

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
KECEMASAN KELUARGA PASIEN DI RUANG ICU RSUD
ULIN BANJARMASIN**

SKRIPSI

Diajukan Guna Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu
Kesehatan

Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

Maria Melania

2010913320030



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARBARU**

Desember, 2023

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan sebelumnya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan telah disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 21 Desember 2023



Maria Melania

Karya Tulis Ilmiah

**PENGARUH RELAKSASI TERHADAP KECEMASAN
KELUARGA PASIEN DI ICU RSUD ULIN BANJARMASIN**

Dipersiapkan dan disusun oleh

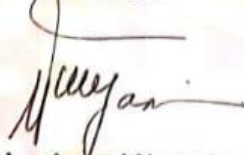
Maria Melania

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 21 Desember 2023

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



Tina Handayani Nasution, Ns., M. Kep

Anggota Dewan Penguji Lain



Hery Wibowo, Ns., M. Kep

Pembimbing Pendamping



Eka Santi, Ns., M. Kep



Maulidya Septiany, Ns., M. Kep

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Aqianto, S. Kep., Ns., M.N.S., Ph.D

Koordinator Program Studi Keperawatan

KATA PENGANTAR

Puji syukur panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan berkat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Keluarga Pasien di Ruang ICU RSUD Ulin Banjarmasin ” tepat pada waktunya. Karya ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Keperawatan di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

Ketua Program Studi Keperawatan Bapak Agianto, Ns., M.N.S., Ph.D. yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian. Dosen pembimbing, Ibu Tina Handayani Nasution, S.Kep., Ns., M.Kep., Ibu Eka Santi, S.Kep., Ns., M.Kep. Yang sudah berkenan memberikan saran, masukan, serta arahan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Kedua dosen penguji, Bapak Hery Wibowo , S.Kep., Ns., M.Kep., dan Ibu Maulidya, S.Kep., Ns., M.Kep. yang telah memberikan kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi lebih baik.

Penulis menyadari karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, 21 Desember 2023

Penulis

LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji Syukur saya sampaikan kepada Tuhan Yang Maha Esa berkat rahmat-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini.

Terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Kepada kedua orang tua, kakak, dan adik atas segala do'a, dukungan, dan kasih sayang yang diberikan kepada peneliti.
2. Kedua dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk memberikan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
3. Kedua dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk proposal penelitian yang telah dirancang oleh penulis sebelumnya.
4. Sahabat – sahabat yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis agar tetap semangat dan tidak putus asa dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk terlibat di dalam penelitian ini.
6. Rumah sakit RSUD Ulin Banjarmasin yang sudah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian ditempat tersebut.
7. Kepada Choi Seungcheol, Yoon Jeonghan, Hong Jisoo, Moon Junhui, Kwon Soonyoung, Jeon Wonwoo, Lee Jihoon, Xu Minghao, Lee Seokmin, Kim Mingyu, Boo Seungkwan, Chwe Hansol, Lee Chan atas karyanya menjadi penyematan untuk peneliti.

Semoga Tuhan Yesus membalas kebaikan kalian dengan kebaikan pula yang berlimpah serta Karya Tulis Ilmiah ini menjadi sesuatu yang bermanfaat sehingga memiliki nilai keberkahan di dalamnya.

ABSTRAK
PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
KECEMASAN KELUARGA PASIEN DI RUANG ICU RSUD ULIN
BANJARMASIN

Maria Melania

Latar Belakang: Kecemasan sering dirasakan oleh keluarga pasien yang keluarganya dirawat di ICU. Kecemasan keluarga dapat berdampak pada proses pengambilan keputusan terkait perawatan pasien yang tidak maksimal. Terapi non-farmakologis yang mampu menurunkan kecemasan keluarga pasien salah satunya relaksasi otot progresif.

Tujuan: Mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan keluarga pasien di ICU RSUD Ulin Banjarmasin.

Metode: Desain penelitian *Quasi-Experiment pretest-posttest with control* dengan teknik *purposive sampling* pada 30 orang keluarga pasien yang dibagi menjadi dua kelompok intervensi dan kelompok kontrol di ruang tunggu ICU menggunakan kuesioner HARS. Analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon untuk melihat pengaruh dari masing-masing kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kemudian menggunakan uji Mann Withney untuk membandingkan kedua kelompok.

Hasil: Hasil uji Mann Withney menunjukkan nilai sig. 0.001 ($p < 0.05$) yang menyatakan bahwa ada perbedaan antara tingkat kecemasan keluarga pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi di ICU RSUD Ulin Banjarmasin.

Pembahasan: Ada terjadi penurunan skor kecemasan keluarga sebelum dan setelah diberikan relaksasi otot progresif di ICU RSUD Ulin Banjarmasin. Sehingga intervensi relaksasi otot progresif dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan keluarga pasien di ICU RSUD Ulin Banjarmasin.

Kata Kunci: ICU, Kecemasan, Keluarga, Relaksasi

ABSTRACT

THE EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON THE ANXIETY OF THE PATIENT'S FAMILY IN ICU GENERAL HOSPITAL ULIN BANJARMASIN

Maria Melania

Backgrounds: Anxiety was often felt by the patient's family whose family were treated at the ICU. Family anxiety can have an impact on the decision-making process related to patient care that is not optimal. Non-pharmacological therapy that can reduce the anxiety of the patient's family, one of which progressive muscle relaxation.

Objectives: to determine the effect of progressive muscle relaxation on the anxiety of the patient's family in the ICU general hospital ulin Banjarmasin

Method: The research design was Quasi-Experiment pretest-posttest with control with purposive sampling technique on 30 patient families who were divided into two intervention groups and control groups in the ICU used the HARS questionnaire. Bivariate analysis used Wilcoxon test to see the effect of each intervention group and control group. Then used the Mann Withney test to compared the two groups.

Results: The Mann Withney test results showed a sig value. 0.001 ($p < 0.05$) which states that there ia difference between the level of family anxiety in the control group and the intervention group at the ICU General Hospital Ulin Banjarmasin.

Discussion: There was a decrease in family anxiety scores before and after being given progressive muscle relaxation in the ICU General Hospital Ulin Banjarmasin. So that progressive muscle relaxation intervention can be used to reduce family anxiety of patients in the ICU General Hospital Ulin Banjarmasin.

Keywords: ICU, Anxiety, Family, Relaxation

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN.....	2
KATA PENGANTAR	5
ABSTRAK.....	6
DAFTAR ISI	2
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus.....	7
1.4 Manfaat penelitian	7
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti	7
1.4.2 Manfaat Bagi Akademik	7
1.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan	8
1.5 Keaslian penelitian	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kecemasan	9
2.1.1 Definisi Kecemasan	9
2.1.2 Faktor Predisposisi dan Presipitasi	10
2.1.3 Tanda Dan Gejala Kecemasan	11
2.1.4 Tingkat Kecemasan	12
2.1.4 Rentang Respon Kecemasan	14
2.1.5 Penatalaksanaan Kecemasan.....	15
2.2 Relaksasi Otot Progresif.....	16
2.2.1 Pengertian Relaksasi Otot	16

2.2.2	Tujuan Relaksasi Otot Progresif.....	17
2.2.3	Patofisiologi	18
2.2.4	Standar Operasional Prosedur ROP	18
2.3	Keluarga.....	25
2.3.1	Pengertian Keluarga	25
2.3.2	Tipe Keluarga	26
2.3.3	Fungsi Keluarga.....	29
2.3.4	Keluarga Pasien di ICU.....	30
2.4.	Kerangka Teori.....	31
BAB 3	KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	32
3.1	Kerangka Konsep.....	32
	Kerangka Konsep Penelitian	33
3.2	Hipotesis	33
BAB 4	METODE PENELITIAN.....	34
4.1	Rancangan Penelitian	34
	Gambar 4.1 Desain Penelitian.....	34
4.2	Populasi dan Sampel.....	35
4.2.1	Populasi.....	35
4.2.2	Sampel	35
4.3	Instrumen penelitian	36
	Table 4.1 Kisi-kisi Kuesioner	38
4.4	Uji Instrumen	40
4.5	Variabel penelitian.....	41
4.6	Definisi Operasional	41
4.7	Prosedur penelitian	42
4.7.1	Tahapan Persiapan.....	42
4.8	Pelaksanaan	43
4.9	Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	44

4.9.1	Teknik Pengumpulan Data.....	44
4.9.2	Teknik Pengolahan Data.....	45
4.10	Cara Analisis Data	47
4.10.1	Analisis Univariat.....	47
4.10.2	Analisis Bivariat.....	47
4.11	Tempat dan Waktu penelitian.....	48
4.11.1	Tempat penelitian.....	48
4.11.2	Waktu penelitian.....	48
4.12	Etika penelitian	48
BAB 5	HASIL PENELITIAN	50
5.1	Analisis Univariat.....	50
5.1.1	Karakteristik Responden Penelitian di Ruang ICU	50
5.1.2	Hasil Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Sebelum dan Setelah diberikan Relaksasi Otot Progresif	52
5.1.3	Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Sebelum dan Setelah Tindakan Duduk Rileks Selama 5 Menit.....	53
5.2	Analisis Bivariat.....	53
5.2.1	Perbedaan Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Sebelum dan Setelah diberikan Intervensi pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi	53
5.2.3	Perbandingan Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	54
BAB 6	PEMBAHASAN	55
6.1	Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Sebelum diberikan Relaksasi Otot Progresif (Kelompok Intervensi) dan Duduk Rileks Selama 5 Menit (Kelompok Kontrol)	55
6.2	Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol Setelah Intervensi.....	60
6.2.1	Tingkat kecemasan pada kelompok intervensi dengan relaksasi otot progresif	60
6.2.2	Tingkat kecemasan kelompok kontrol dengan duduk rileks selama 5 menit	63
6.3	Pengaruh Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien pada Kelompok Terapi Intervensi dengan Kelompok Kontrol.....	64

6.4 Keterbatasan Penelitian	67
BAB 7 PENUTUP.....	68
7.1 Kesimpulan	68
7.2 Saran	68
7.2.2 Bagi Tempat Penelitian.....	68
7.2.3 Bagi Pendidikan Keperawatan	68
7.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya	68
DAFTAR PUSTAKA.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Kisi-kisi Kuesioner	38
Tabel 4.2 Definisi Operasional.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	30
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	33
Gambar 4.1 Desain Penelitian	34
Gambar 5.1 Data Usia Dan Lama Rawat	51
Gambar 5.2 Data Demografi	52
Gambar 5.3 Data Kecemasan Kelompok Intervensi	53
Gambar 5.4 Data Kecemasan Kelompok Kontrol	54
Gambar 5.5 Perbandingan Hasil Uji Kedua Kelompok	55
Gambar 5.6 Pengaruh Intervensi Kedua Kelompok.....	56

DAFTAR SINGKATAN

DKK	: Dan Kawan-Kawan
FKIK	: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
GABA	: Regulatory inhibisi asam gama-aminobutirat
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
ICU	: <i>Intensive Care Unit</i>
ULM	: Universitas Lambung Mangkurat
WHO	: <i>World Health Organization</i>
ROP	: Relaksasi Otot Progresif
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata Peneliti	54
Lampiran 2. Surat Studi Pendahuluan	55
Lampiran 3. Surat Izin Studi Pendahuluan.....	56
Lampiran 4. Lembar Persetujuan (<i>Informed consent</i>)	57
Lampiran 5. Lembar Permohonan Menjadi Responden	58
Lampiran 6. Dokumentasi Studi Pendahuluan	59
Lampiran 7. Kuesioner HARS.....	60
Lampiran 8. Data Demografi.....	63
Lampiran 9. Standar Operasional Prosedur	64
Lampiran 10. Satuan Acara Kegiatan	67
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian.....	68
Lampiran 12. Surat Etik Penelitian.....	69
Lampiran 13. Informed Consent.....	70
Lampiran 14. Data Demografi Responden.....	71
Lampiran 15. Pretest dan Posttest.....	72
Lampiran 16. Dokumentasi Kegiatan	90
Lampiran 17. Tabulasi Data.....	91
Lampiran 18. Hasil Analisis.....	93