

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Luka merupakan suatu bentuk kerusakan jaringan pada kulit yang disebabkan kontak dengan sumber panas (seperti bahan kimia, air panas, api, radiasi, dan listrik), hasil tindakan medis, maupun perubahan kondisi fisiologis (Suhada & Putra, 2021). Luka dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti luka yang disengaja meliputi bunuh diri, tindakan kekerasan, penyerangan dan lain-lain. Penyebab luka yang tidak disengaja seperti, tersiram air panas, tergigit oleh binatang, jatuh dari ketinggian, kecelakaan akibat, terluka karena benda dan sebagainya. Luka yang tidak dapat ditentukan (*underterminated intent*) yaitu penyebab cedera yang sulit untuk dimasukkan kedalam kelompok penyebab yang disengaja atau tidak sengaja (Laoh et al., 2018).

Benda-benda yang dapat mengakibatkan luka dengan sifat luka akibat kekerasan tumpul ialah benda yang memiliki permukaan tumpul. Luka yang terjadi dapat berupa memar (*kontusio*, hematoma, luka lecet (*ekskoriasi*, abrasi) dan luka terbuka/robek (*vulnus laseratum*). Memar adalah suatu perdarahan dalam jaringan bawah kulit akibat pecahnya kapiler dan vena, yang disebabkan oleh kekerasan benda tumpul. Luka memar kadangkala memberi petunjuk tentang bentuk benda penyebabnya, misalnya jejas ban yang sebenarnya ialah suatu perdarahan tepi (*marginal haemorrhage*) (Enma et al., 2018).

Seseorang yang menderita luka akan merasakan adanya ketidaksempurnaan yang pada akhirnya cenderung untuk mengalami gangguan

fisik dan emosional (Aminuddin et al., 2020). Kecemasan merupakan antisipasi akan peristiwa berbahaya atau negatif di masa depan, dengan perasaan disforia atau terdapat gejala ketegangan fisik. Kecemasan juga disebut perasaan emosional yang tidak menyenangkan, berkaitan dengan keadaan waspada dan khawatir akan sesuatu yang belum pasti terjadi yang tidak sebanding dengan stimulus pemicunya (Alvionita & Wongkar, 2018).

Berdasarkan data Kemenkes sepanjang tahun 2020, sebanyak 18 juta jiwa mengalami gangguan kecemasan, dan di provinsi Jawa Barat terdapat 1.469.840 kasus (Kemenkes RI, 2021), dan di Kabupaten Majalengka sebanyak 1.470 kasus (Dinas Kesehatan Majalengka, 2021)

Kecemasan juga emosi dasar yang normal dan perlu, yang tanpanya kelangsungan hidup individu tidak mungkin terjadi. Kecemasan dianggap sebagai penyakit yang membutuhkan pengobatan ketika muncul pada keadaan aman dan tidak adanya ancaman atau dalam hubungan yang tidak proporsional dengan ancaman kemudian membuat individu yang terkena mengalami dampak yang kurang baik dalam menjalani kehidupan normal (Alvionita & Wongkar, 2018).

Selain terapi farmakologis yang dapat diberikan dokter dan perawat dalam penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan juga dengan metode non farmakologis, yaitu terapi relaksasi progresif. Relaksasi otot progresif adalah terapi, di mana otot-ototnya akan diregangkan dan direlaksasikan secara berurutan, sehingga rasa tegang menjadi hilang atau berkurang. Manfaat relaksasi otot progresif dijelaskan bahwa rasa cemas dapat berkurang serta

mampu untuk mengendalikan kondisi emosional dan fisik yang disebabkan oleh kecemasan, ketegangan, dan stres (Setyoadi, 2013). Indikasi untuk relaksasi otot progresif, yaitu penderita Indikasi untuk relaksasi otot progresif, yaitu penderita insomnia, sering stres, cemas atau mengalami depresi. Sebelum memulai relaksasi otot progresif berikut hal-hal yang perlu disiapkan, yaitu menyiapkan kursi; berada di lingkungan yang tenang; memahami tujuan, manfaat dan prosedur; memposisikan tubuh se nyaman mungkin dengan membaringkan badan dan menutup mata, menyiapkan bantal kemudian menaruhnya pada kepala bagian bawah dan pada lutut serta dapat dilakukan dengan cara kepala ditegakkan sambil duduk di kursi; melepaskan perhiasan, seperti jam tangan, kacamata, sepatu, longgarkan ikatan pada dasi dan ikat pinggang serta perlengkapan lainnya. Relaksasi otot progresif terdapat 15 gerakan yang memakan waktu 15-20 menit (Setyoadi, 2013). Setelah relaksasi otot progresif dilakukan, sistem saraf parasimpatis teraktivasi kemudian melepaskan asetilkolin dalam ganglion dan asetilkolin akan beraksi dengan reseptor nikotinik di membran otot pada daerah postsinaptik sehingga reseptor muskarinik terangsang dan rasa cemas pun menurun serta otot dan status mental menjadi relaks dan nyaman (Carisa & Wahyuni, 2022).

Hasil penelitian Carisa (2022) menunjukkan perubahan bermakna tingkat kecemasan pada kelompok perlakuan sebelum diberikan relaksasi otot progresif dengan rerata 34,43 (kecemasan berat) kemudian menurun menjadi 15,55 (kecemasan ringan) tepat setelah diberikan relaksasi otot progresif ( $p < 0,0001$ ).

Hasil penelitian Rihiantoro (2019) menunjukkan rata-rata skor kecemasan sebelum terapi relaksasi otot progresif adalah 54.17, dengan standar deviasi 5.427. Sedangkan untuk rata-rata skor kecemasan sesudah terapi relaksasi otot progresif adalah 50,33 dengan standar deviasi 4,999. Analisis uji non parametik menggunakan uji wilcoxon didapatkan hasil  $p$  value 0.000 ( $p$  value  $0.000 < \alpha 0.05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

Data Rekam Medik RSUD Cideres menjelaskan bahwa terdapat 164 pasien dengan luka memar femur tahun 2021 dan kasus tersebut meningkat pada tahun 2022 menjadi 184 kasus. Berdasarkan hasil wawancara 5 pasien dengan luka memar pada femur dextra di RSUD Cideres mengatakan bahwa mereka cenderung merasakan kecemasan, khawatir, gelisah dan takut berlebihan dengan kondisi kesehatannya. Pasien sulit tidur dimalam hari, pasien khawatir dengan pahunya.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, penulis melakukan kajian dengan judul **Pengaruh Relaksasi progresif terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Luka Area Paha Kanan di Ruang Dadali RSUD Cideres.**

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “bagaimana pengaruh relaksasi progresif terhadap tingkat kecemasan pada pasien I di ruang Dadali RSUD Cideres?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh relaksasi progresif terhadap tingkat kecemasan pada pasien Luka Area Paha Kanan di ruang Dadali RSUD Cideres

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat kecemasan sebelum treatment relaksasi progresif pada pasien Luka Area Paha Kanan di ruang Dadali RSUD Cideres.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan setelah treatment relaksasi progresif pada pasien Luka Area Paha Kanan di ruang Dadali RSUD Cideres.
- c. Mengidentifikasi pengaruh relaksasi progresif terhadap tingkat kecemasan pada pasien Luka Area Paha Kanan di ruang Dadali RSUD Cideres.

### **1.4 Manfaat**

#### **a. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pengembangan dan peningkatan kualitas pelayanan keperawatan di RSUD Cideres Kabupaten Majalengka sehingga tingkat kualitas asuhan keperawatan semakin meningkat.

b. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis adalah manfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan

### 1.5 Keaslian Penelitian

1. Alfian Mas'ud (2021) melakukan kajian dengan judul Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Mengalami Luka Kaki Diabetik Di Kabupaten Bone. Desain penelitian ini adalah Quasi experimental dengan rancangan penelitian yaitu pre test and post test control group. Penelitian ini menguji coba intervensi Relaksasi otot progresif. Peneliti membagi sampel menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok control dilakukan relaksasi napas dalam sedangkan kelompok eksperimen diberikan relaksasi otot progresif. Diawali dengan pre test pada kedua kelompok. Uji hipotesis kemudian dilakukan dengan cara menguji beda mean (skala rasio) skor tingkat kecemasan yang diukur dengan skala HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) antara dua kelompok. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik Purposive Sampling. Hasil penelitian yang dilakukan Alfian Mas'ud (2021) memiliki kesamaan baik variabel, desain dan teknik sampling. Perbedaannya terletak pada penggunaan pasien yang sampel yang digunakan, pasien yang penulis gunakan merupakan luka memar (dalam) pada femur sedangkan yang digunakan Alfian Ma'sud adalah luka diabetik.
2. Nur Ayu Hijratun Nikmah (2022) melakukan kajian Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik

Yang Menjalani Hemodialisis di Rumah Sakit Dr. Branata Kota Jambi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di rumah sakit Dr. Bratanata Kota Jambi. Metode penelitian ini dengan menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan quasi-eksperimental dengan rancangan pre test and post-test with control design. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 18 responden pada kelompok intervensi dan 18 kelompok kontrol dengan pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling.

Hasil penelitian yang dilakukan Nur Ayu Hijratun Nikmah (2022) memiliki kesamaan baik variabel, desain dan teknik sampling. Perbedaannya terletak pada penggunaan pasien yang sampel yang digunakan, pasien yang penulis gunakan merupakan luka memar (dalam) pada femur sedangkan yang digunakan Nur Ayu Hijratun Nikmah adalah pasien gagal ginjal kronik.

3. Tori Rihiantoro (2019) melakukan penelitian dengan judul. Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi. Desain penelitian ini adalah pra-eksperimen dengan rancangan one group pretest and post test. Sampel penelitian berjumlah 30 orang dengan teknik purposive sampling.

Hasil penelitian yang dilakukan Tori Rihiantoro (2019) memiliki kesamaan baik variabel, desain dan teknik sampling. Perbedaannya terletak pada

penggunaan pasien yang sampel yang digunakan, pasien yang penulis gunakan merupakan luka memar (dalam) pada femur sedangkan yang digunakan Tori Rihiantoro (2019) adalah pasien pre op pada pasien bedah umum.