

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
EKSTREMITAS BAWAH TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI
DENGAN SPINAL ANESTESI
DI RSUD BANJARNEGARA**



**SARAH ZAFIRA ICHA LOPA
P07120318011**

**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2021**

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF EKSTREMITAS BAWAH TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI DENGAN SPINAL ANESTESI DI RSUD BANJARNEGARA

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kesehatan



**SARAH ZAFIRA ICHA LOPA
P07120318011**

**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF EKTREMITAS BAWAH
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN
PRE OPERASI DENGAN SPINAL ANESTESI
DI RSUD BANJARNEGARA**

Disusun oleh :

SARAH ZAFIRA ICHA LOPA
P07120318011

Telah disetujui pembimbing pada tanggal :

30 November 2021

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Dr. Atik Badi'ah, S.Pd., S.Kp., M.Kes
NIP. 196512301988032001

Pembimbing Pendamping,

Budhy Ermawan, S.Kp., Msc
NIP. 196003131983071001

Yogyakarta, 30 November 2021

Ketua Jurusan Keperawatan



Rodan Palestin, S.KM, M.Kep, Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF EKTREMITAS
BAWAH TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI
DENGAN SPINAL ANESTESI DI RSUD BANJARNEGARA**

Disusun Oleh :

SARAH ZAFIRA ICHA LOPA
P07120318011

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: November 2021

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Ns. Abdul Majid, S.Kp., M.Kep
NIP. 196705151989031005

(.....)

Anggota,

Dr. Atik Badi'ah, S.Pd., S.Kp., M.Kes
NIP. 196512301988032001

(.....)

Anggota,

Budhy Ermawan, S.Kp., Msc
NIP. 196003131983071001

(.....)

Yogyakarta, 30 November 2021

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Paestun, SKM, M.Kep, Sp.Kom


NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sarah Zafira Icha Lopa

NIM : P07120318011

Tanda Tangan : 

Tanggal : 30 November 2021

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sarah Zafira Icha Lopa

NIM : P07120318011

Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi

Jurusan : Keperawatan

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonexclusive Royalty-Free Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul :

“Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Ektremitas Bawah Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Spinal Anestesi Di RSUD Banjarnegara”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Sleman

Pada Tanggal : 30 November 2021

Yang menyatakan



(Sarah Zafira Icha Lopa)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Ektremitas Bawah Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Spinal Anestesi Di RSUD Banjarnegara”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan mengenyam pendidikan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bondan Palestin, SKM, M.Kep, Sp.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Dr. Catur Budi Susilo, S.Pd, S.Kp, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Dr. Atik Badi'ah, S.Pd., S.Kp., M.Kes selaku Pembimbing I yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Budhy Ermawan, S.Kp., Msc selaku Pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ns. Abdul Majid, S.Kp., M.Kep selaku Penguji yang telah memberikan masukan serta saran pada skripsi ini.
7. dr. Erna Astuty selaku Direktur Utama RSUD Hj. Anna Lasmanah Banjarnegara, yang telah memberikan izin untuk melakukan studi pendahuluan untuk mengisi data di skripsi ini.
8. Seluruh dosen dan karyawan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.

9. Kedua orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, dukungan, dan semangat serta dukungan material maupun moral.
10. Teman-teman mahasiswa Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi Jurusan Keperawatan yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, dan
11. Sahabat yang telah memberikan dukungan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, November 2021

Penulis

PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
EKTREMITAS BAWAH TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI
DENGAN SPINAL ANESTESI
DI RSUD BANJARNEGARA

Sarah Zafira¹, Atik Badi'ah², Budhy Ermawan³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email : sarahzafira02@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Diperkirakan 80% dari pasien yang akan menjalani operasi mengalami kecemasan, 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. 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).

Tujuan Penelitian : Mengetahui pengaruh terapi relaksasi otot progresif ekstremitas bawah terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan spinal anestesi di RSUD Hj. Anna Lasmanah Banjarnegara.

Metode : Jenis penelitian menggunakan *quasy eksperiment* dengan desain penelitian *prepost test with control group design*. Teknik pengambilan sampel *non probability sampling dengan consecutive* sampling menggunakan undian ganjil genap, ganjil untuk intervensi dan genap untuk kontrol, sebanyak 52 responden.

Hasil : Hasil *uji Mann Whitney* menunjukkan angka signifikansi $p=0,034$ ($p<0.05$) yang berarti bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok intervensi yang diberikan terapi Relaksasi Otot Progresif Ekstremitas Bawah dengan kelompok kontrol, sehingga Hipotesis (H_a) diterima.

Kesimpulan : Terdapat pengaruh pemberian terapi Relaksasi Otot Progresif Ekstremitas Bawah terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan spinal anestesi di RSUD Hj. Anna Lasmanah Banjarnegara.

Kata Kunci : Spinal Anestesi, Kecemasan, Pre Operasi, Relaksasi Otot Progresif Ekstremitas Bawah

¹ Mahasiswa Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

² Dosen Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

³ Dosen Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

THE EFFECT OF LOWER EXTREMITY PROGRESSIVE
MUSCLE RELAXATION THERAPY ON LEVEL
PRE OPERATION PATIENT ANXIETY
WITH SPINAL ANESTHESIA AT
BANJARNEGARA HOSPITAL

Sarah Zafira¹, Atik Badi'ah², Budhy Ermawan³

Department of Nursing Poltekkes Ministry of Health Yogyakarta
Jl. Earth System No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email : sarahzafira02@gmail.com

ABSTRACT

Background: It is estimated that 80% of patients who will undergo surgery experience anxiety. Anxiety in patients who will undergo surgery can have an effect on postoperative depression, the length of the postoperative wound healing process, and increased postoperative pain. Progressive relaxation can be used to reduce anxiety, because it can suppress the sympathetic nerves thereby reducing the tension experienced by the individual reciprocally, resulting in counter conditioning (elimination).

Objective: To determine the effect of lower extremity progressive muscle relaxation therapy on anxiety levels in preoperative patients with spinal anesthesia at Hj. Anna Lasmanah Banjarnegara.

Methods: This type of research uses a quasi-experimental research design with a pretest with control group design. The sampling technique was non-probability sampling with consecutive sampling using odd-even lottery, odd for the intervention and even for the control, with a total of 52 respondents.

Results: The results of the Mann Whitney test showed a significance number of $p = 0.034$ ($p < 0.05$) which means that there is a significant difference between the intervention group given Lower Extremity Progressive Muscle Relaxation therapy and the control group, so that the hypothesis (H_a) is accepted.

Conclusion: There is an effect of providing Lower Extremity Progressive Muscle Relaxation therapy on the anxiety level of preoperative patients with spinal anesthesia in Hj. Anna Lasmanah Banjarnegara.

Keywords: Spinal Anesthesia, Anxiety, Preoperative, Progressive Lower Extremity Muscle Relaxation

¹ Yogyakarta Health Ministry Polytechnic Nursing Student

² Lecturer of Nursing Poltekkes Ministry of Health Yogyakarta

³ Lecturer of Nursing Poltekkes Ministry of Health Yogyakarta

DAFTAR ISI

	Halaman
SKRIPSI.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI .	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian	6
F. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN TEORI.....	12
A. Tinjauan Teori	12
1. Terapi Relaksasi Otot Progresif Ekstremitas Bawah.....	12
2. Kecemasan.....	15
3. Spinal Anestesi	26
B. Kerangka Teori.....	29
C. Kerangka Konsep.....	30
D. Hipotesis.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Jenis dan Desain Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel	34
C. Waktu dan Tempat Penelitian	36
D. Variabel Penelitian	36
E. Definisi Operasional.....	38
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	39
G. Instrumen dan Bahan Penelitian.....	39
H. Uji Validitas dan Realibilitas	41
I. Prosedur Penelitian.....	42
J. Manajemen Data	45
K. Etika Penelitian	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	51
B. Hasil Penelitian	52
C. Pembahasan.....	60
D. Keterbatasan Penelitian	70

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2.1 Karakteristik Tingkat Kecemasan	19
Tabel 2.2 Daftar 6 Pertanyaan Instrumen APAIS	24
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	38
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	53
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden dan Kecemasan ...	54
Tabel 4.3 Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif Ekstremitas Bawah.....	55
Tabel 4.4 Tingkat Kecemasan Kelompok Kontrol.....	56
Tabel 4.5 Uji Normalitas Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	57
Tabel 4.6 Uji <i>Wilcoxon</i> Pada Kelompok Intervensi	57
Tabel 4.7 Uji <i>Wilcoxon</i> Pada Kelompok Kontrol.....	58
Tabel 4.8 Uji <i>Mann Whitney</i>	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rentang Respon Ansietas.....	21
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	30
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Responden.....	79
Lampiran 2. Surat Persetujuan Responden (Informed Consent)	80
Lampiran 3. Identitas Responden.....	81
Lampiran 4. Kuesioner Kecemasan APAIS.....	82
Lampiran 5. Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian (PSP)	83
Lampiran 6. Jadwal Kegiatan.....	85
Lampiran 7. Daftar Anggaran	86
Lampiran 8. Standar Operasional Prosedur Terapi <i>Relaksasi Otot Progresif Ekstremitas Bawah</i>	87
Lampiran 9. Permohonan Studi Pendahuluan.....	89
Lampiran 10. Lembar Konsultasi Pembimbing Proposal Skripsi.....	90
Lampiran 11 Keterangan Layak Etik	91
Lampiran 12. Surat Rekomendasi Ijin BAKESBANGPOL	95
Lampiran 13. Surat Ijin BAPERLITBANG.....	96
Lampiran 14. Surat Ijin Rumah Sakit	98
Lampiran 15. Bukti Form Mengikuti Ujian Proposal	99
Lampiran 16. Hasil Uji Statistik.....	100