

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUNING
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
Skripsi, 10 Juli 2023**

Serli Diani

Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023

xiv + 58 halaman, 4 tabel, dan 16 gambar

ABSTRAK

Kecemasan merupakan respon adaptif yang normal terhadap stress karena pembedahan. Rasa cemas biasanya timbul pada tahap preoperatif ketika pasien mengantisipasi pembedahannya. Untuk mengurangi kecemasan dapat diatasi dengan menggunakan teknik relaksasi otot progresif. Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian *pra-eksperimen dengan rancangan one group pretest and posttest*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 62 responden yang diambil menggunakan teknik *insidental sampling*. Peneliti menggunakan lembar kuisioner kecemasan menggunakan skala HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) untuk digunakan dalam mengukur tingkat kecemasan responden. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2023 di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji T- test dependent atau Paired Sampel T-test. Hasil penelitian adalah nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (0.05)$. Sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023. Disarankan bagi perawat di rumah sakit RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung agar dapat menerapkan teknik relaksasi otot progresif pada pasien yang akan menjalani operasi sebagai upaya dalam membantu mengurangi kecemasan yang dirasakan.

Kata Kunci: Pre Operasi, Relaksasi Otot Progresif, Kecemasan
Daftar referensi : 53 (2008-2022)

**TANJUNGPOLYTECHNIC OF HEALTH
TANJUNGPOLYTECHNIC SCHOOL OF NURSING
APPLIED NURSING STUDY PROGRAM
Script, 10 July 2023**

Serli Diani

**EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION THERAPY
AGAINST ANXIETY LEVEL OF PREOPERATIVE PATIENTS AT RSUD Dr.
H. ABDUL MOELOEK LAMPUNG PROVINCE IN 2023**

xiv + 58 pages, 4 tables and 16 figures

ABSTRACT

Anxiety is a normal adaptive response to the stress of surgery. Anxiety usually arises in the preoperative stage when the patient is anticipating surgery. To reduce anxiety can be overcome by using progressive muscle relaxation techniques. The general objective of this study was to determine the effect of progressive muscle relaxation on reducing anxiety levels in preoperative patients at RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Lampung Province in 2023. This research is a quantitative study using a pre-experimental research design with a one group pretest and posttest design. The number of samples in this study were 62 respondents who were taken using an incidental sampling technique. The researcher used an anxiety questionnaire sheet using the HARS scale (Hamilton Anxiety Rating Scale) to be used in measuring the level of anxiety of respondents. The research was carried out in May 2023 at Dr. H. Abdul Moeloek Lampung Province. Data analysis was carried out univariately and bivariately using the dependent T-test or Paired Sample T-test. The results showed that the $p\text{-value} = 0.000 < \alpha (0.05)$. So that it can be concluded that there is an effect of progressive muscle relaxation therapy on the anxiety level of preoperative patients at Dr. H. Abdul Moeloek, Lampung Province, 2023. It is recommended for nurses at the RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Lampung Province to be able to apply progressive muscle relaxation techniques to patients who are about to undergo surgery as an effort to help reduce the anxiety they feel.

*Keywords: Pre-surgery, Progressive Muscle Relaxation, Anxiety
Reference list :53 (2008-2022)*