan data nilai rerata tingkat kecemasan sebelum dilakukan teknik relaksasi otot progsrif adalah sebesar 19.0 (cemas sedang = 15-27). Kemudian setelah dilakukan teknik *Progresive Muscle Relaxation* atau relaksasi otot progresif nilai rerata tingkat kecemasan adalah sebesar 14.9 (kecemasan

ringan = 7-14), sehingga terjadi penurunan rentang cemas yang semula berada pada tingkat sedang menjadi cemas tingkat ringan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Ekstremitas Bawah Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Spinal Anestesi di RSUD Banjarnegara”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perlu dilakukan penelitian guna mengidentifikasi “Apakah ada pengaruh terapi relaksasi otot progresif ekstremitas bawah terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan spinal anestesi di RSUD Banjarnegara?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi relaksasi otot progresif ekstremitas bawah terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan spinal anestesi.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi sebelum diberikan relaksasi otot progresif ekstremitas bawah.
- b. Diketahui tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi setelah diberikan relaksasi otot progresif ekstremitas bawah.

- c. Diketahui tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi pre test pada kelompok kontrol.
- d. Diketahui tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi post test pada kelompok kontrol.
- e. Diketahui perbedaan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi sebelum dan setelah diberikan intervensi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini pada bidang keperawatan dengan cakupan keperawatan preanestesi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah data tentang pengaruh pemberian teknik relaksasi otot progresif ekstremitas bawah terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan spinal anestesi.

2. Manfaat Praktis

a. Rumah Sakit

Memberikan informasi kepada rumah sakit mengenai manfaat teknik relaksasi otot progresif ekstremitas bawah dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien preanestesi dengan spinal anestesi, sehingga dapat menjadi pertimbangan penggunaan teknik relaksasi otot progresif ekstremitas bawah dalam intervensi keperawatan mandiri.

b. Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Sebagai salah satu referensi dan sumber pelajaran dalam pengembangan ilmu keperawatan anestesi khususnya intervensi keperawatan terhadap masalah kecemasan dengan terapi relaksasi otot progresif ekstremitas bawah.

c. Bagi Perawat Anestesi

Sebagai salah satu bahan pertimbangan dalam memberikan intervensi keperawatan mandiri yaitu teknik relaksasi otot progresif ekstremitas bawah untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi tambahan untuk melakukan pemberian terapi relaksasi otot progresif ekstremitas bawah dengan variabel lain.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

Peneliti dan Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
Lisna, dan Fitri (2017) “Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Anastesi Spinal Di Rawat Inap Bedah Rsu Kota Tangerang Selatan Tahun 2017”	Desain penelitian <i>quasy experimental</i> dengan rancangan <i>pretest posttest with non equivalent control group</i> .	Hasil analisis <i>t-test</i> menunjukkan ada perbedaan tingkat kecemasan pre-posttest pada kelompok intervensi ($p=0,000/p=<0,05$) maka H_a diterima dan H_o ditolak namun tidak ada perbedaan tingkat kecemasan pada kelompok kontrol ($p=0,307/p=>0,05$) maka H_o ditolak.	Desain penelitian <i>quasy experimental</i> dengan rancangan <i>pretest posttest with non equivalent control group</i> . Sedang peneliti menggunakan desain penelitian <i>quasy exsperiment pre-post test with control group</i> . Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah terapi relaksasi otot progresif sedangkan variabel bebas peneliti adalah terapi relaksasi otot progresif ekstremitas bawah.	Kesamaan dalam penelitian ini adalah reponden, reponden pada penelitian adalah pasien preoperasi dengan spinal anestesi
Primasari, Edi, dan Asti (2017) “Pengaruh <i>Progresive Muscle Relaxation</i> Terhadap Kecemasan Ibu Pre	Desain penelitian menggunakan <i>quasy exsperiment pre-post test with control group</i> . Teknik	Hasil uji mengidentifikasi adanya pengaruh yang bermakna dari pemberian terapi	Pada penelitian sebelumnya peneliti menggunakan instrumen SAS (<i>self-rating anxiety scale</i>) sedangkan dalam pentian ini peneliti	Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu Desain penelitian, desain penelitian menggunakan

Peneliti dan Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
Operasi <i>Sectio Secaria</i> Di Ruang Bersalin”	sampling menggunakan teknik <i>consecutive</i> sampling.	PMR terhadap penurunan kecemasan pada ibu pre operasi SC dengan nilai $p=0,000$ ($<0,05$) maka H_a diterima, artinya ada pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu pre operasi SC	menggunakan Instrumen penelitian APAIS, responden pada penelitian sebelumnya peneliti menggunakan responden ibu pre operasi <i>sectio secaria</i> sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan responden pasien pre operasi dengan spinal anestesi. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah terapi relaksasi otot progresif sedangkan variabel bebas peneliti adalah terapi relaksasi otot progresif ekstremitas bawah.	<i>quasy exsperiment pre-post test with control group</i> . Teknik sampling menggunakan teknik <i>consecutive</i> sampling.
Mardiat, Murni, dan Erni (2018) “Pengaruh <i>Progresive Muscle Relaxation</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Pre Operasi Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan”	Desain penelitian menggunakan <i>quasy exsperimental by one group pre-post test without control group design</i>	Hasil uji mengidentifikasi adanya pengaruh yang bermakna dari pemberian terapi PMR terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi	Desain penelitian peneliti sebelumnya menggunakan <i>quasy exsperimental by one group pre-post test without control group design</i> . Sedang peneliti menggunakan desain penelitian <i>quasy exsperiment pre-post test</i>	Kesamaan dalam penelitian ini adalah instrumen penelitian anatar peneliti sebelumnya dan peneliti yang sekarang menggunakan instrumen APAIS.

Peneliti dan Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
		dengan nilai $p=0,000$ ($<0,05$) maka H_a diterima, artinya ada pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan pada tahun 2018	<i>with control group</i> . Responden pada penelitian sebelumnya menggunakan pasien preop sedangkan peneliti menggunakan responden pasien pre operasi dengan spinal anestesi. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah terapi relaksasi otot progresif sedangkan variabel bebas peneliti adalah terapi relaksasi otot progresif ekstremitas bawah.	
Alfi (2020) “Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan General Anestesi Di Rsd Sleman”	Jenis penelitian ini yaitu <i>quasy eksperiment</i> dengan <i>prepost test with control group design</i> Teknik pengambilan data dengan consecutive sampling	Pengolahan data pada penelitian ini dengan uji Wilcoxon dan uji Man Whitney. Hasil uji Wilcoxon pada kelompok intervensi didapatkan $p=0,000$ ($P<0.05$). Pada uji Mann Whitney didapatkan hasil $p=0.000$ ($P<0.05$), yang artinya terdapat	Responden pada penelitian sebelumnya peneliti menggunakan responden pasien pre operasi dengan general anestesi sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan responden pasien pre operasi dengan spinal anestesi. Variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah terapi relaksasi otot progresif	Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu Desain penelitian, desain penelitian menggunakan <i>quasy eksperiment pre-post test with control group</i> . Teknik <i>sampling</i> menggunakan teknik consecutive sampling. Serta menggunakan instrument penelitian

Peneliti dan Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
		perbedaan penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif.	sedangkan variabel bebas peneliti adalah terapi relaksasi otot progresif ekstremitas bawah.	APAIS.