

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Operasi atau tindakan medis pada umumnya menimbulkan rasa takut pada pasien. Apapun jenisnya baik operasi besar maupun operasi kecil merupakan suatu stressor yang dapat menimbulkan reaksi stress, kemudian diikuti dengan gejala-gejala kecemasan, ansietas, atau depresi (Astuti, A. 2022). Kecemasan adalah perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi. Ketika merasa cemas, individu merasa tidak nyaman atau takut atau mungkin memiliki firasat akan ditimpa malapetaka padahal dia tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam itu terjadi. Tidak ada objek yang dapat diidentifikasi sebagai stimulus ansietas (Comer, 2002 dalam Videbeck, Sheila L., 2020).

Hasil penelitian Nova, R. (2018), didapatkan hasil dari 44 responden pre operasi, yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 13 orang (29,5 %), kecemasan sedang sebanyak 13 orang (29,5 %), dan kecemasan berat sebanyak 18 orang (40,9 %). Di Indonesia prevalensi kecemasan diperkirakan 9% - 21% populasi umum, sedangkan angka populasi pasien pre operasi yang mengalami kecemasan sebesar 80 %.

Keadaan cemas pasien akan berpengaruh kepada fungsi tubuh menjelang operasi. Kecemasan yang tinggi, dapat mempengaruhi fungsi fisiologis tubuh yang ditandai dengan adanya peningkatan frekuensi nadi dan respirasi, pergeseran tekanan darah dan suhu, relaksasi otot polos pada kandung kemih dan usus, kulit dingin dan lembab, peningkatan respirasi, dilatasi pupil, dan mulut kering. Kondisi ini sangat membahayakan kondisi pasien, sehingga dapat dibatalkan atau ditundanya suatu operasi. Akibat lainnya, lama perawatan pasien akan semakin lama dan menimbulkan masalah finansial. Maka, perawat harus mampu mengatasi kecemasan pada pasien, sehingga kecemasan tersebut dapat dikurangi secara efektif (Smeltzer & Bare, 2002 dalam Putri, Kristiyawati & Arif, 2018).

Sitorus & Purba (2019) menjelaskan bahwa pada periode preoperatif pasien dapat mengalami kecemasan kemungkinan karena merupakan suatu respon antisipasi terhadap suatu pengalaman yang dapat dianggap sebagai suatu ancaman terhadap perannya dalam hidup, integritas tubuh, bahkan kelangsungan hidup pasien itu sendiri. Kecemasan pada pasien pre operasi terjadi karena pasien mengalami ketakutan akan kemungkinan terjadi nyeri setelah melakukan operasi, takut akan terjadinya perubahan fisik, dan takut akan kematian (Sri, M, 2021).

Kecemasan dapat diatasi dengan cara farmakologi dan non-farmakologi. Cara farmakologi yaitu dengan menggunakan obat dengan cara menurunkan fungsi kecemasan, sedangkan cara non-farmakologi salah satunya adalah terapi relaksasi otot progresif. Terapi relaksasi otot progresif sangat mudah dipelajari dan diikuti oleh pasien dengan tidak menimbulkan efek samping yang berlebihan dan dapat membantu mengurangi kecemasan dan membuat otot menjadi rileks (Kristina, 2021). Teknik utama psikoterapi dalam menangani kecemasan adalah teknik relaksasi yang digunakan dalam kecemasan salah satunya berupa teknik relaksasi otot progresif. Terapi relaksasi otot progresif yaitu terapi dengan cara peregangan otot kemudian dilakukan relaksasi otot. Relaksasi progresif dilakukan dengan cara klien menegangkan dan melemaskan sekelompok otot secara berurutan dan memfokuskan perhatian pada perbedaan perasaan yang dialami antara saat kelompok relaks dan saat otot tersebut tegang. Relaksasi otot progresif sebagai suatu program untuk melatih orang merileks otot-otot secara keseluruhan. Ketegangan menyebabkan serabut - serabut otot kontraksi, mengecil dan menciut. Ketegangan timbul bila seseorang cemas dan stres ini bisa hilang dengan menghilangkan ketegangan. (Rihiantoro et al., 2018)

Intervensi keperawatan ini diperkuat oleh penelitian Susanti (2023) mengemukakan bahwa relaksasi otot progresif sebagai suatu program untuk melatih orang merileks otot-otot secara keseluruhan. Ketegangan menyebabkan serabut - serabut otot kontraksi, mengecil dan menciut. Ketegangan timbul bila seseorang cemas dan stres ini bisa hilang dengan

menghilangkan ketegangan. Dalam penelitian ini relaksasi progresif dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan, karena dapat menekan saraf simpatis di mana dapat menekan rasa tegang yang dialami oleh individu secara timbal balik, sehingga timbul *counter conditioning* (penghilangan).

Relaksasi diciptakan setelah mempelajari sistem kerja saraf manusia, yang terdiri dari sistem saraf pusat dan sistem saraf otonom. Sistem saraf otonom ini terdiri dari dua subsistem yaitu sistem saraf simpatis dan sistem saraf parasimpatis yang kerjanya saling berlawanan. Sistem saraf simpatis lebih banyak aktif ketika tubuh membutuhkan energi. Misalnya pada saat terkejut, takut, cemas atau berada dalam keadaan tegang. Pada kondisi seperti ini, sistem saraf akan memacu aliran darah ke otot-otot skeletal, meningkatkan detak jantung, kadar gula dan ketegangan menyebabkan serabut serabut otot kontraksi, mengecil dan menciut. Sebaliknya, relaksasi otot berjalan bersamaan dengan respon otonom dari saraf parasimpatis. Sistem saraf parasimpatis mengontrol aktivitas yang berlangsung selama penenangan tubuh, misalnya penurunan denyut jantung setelah fase ketegangan dan menaikkan aliran darah ke sistem gastrointestinal (Yudono, D, 2019). Sehingga kecemasan akan berkurang dengan dilakukannya relaksasi progresif.

Mastektomi sering kali menyebabkan penderita menjadi takut dan cemas terkait penampilan dan dukungan finansial untuk perawatan selanjutnya. Kehilangan atau kelainan pada payudara wanita menyebabkan masalah psikologi. Dampak kanker payudara dan pengobatannya terhadap aspek biopsikososio-priual yang telah di teliti Nova R (2018) menyatakan bahwa, pada penderita kanker payudara mengeskpresikan gejala gangguan depresi dan kecemasan juga mengungkapkan bahwa *body image* perempuan dengan kanker payudara cenderung mangalami perubahan.

Penelitian yang dilakukan oleh Praptini, Sulsitiowati dan Sunarta, (2020) mengatakan bahwa pemberian relaksasi otot progresif berpengaruh terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Singgah Kanker Denpasar. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan menunjukkan sebelum diberikan latihan relaksasi otot progresif, sebagian besar responden mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 6 responden (55%), dan setelah diberikan latihan relaksasi otot progresif sebanyak 6 kali (3 hari setiap pagi dan sore) didapatkan data bahwa tidak ada responden yang mengalami kecemasan berat (0 %)

Berdasarkan uraian diatas dijelaskan bahwa sebagian besar tindakan pre operasi mastectomi dapat menimbulkan kecemasan, apabila rasa cemas tidak diatasi maka akan mempengaruhi fisiologis tubuh sebelum operasi. Oleh karena itu penting diterapkan intervensi terapi relaksasi otot progresif untuk mengatasi masalah tingkat kecemasan pada pasien pre operasi mastektomi di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2024”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas penulis mengambil rumusan sebagai berikut “Bagaimanakah Tingkat Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Mastektomi dengan Intervensi Terapi Relaksasi Otot Progresif di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2024?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis Tingkat Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Mastektomi dengan Intervensi Terapi Relaksasi Otot Progresif di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pengkajian asuhan keperawatan pada pasien pre operasi mastektomi dengan masalah ansietas di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2024.
- b. Menganalisis faktor faktor yang mempengaruhi tingkat ansietas pasien pre operasi mastektomi di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2024.

- c. Menganalisis intervensi terapi relaksasi otot progresif pada pasien pre operasi mastektomi dengan masalah keperawatan ansietas di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2024.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi referensi dan menambah wawasan bagi pembaca dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif dan dapat meningkatkan keterampilan dalam memberikan asuhan keperawatan pre operasi mastektomi dengan intervensi relaksasi otot progresif, serta dapat dipakai sebagai salah satu bahan bacaan di perpustakaan

2. Manfaat Aplikatif

Bagi institusi pendidikan, sebagai bahan masukan dan informasi terbaru mengenai asuhan keperawatan pre operasi mastektomi dengan intervensi relaksasi otot progresif terhadap tingkat ansietas, dan bagi rumah sakit sebagai masukan yang diperlukan dalam pelaksanaan praktek pelayanan keperawatan khususnya masalah pada pasien pre operasi mastektomi

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penulisan karya ilmiah akhir ini berfokus pada 1 pasien dengan masalah ansietas pre operasi mastektomi yang diberikan intervensi relaksasi otot progresif, perawatan dilakukan selama 4 hari perawatan yaitu 2 hari dilakukan di rumah pasien dan 2 hari di ruang bedah onkologi RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro. Pengumpulan data menggunakan format asuhan keperawatan, instrument pengukuran skala ansietas, dan leaflet relaksasi otot progresif untuk melakukan intervensi. Penyajian data dengan menggunakan narasi dan table.