

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan adalah sekelompok kondisi yang memberi gambaran penting tentang ansietas yang berlebihan, disertai respon perilaku, emosional dan fisiologis. Individu yang mengalami gangguan ansietas dapat mengalami perilaku yang tidak lazim seperti panik tanpa alasan, melakukan tindakan berulang-ulang tanpa dapat dikendalikan, mengalami kembali peristiwa traumatik, atau rasa khawatir yang tidak dapat dijelaskan atau berlebihan (Sheila, 2012).

Tindakan pembedahan dan anestesi merupakan tindakan yang mendatangkan kecemasan. Beberapa studi menyatakan 60% - 80% pasien yang akan menjalani operasi akan mengalami kecemasan praoperatif dalam berbagai tingkatan. Menurut penelitian Sabarina Sitepu (2016) tingkat kecemasan pre operasi ringan mencapai 43,7%, pasien pre operasi dengan tingkat kecemasan sedang mencapai 18,8% dan untuk pasien pre operasi dengan tingkat kecemasan berat mencapai 12,5%. Peningkatan kecemasan praoperatif ini dapat menimbulkan respon patofisiologi yang merugikan seperti hipertensi dan disritmia, peningkatan dosis obat-obat anestesi untuk mencapai tahap *unconsciousness*, sehingga dapat berpengaruh pada peningkatan kebutuhan obat analgesia post operatif dan pada akhirnya akan menurunkan tingkat kepuasan pasien secara keseluruhan terhadap pelayanan perioperatif (Jlala, 2010).

Teknik anestesi yang digunakan dalam pembedahan dapat meningkatkan kecemasan praoperasi. Penelitian yang dilakukan oleh Jawaid *et all*, dalam Nugraheni (2018) memberikan hasil bahwa tingkat kecemasan operasi pembedahan menggunakan teknik anestesi umum lebih tinggi dibandingkan dengan teknik spinal. Kecemasan adanya kemungkinan meninggal selama dilakukan anestesi sekitar 8-55%, kesadaran selama anestesi sekitar 5-54%, nyeri paska operasi sekitar 5-65% dan mual muntah paska operasi 5-48%.

Kecemasan yang tidak mendapatkan intervensi dapat menyebabkan ketegangan karena kecemasan merupakan 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, jantung berdebar, tekanan darah meningkat, rasa ingin pingsan, tekanan darah menurun, denyut nadi menurun. Pada sistem pernafasan 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 / *spinocan* akan meningkat pada situasi seperti ini (Sheila, 2012).

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 yang dilakukan dapat berupa meditasi, relaksasi imajinasi dan visualisasi serta relaksasi progresif.

Teknik relaksasi otot progresif adalah teknik relaksasi otot dalam yang tidak memerlukan imajinasi tetapi hanya memusatkan perhatian pada suatu aktivitas otot dengan mengidentifikasi otot yang tegang kemudian menurunkan ketegangan sehingga mendapatkan perasaan rileks. Teknik ini memaksa individu untuk berkonsentrasi pada ketegangan ototnya dan kemudian melatihnya untuk relaks (Herodoes (2010) dalam Setyoadi (2011)).

Teknik relaksasi otot progresif dapat memberikan efek menenangkan pada kecemasan. Keadaan otot seorang yang mengalami kecemasan akan lebih tegang sehingga saraf simpatis menjadi aktif. Relaksasi ini mempunyai efek menenangkan sehingga tubuh menjadi lebih ringan. Perubahan yang terjadi selama relaksasi mempengaruhi kerja saraf otonom. Respon emosi dan efek menenangkan yang ditimbulkan oleh relaksasi ini mengubah fisiologis dominan sistem saraf simpatis menjadi

dominan parasimpatis. Keadaan ini akan berpengaruh terhadap turunnya tingkat hipersekreasi *katekolamin* dan meningkatnya hormon parasimpatis serta neurotransmitter seperti DHEA (*Dehidroepinandrosteron*) dan *dopamine* atau *endorphine* (Casey & Benson, 2011).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Primasari, Edi, dan Asti (2017) yang berjudul “Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* Terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Secaria Di Ruang Bersalin” bahwa dari 13 responden yakni ibu yang akan menjalani operasi dengan SC ditemukan data kecemasan pada rentang sedang dengan rerata skor 40. Kemudian setelah dilakukan teknik *Progressive Muscle Relaxation* atau relaksasi otot progresif skor mengalami penurunan menjadi 26, sehingga terjadi penurunan rentang cemas yang semula berada pada tingkat sedang menjadi cemas tingkat ringan.

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti uraikan maka dilakukan studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD Sleman, dan pasien yang mengalami tingkat kecemasan dengan preoperasi dengan General anestesi 60 % mengalami kecemasan. Maka dari itu peneliti tertarik meneliti pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi dengan general anestesi di RSUD Sleman.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perlu dilakukan penelitian guna mengidentifikasi “Bagaimana pengaruh terapi relaksasi otot progresif

terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi di RSUD Sleman?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Teridentifikasi pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi.

2. Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasinya perbedaan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan *general* anestesi pada *pre test* dan *post test* kelompok intervensi.
- b. Teridentifikasinya perbedaan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan *general* anestesi pada *pre test* dan *post test* kelompok kontrol.
- c. Teridentifikasinya perbedaan tingkat kecemasan pasien *pre* operasi dengan *general* anestesi setelah diberikan intervensi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Skripsi ini termasuk penelitian di ruang lingkup bidang keperawatan dengan cakupan keperawatan preanestesi yang dilakukan di RSUD Sleman.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

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

2. Manfaat Praktis

a. Rumah Sakit

Memberikan informasi kepada rumah sakit mengenai manfaat teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien preanestesi dengan general anestesi, sehingga dapat menjadi pertimbangan penggunaan teknik relaksasi otot progresif 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.

c. Bagi Perawat Anestesi

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

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

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

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.
Keaslian Penelitian

Peneliti dan Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
Primasari, Edi, dan Asti (2017) “Pengaruh <i>Progressive Muscle Relaxation</i> Terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Secaria Di Ruang Bersalain”	Desain penelitian menggunakan <i>quasy experiment pre-post test with control group</i> . Teknik sampling menggunakan teknik <i>consecutive sampling</i> .	Hasil uji mengidentifikasi adanya pengaruh yang bermakna dari pemberian terapi PMR terhadap penurunan kecemasan pada ibu pre operasi SC dengan nilai $p=0,000 (<0,05)$ maka H_0 diterima, artinya ada pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu pre operasi SC	Pada penelitian sebelumnya peneliti menggunakan instrumen SAS (<i>self-rating anxiety scale</i>) sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan Instrumen penelitian APAIS, responden pada penelitian sebelumnya peneliti menggunakan responden ibu pre operasi sectio secaria sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan responden pasien pre operasi dengan general anestesi.	Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu Desain penelitian, desain penelitian menggunakan <i>quasy experiment pre-post test with control group</i> . Teknik sampling menggunakan teknik <i>consecutive sampling</i> serta variabel bebasnya dengan teknik terapi relaksasi otot progresif.

Peneliti dan Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
Dewi Purnamasari, (2018) “Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Sebelum OSCA”	Desain penelitian dengan rancangan <i>pretest dan posttest one group design</i> .	Hasil uji wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,005$. Hasil uji Mann Whitney diperoleh $p = 0,04$ ($p < 0,5$).	Desain penelitian pada penelitian sebelumnya menggunakan desain <i>one group pretest dan post test design</i> , menggunakan <i>accidental sampling</i> dalam pengambilan data, instrumen STAI, dan responden mahasiswa keperawatan semester 5. Sedangkan untuk penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian <i>quasy experiment pre-post test with control group</i> . menggunakan <i>consecutive sampling</i> dalam pengambilan data, instrumen APAIS dan responden pasien Preoperasi general anestesi	Kesamaan dari penelitian sebelumnya dan sekarang yaitu variabel bebasnya menggunakan Teknik Terapi Relaksasi Otot Progresif

Peneliti dan Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
Mardiat, Murni, dan Erni (2018) “Pengaruh <i>Progresive Muscle Relaxation</i> Terhadap Tingkat Kecemasan Pre Operasi Di Rumah Saki Santa Elisabeth Medan	Desain penelitian menggunakan <i>quasy experimental 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 dengan nilai $p=0,000 (<0,05)$ maka H_0 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	Desain penelitian sebelumnya menggunakan <i>quasy experimental by one group pre-post test without control group design</i> . Sedang peneliti menggunakan desain penelitian <i>quasy experiment pre-post test with control group</i> .responden pada penelitian sebelumnya menggunakan pasien preop sedangkan peneliti menggunakan responden pasien pre operasi dengan general anestesi.	Kesamaan dalam penelitian ini adalah instrumen penelitian anatar peneliti sebelumnya dan peneliti yang sekarang menggunakan instrume APAIS. Kesamaan lain yaitu variabel bebas anantara peneliti sebelumnya dan peneliti sekarang yaitu menggunakan Teknik Relaksasi Otot Progresif.