

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Virus Corona atau dikenal dengan nama Covid-19 sangat mempengaruhi kehidupan di seluruh dunia. Pasien yang didiagnosis dengan penyakit ini harus dirawat secara terpisah. Penyakit ini memiliki masa inkubasi yang lama dan tinggi angka infeksi, dan mereka yang terinfeksi virus dapat menjadi sumber infeksi, dengan jangkauan transmisi yang luas dan sampai saat ini, tidak ditemukan obat yang efektif secara klinis (Mai et al., 2020). Oleh karena itu, negara menetapkan bahwa kasus yang dicurigai dan terkonfirmasi harus dilakukan isolasi dan dirawat di rumah sakit yang ditunjuk dengan kondisi isolasi dan perlindungan yang efektif, kasus yang dicurigai harus dirawat di satu ruangan dan diisolasi, meskipun beberapa kasus yang terkonfirmasi dapat dirawat di bangsal yang sama. Isolasi selama pengobatan, persyaratan pencegahan dan pengendalian yang sangat ketat, dan kurangnya komunikasi dengan pasien dunia luar membuat pasien rentan terhadap masalah mental dan psikologis seperti kecemasan dan depresi (Mai et al., 2020)

Setidaknya terdapat dua faktor yang sangat mempengaruhi terhadap tingkat kecemasan pasien covid-19. Pertama, faktor internal. Faktor pertama, sangat dipengaruhi oleh kondisi biologis pasien, seperti batuk, hipertermi, sesak nafas dan ketidaknyamanan fisik yang lain. Kedua, faktor eksternal. Pada faktor kedua ini biasanya ditimbulkan oleh perubahan lingkungan dan perubahan sosial

yang ditangkap oleh pasien covid-19 (Jannah, et al., 2020). Chen Y, 2020 menyatakan bahwa sangat efektif untuk merawat pasien covid-19 di ruang isolasi dikarenakan dengan mengurangi aktivitas simpatik sistem saraf, efek samping stres dan kecemasan dapat dicegah, dan relaksasi fisik dan mental dapat ditingkatkan. Menurut Dr. Jiemi Ardian SpKJ (Chodijah et al., 2020), perasaan cemas yang muncul dalam menghadapi pandemi ini sebenarnya tidak selalu berarti mereka mengalami gangguan kejiwaan atau gangguan kesehatan mental. Kecemasan yang muncul bervariasi, seperti cemas tertular virus, cemas kondisi keuangan melemah atau bahkan memburuk, hingga cemas akan masa depan setelah pandemic ini berakhir. Cemas dalam menghadapi suatu kondisi yang baru tersebut merupakan bentuk adaptasi normal seseorang (Putra, 2020). Dari kondisi seperti inilah diperlukan adanya variasi intervensi yang harus dimiliki perawat yang dapat mengurangi kecemasan yang dialami pasien. Berdasarkan kebijakan RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan tentang hak yang dapat diterima pasien adalah mendapatkan pelayanan penanganan kecemasan selama masa perawatan, bila diperlukan pada pasien yang mengalami kegelisahan atau kecemasan. Namun dalam pelaksanaannya bentuk pelayanan tersebut hanya dapat diterima oleh pasien yang sudah berada di ruang perawatan, untuk pasien yang berada di ruang IGD atau di ruang isolasi IGD hal pelayanan penanganan kecemasan belum terlaksana.

Berdasarkan *survey* yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) 2020 dari Surat Kabar. Online Merdeka, menunjukkan bahwa dari 4010 orang yang melakukan swaperiksa gangguan

kejiwaan sebesar 64,8 persennya mengalami masalah psikologis, dan yang menarik adalah yang mengalami kecemasan sebesar 65 persen dan yang mengalami depresi sebesar 62 persen dari seluruh jumlah responden. Gejala cemas paling utama yang dirasakan responden adalah merasa sesuatu yang buruk akan terjadi, khawatir berlebihan, mudah marah atau jengkel, dan sulit untuk rileks. *Survey* awal yang kami lakukan di RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan menunjukkan pada pasien yang mengisi kuesioner dari 20 responden menunjukkan yang mengalami kecemasan ringan sejumlah 5 orang (25 persen), kecemasan sedang 12 orang (60 persen), dan yang mengalami kecemasan berat sebesar 3 orang (15 persen). Dimana jumlah pasien tiap harinya yang harus dipindahkan di ruang isolasi IGD atau isolasi transit sejumlah 34-36 pasien dengan kapasitas tempat tidur yang tersedia 25 bed, dan lainnya bisa diletakkan di ruang kohort.

Pemenuhan kebutuhan pasien covid-19 yang mengalami kecemasan yang dirawat di ruang isolasi IGD tidak saja berfokus pada perbaikan kondisi fisik namun juga meliputi perbaikan psikologis, sosial dan spiritual. Pelayanan penanganan kecemasan inilah yang menjadi kunci keberhasilan untuk menekan tingkat kecemasan klien, dari hasil pengkajian kecemasan tersebut dapat dilakukan intervensi yang sesuai dengan kebutuhan pasien. Stimulus yang mempengaruhi kecemasan yang berasal dari luar dan dari dalam individu berupa lingkungan ruang isolasi, ruangan isolasi mampu mempengaruhi cara berpikir klien sehingga dapat menimbulkan reaksi-reaksi tubuh baik secara neural maupun secara kimiawi, hal inilah yang dapat menstimulasi sistem saraf pusat untuk

melakukan respon adaptif (meningkatkan integritas personal) atau inefektif sehingga menghambat proses adaptasi (Astuti Ary et al., 2017). Cemas dapat timbul apabila pasien merasa sendiri tanpa pendamping selama dirawat di ruang isolasi sehingga dapat memunculkan reaksi tubuh dan psikis terhadap tuntutan-tuntutan lingkungan kepada seseorang. Pada kondisi cemas tubuh akan mengeluarkan kortisol hormon stres. Produksi kortisol secara simultan akibat ketegangan dan beban psikologis akan merusak dinding pembuluh darah, dan akan mengganggu aliran darah ke otak. Meningkatnya produksi dari hormon stres dapat memacu kerja neurotransmitter yaitu saraf pembawa pesan ke otak yang berkaitan dengan emosi dan akan mempengaruhi kesadaran dan fungsi kognitif individu. Selain mempengaruhi fungsi kognitif, cemas juga dapat mempengaruhi respon fisiologis individu. Terapi relaksasi merupakan terapi yang paling disarankan untuk mengurangi kecemasan dengan menggunakan terapi relaksasi otot progresif (PMR) terfokus terapi untuk mempertahankan kondisi relaksasi yang dalam (Ricky Z et al., 2018).

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut apakah terdapat pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* terhadap kecemasan pada pasien covid-19 yang sedang dirawat di ruang isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah Ada Pengaruh Dari *Progressive Muscle Relaxation* Terhadap Kecemasan Pasien Covid-19 Yang Dirawat Di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh dari *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap Kecemasan Pasien Covid-19 Yang Dirawat Di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan.

#### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. mengidentifikasi kecemasan pasien covid-19 yang dirawat di ruang isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan sebelum diberikan perlakuan PMR
2. mengidentifikasi kecemasan pasien covid-19 yang dirawat di ruang isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan setelah diberikan perlakuan PMR
3. Mengalisa pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* terhadap kecemasan pasien covid-19 yang dirawat di ruang isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### 1.4.1 Teoritis

Untuk menambah khasanah pengetahuan yang dapat diterapkan pada ilmu keperawatan tentang psikologis dan intervensi pada klien covid-19 agar dapat menguatkan respon adaptasi sehingga klien tidak mengalami kecemasan sehingga dapat membantu mempercepat proses penyembuhan dan pemulihan pasien setelah mendapatkan perawatan di ruang isolasi dan

diperbolehkan pulang.

#### 1.4.2 Praktis

##### 1. Bagi peneliti

Meningkatkan kemampuan dalam menganalisa adanya perkembangan dalam memberikan solusi dalam memenejemen kecemasan pada pasien covid-19 yang dirawat diruang isolasi sehingga selanjutnya dapat dikembangkan untuk penelitian selanjutnya.

##### 2. Bagi pasien covid-19

Memberikan alternatif untuk mengurangi kecemasan dengan metode yang bervariasi pada pasien covid-19 yang sedang dirawat diruang isolasi, sehingga dapat meningkatkan semangat hidup selama proses perawatan.

##### 3. Bagi perawat di ruang isolasi

Meningkatkan kemampuan petugas dalam memberikan intervensi dan melakukan implementasi selama mengelola pasien covid-19 yang dirawat di ruang isolasi yang mengalami kecemasan.