

THE EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION THERAPY AGAINST ANXIETY LEVELS IN PATIENTS PRE SURGICAL WITH GENERAL ANESTHESIA AT RSUD SLEMAN

Alfi Nur Vaizatul K¹, Maryana², Rosa Delima Ekwantini³
Department of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: alfivaizah@gmail.com

ABSTRACT

Background of study: Surgical action and anesthesia were act that bring anxiety. Anxiety was a strain caused by stress (gaining stressor), the impact of anxiety will interfere in the process of pre anesthesia and durante anesthesia. One attempt to cope with pre-surgical anxiety was with progressive muscle relaxation therapy.

Objectives of the study: This research aims to identified the effect of progressive muscles relaxation therapy against the level of anxiety in patients pre-operative with general anesthesia in RSUD Sleman.

Research method: This type of research was a quasy experiment with pre-post test with a control group design data retrieval technique with consecutive sampling and used even odd lottery, odd for the intervention group and even for the control group, as much as 52 respondents. The instrument used was the questionnaire APAIS. The research results were analyzed using Wilcoxon test and Man Whitney test.

The result of the study: Data were analize used Wilcoxon test and Mann Whitney test. The result of Wilcoxon test in the intervention group obtained $p=0,000$ ($P<0.05$) and in the control group obtained $p=0,011$ ($P<0.05$). The result of Mann Whitney test obtained $p= 0.000$ ($P<0.05$), which means there was a difference in the level of anxiety reduction in patients with general anesthesia after progressive muscles relaxation therapy.

Conclusion: There was a therapeutic effect of progressive muscle relaxation to the level of anxiety in patients preoperative with general anesthesia in RSUD Sleman.

Keywords: Anxiety, Progressive Muscle Relaxation Techniques, General Anesthesia

PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI DENGAN *GENERAL ANESTESI* DI RSUD SLEMAN

Alfi Nur Vaizatul K¹, Maryana², Rosa Delima Ekwantini³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : alfivaizah@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Tindakan pembedahan dan anestesi merupakan tindakan yang mendatangkan kecemasan. Kecemasan merupakan suatu ketegangan yang ditimbulkan dari stres (mendapatkan stressor), dampak dari kecemasan akan mengganggu dalam proses preanestesi maupun durante anestesi. Salah satu upaya untuk mengatasi kecemasan pre operasi adalah dengan terapi relaksasi otot progresif.

Tujuan Penelitian: Tujuan penelitian ini yaitu teridentifikasinya pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi di RSUD Sleman.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini yaitu *quasy eksperiment* dengan *prepost test with control group design* Teknik pengambilan data dengan *consecutive sampling* dan menggunakan undian ganjil genap, ganjil untuk intervensi dan genap untuk kontrol, sebanyak 52 responden. Instrumen yang digunakan yaitu kuisisioner APAIS. Hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*.

Hasil Penelitian: Pengolahan data pada penelitian ini dengan uji *Wilcoxon* dan uji *Man Whitney*. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok intervensi didapatkan $p=0,000$ ($P<0.05$) dan kelompok kontrol $p=0,011$ ($P<0.05$). Pada uji *Mann Whitney* didapatkan hasil $p=0.000$ ($P<0.05$), yang artinya terdapat perbedaan penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif.

Kesimpulan: Ada pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi di RSUD Sleman.

Kata Kunci: Kecemasan, Teknik Relaksasi Otot Progresif, General Anestesi