

BAB 4

PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dijelaskan tentang hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian.

4.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan, IGD yang memiliki ruangan terdiri dari ruang triage, ruang ponex, isolasi covid triage merah, kuning dan kebidanan, dan bedah minor. Dengan bentuk ruang perawatan isolasi yang bersekat untuk membatasi kontak antara pasien covid-19 yang satu dengan yang lainnya, ditambah dengan sangat dibatasinya akses masuk keluarga, sehingga muncul permasalahan baru yang hampir dirasakan oleh seluruh pasien covid-19 yang dirawat diruang isolasi IGD yaitu kecemasan. Namun tindakan penanganan kecemasan pasien belum pernah dilakukan dan belum pernah direncanakan dalam perawatan pasien covid-19 diruang isolasi IGD.

4.2 Hasil Penelitian

4.2.1 Data Umum

1. Umur

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan pada tanggal 16-21 Agustus 2021

Kriteria Umur	Frekuensi	Persentase (%)
21-40 tahun	6	30
41-65 tahun keatas	13	65
65+	1	5
Jumlah	20	100

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 4.1 menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden yang diteliti berusia diantara 41-65 tahun ke atas, yaitu sejumlah 13 orang (65%).

2. Pendidikan

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan pada tanggal 16-21 Agustus 2021

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Sekolah	2	10
SD	2	10
SMP	4	20
SMA	10	50
Perguruan Tinggi	2	10
Jumlah	20	100

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 4.2 menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden berada di jenjang pendidikan SMA, yaitu sejumlah 10 orang (50%).

3. Status Riwayat Kesehatan dengan Penyakit Penyerta (Komorbid)

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Riwayat Kesehatan dengan Riwayat Penyakit Penyerta (Komorbid) di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan pada tanggal 16-21 Agustus 2021

Riwayat Penyakit Penyerta (Komorbid)	Frekuensi	Persentase (%)
Non Komorbid	6	30
Komorbid	14	70
Jumlah	20	100

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang dirawat di ruang isolasi IGD merupakan pasien covid-19 dengan status kesehatan memiliki riwayat penyakit penyerta atau komorbid, yaitu sejumlah 14 orang (70%).

4.2.2 Data Khusus

1. Tingkat Kecemasan Pada Pasien Covid-19 Di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil Sebelum Mendapatkan Intervensi Terapi *Progressive Muscle Relaxation*

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Covid-19 Sebelum Mendapatkan Intervensi Terapi *Progressive Muscle Relaxation* Di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil pada tanggal 16-21 Agustus 2021

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Cemas	0	0
Cemas Ringan	2	10
Cemas Sedang	13	65
Cemas Berat	5	25
Jumlah	20	100

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan sedang sebelum diberikan terapi *progressive muscle relaxation*, yaitu sejumlah 13 orang (65%).

2. Tingkat Kecemasan Pada Pasien Covid-19 Di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil Setelah Mendapatkan Intervensi Terapi *Progressive Muscle Relaxation*

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Covid-19 Setelah Mendapatkan Intervensi Terapi *Progressive Muscle Relaxation* Di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil pada tanggal 16-21 Agustus 2021

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Cemas	2	10
Cemas Ringan	14	70
Cemas Sedang	3	15
Cemas Berat	1	5
Jumlah	20	100

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden menunjukkan tingkat kecemasan ringan setelah diberikan terapi *progressive muscle relaxation*, yaitu sejumlah 14 orang (70%).

3. Tingkat Kecemasan Pasien Covid-19 Di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil Sebelum dan Setelah Mendapatkan Intervensi Terapi *Progressive Muscle Relaxation*

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Covid-19 Sebelum dan Setelah Mendapatkan Intervensi Terapi *Progressive Muscle Relaxation* Di Ruang Isolasi IGD RSUD Bangil pada tanggal 16-21 Agustus 2021

	Kecemasan	
	Pre Test	Post Test
Tidak Cemas	0	2
Cemas Ringan	2	14
Cemas Sedang	13	3
Cemas Berat	5	1
Jumlah	20	20

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 4.6 menunjukkan perbandingan sebagian besar responden sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi *progressive muscle relaxation* mengalami perubahan dari kecemasan sedang berkurang kecemasannya menjadi ringan, 2 orang responden (10%) mengalami perubahan dari kecemasan berat menjadi ringan dan 2 orang responden (10%) tidak mengalami perubahan kecemasan setelah diberikan intervensi terapi *progressive muscle relaxation*.

Hasil analisa Uji Wilcoxon didapatkan p value sebesar 0,001 kurang dari α (0,05) dan selanjutnya dilakukan pengujian *Paired T-Test* dengan koefisien nilai korelasi sebesar 0,742 dengan nilai signifikansi

sebesar kurang dari 0,001 atau kurang dari 0,05 yang menunjukkan hasil hipotesis H1 dapat diterima, bahwa terapi intervensi *progressive muscle relaxation* memberikan pengaruh dalam menurunkan kecemasan pasien covid-19 yang dirawat diruang isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan.

4.3 Pembahasan

4.3.1 Kecemasan Pasien Covid-19 Sebelum Mendapatkan Terapi *Progressive Muscle Relaxation*

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebelum diajarkan terapi *progressive muscle relaxation*, yaitu sejumlah 13 orang (65%), dan yang mengalami kecemasan ringan yaitu sejumlah 2 orang (10%).

Terdapat beberapa faktor yang secara umum dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, menurut Rohman dalam Fadillah, 2021 faktor penyebab kecemasan adalah perasaan cemas yang timbul karena adanya bahaya yang mengancam individu, kecemasan yang timbul karena rasa bersalah, dan kecemasan yang disebabkan oleh penyakit yang disertai dengan rasa takut yang dapat mempengaruhi kondisi keseluruhan pada penderitanya. Penelitian mengenai intervensi keperawatan terhadap kecemasan sudah dilakukan sejak tahun 1990an sedangkan Snyder dan Egan menemukan relaksasi merupakan salah satu faktor yang dapat menghilangkan kecemasan. Helen (2015) mengemukakan bahwa *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) merupakan salah satu teknik relaksasi

dengan menggunakan gerakan mengencangkan otot kemudian melemaskan kembali otot-otot pada bagian tubuh tertentu dan dilakukan dalam satu waktu, sehingga hal tersebut akan memberikan perasaan rileks.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh pasien covid-19 tidak dapat mengatasi kecemasannya selama dirawat diruang isolasi IGD sehingga menunjukkan sebagian besar mengalami kecemasan sedang, dikarenakan responden belum menerima perlakuan terapi *progressive muscle relaxation* untuk mengatasi kecemasan. Responden banyak yang belum mengetahui bahwa kecemasan dapat menimbulkan ketegangan otot, perasaan yang berubah-ubah, nyeri pada bagian tubuh tertentu, perubahan gejala-gejala yang terdapat disetiap organ, tetapi setiap pasien akan merasakan bentuk kecemasan yang berbeda satu sama lain tergantung kondisi pasien tersebut

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 41-65 tahun ke atas, yaitu 13 orang (65%). Hasil tabulasi silang menunjukkan 40% responden berusia 41-65 tahun ke atas mengalami kecemasan sedang sebelum diberikan terapi *progressive muscle relaxation*. Masa Dewasa (Adulthood) ditandai adanya kecenderungan *generativity-stagnation*. Sesuai dengan namanya masa dewasa, pada tahap ini individu telah mencapai puncak dari perkembangan segala kemampuannya. Pengetahuannya cukup luas, kecakapannya cukup banyak, sehingga perkembangan individu sangat pesat. Meskipun pengetahuan dan kecakapan individu sangat luas, tetapi dia tidak mungkin dapat menguasai segala macam ilmu dan kecakapan, sehingga tetap pengetahuan dan kecakapannya terbatas Erikson, 1963 dalam Andi Thahir, 2014.

Stuart G.W & Laraia M.T (2007) menyatakan bahwa maturitas atau kematangan individu akan mempengaruhi kemampuan coping mekanisme seseorang sehingga individu yang lebih matur sukar mengalami kecemasan karena individu mempunyai kemampuan adaptasi yang lebih besar terhadap kecemasan dibandingkan usia yang belum matur. Usia matur secara umum telah memiliki banyak pengalaman untuk mengatasi suatu masalah yang menimbulkan kecemasan dengan berpikir logis dan menyaring informasi yang didapat, hal ini menunjukkan bahwa kecemasan yang muncul berasal dari tidak adanya asuhan yang mengajarkan cara mengatasi kecemasan pada pasien covid selama dirawat diruang isolasi.

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa separuh dari responden berpendidikan SMA, yaitu sejumlah 10 orang (50%). Dari hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa 40% responden yang berpendidikan SMA mengalami tingkat kecemasan sedang sebelum diberikan terapi *progressive muscle relaxation*. Hal ini sesuai dengan konsep yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan individu berpengaruh terhadap kemampuan berfikir. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka individu semakin mudah berfikir rasional dan menangkap informasi baru, sehingga semakin tinggi pendidikan seseorang semakin tinggi pula pengetahuan seseorang (Stuart G.W & Laraia M.T, 2007). Responden mengalami kecemasan sedang dikarenakan sebagian besar responden tidak berusaha mencari cara untuk mengatasi kecemasan selama di rawat diruang isolasi khusus perawatan pasien covid-19 dan juga tidak seluruhnya masalah kesehatan didapatkan dalam pendidikan formal, dan dalam kasus baru seperti pandemi covid-19 ini masih

ditemukan berita yang simpang siur atau tidak benar hal ini mempengaruhi cara berfikir orang karena belum tentu orang yang memiliki pendidikan tinggi sekali pun dapat menggunakan tingkat pendidikannya sebagai sumber dalam berpikir logis.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.3 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki riwayat penyakit penyerta atau komorbid, yaitu sejumlah 14 orang (70%). Hasil tabulasi silang menunjukkan 45% responden yang mengalami kecemasan sedang berasal dari pasien covid-19 yang memiliki penyakit penyerta atau komorbid yang belum menerima perlakuan terapi *progressive muscle relaxation*. Menurut Kuncoro (2002) dalam Untari (2014) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki riwayat penyakit tertentu dapat menurunkan kapasitas seseorang dalam menghadapi kecemasan. Setelah pasien mengetahui bahwa dirinya memiliki penyakit penyerta pada umumnya diiringi adanya penurunan kondisi fisik, tenaga berkurang dan energi menurun serta mudah terserang penyakit lainnya. Status kesehatan dengan penyakit penyerta atau komorbid sangat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien dan pasien juga sebagian besar tidak mendapatkan manajemen untuk mengatasi kecemasan sebelum dirawat diruang isolasi, sehingga responden sebagian besar berada dalam tingkat kecemasan sedang. Kecemasan yang terjadi pada responden merupakan bentuk penanganan psikologi yang tidak menjadi prioritas utama dalam pelayanan pasien covid-19 dimana banyaknya informasi yang beredar pasien dengan penyakit penyerta menjadi fokus pelayanan utama.

4.3.2 Kecemasan Pasien Covid-19 Setelah Mendapatkan Terapi *Progressive Muscle Relaxation*

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan ringan setelah mendapat terapi *progressive muscle relaxation*, yaitu sejumlah 14 orang (70%) dan yang memiliki kecemasan sedang menurun menjadi 3 orang (15%).

Progressive muscle relaxation bertujuan untuk melatih otot dengan cara mengendurkan otot-otot oleh ketegangan otot untuk mengatur seluruh tubuh menurut Ghezlejh *et al.*, 2017 dalam Herlambang *et al.*, 2019. Terapi latihan *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) merupakan terapi yang terfokus untuk mempertahankan kondisi relaksasi yang dalam. Terapi PMR melibatkan kontraksi dan relaksasi berbagai kelompok otot mulai dari kaki kearah atas atau dari kepala kearah bawah. Untuk meregangkan otot secara progresif, dimulai dengan menegangkan dan meregangkan kumpulan otot utama tubuh. Dengan cara ini, maka akan disadari dimana otot itu berada dan hal ini akan meningkatkan kesadaran terhadap respon. Responden akan mengalami penurunan kecemasan setelah mendapatkan terapi *progressive muscle relaxation* karena dengan terapi tersebut pasien dapat melakukan intervensi secara mandiri dalam memenejemen kecemasan yang dialami selama dirawat sebagai pasien covid-19 diruang isolasi IGD. Peningkatan yang dapat dirasakan terbanyak adalah berkurangnya perasaan ansietas, berkurangnya ketegangan, menurunnya gejala somatik, berkurangnya gejala kardiovaskular, berkurangnya gejala gastrointestinal dan perubahan ekspresi saat wawancara..

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 41-65 tahun keatas, yaitu sejumlah 13 orang (65%). Hasil tabulasi silang menunjukkan 50% responden berusia 41-65 tahun keatas mengalami perubahan tingkat kecemasan menjadi ringan sesudah diberikan terapi *progressive muscle relaxation*. Semakin meningkat usia seseorang maka semakin baik tingkat kematangan seseorang walaupun bentuknya tidak mutlak menurut Issac (2004) dalam Untari (2014). Usia responden tergolong usia dewasa pertengahan sampai ke usia lansia yang mempunyai banyak pengalam, pola pikir, dan mekanisme koping yang baik penuh solusi dalam menangkap bentuk pengajaran atau arahan setelah menerima perlakuan terapi *progressive muscle relaxation* sehingga mengalami perubahan dalam tingkat kecemasan selama dirawat diruang isolasi IGD.

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa hampir seluruh responden berpendidikan SMA yaitu sejumlah 10 orang (50%). Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa 45% responden yang berpendidikan SMA mengalami perubahan kecemasan menjadi kecemasan ringan setelah diberikan terapi *progressive muscle relaxation*. Pendidikan individu berpengaruh terhadap kemampuan berfikir. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka individu semakin mudah berfikir rasional dan menangkap informasi baru, sehingga semakin tinggi pendidikan seseorang semakin tinggi pula pengetahuan seseorang (Stuart G.W & Laraia M.T, 2007). Pendidikan menengah lebih memudahkan responden untuk dapat menerima arahan terapi *progressive muscle relaxation* sehingga mendapatkan solusi baru yang dapat dipraktikkan sendiri selama dirawat diruang

isolasi IGD namun tetap bahwa penerimaan masing-masing individu tidak sama tergantung kepada kecerdasan individu tersebut.

4.3.3 Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Covid-19 Yang Dirawat Di Ruang Isolasi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dominan responden yang mengalami kecemasan sedang selama dirawat di ruang isolasi IGD, yaitu sejumlah 13 (65%) dari 20 orang dan sebagian besar responden yang mengalami kecemasan sedang sebelum diberikan terapi *progressive muscle relaxation* dan membaik menjadi kecemasan ringan sesudah diberikan terapi *progressive muscle relaxation* yaitu 14 dari 20 orang (70%). Hasil Uji Wilcoxon didapatkan *p value* sebesar 0,001 kurang dari α (0,05) dengan nilai koefisien korelasi dari Uji *Paired T-Test* sebesar 0.742 sehingga terdapat pengaruh intervensi terapi *progressive muscle relaxation* terhadap kecemasan pasien covid-19 di ruang isolasi IGD RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan

Sebagian besar responden mengalami perbaikan tingkat kecemasan, yang membedakan adalah besarnya peningkatan persepsi kecemasan, dimana 12 responden yang sebelumnya mengalami kecemasan sedang berkurang kecemasannya menjadi ringan, 2 responden yang sebelumnya mengalami kecemasan ringan berkurang kecemasannya menjadi tidak cemas, 2 responden yang sebelumnya mengalami kecemasan berat berkurang kecemasannya menjadi sedang, 2 responden yang sebelumnya mengalami kecemasan berat berkurang kecemasannya menjadi ringan, dan 2 responden tidak mengalami perubahan tingkat kecemasan hanya perubahan skor penilaian. Perbedaan ini dapat

disebabkan karena kemampuan tiap responden tidak sama dalam menerima arahan yang berupa intervensi, daya ingat setiap responden juga tidak sama tergantung dari kekuatan memori dan intelegensia tiap individu. Secara teknis, hal yang dapat mempengaruhi perbedaan tingkat kecemasan adalah kemampuan individu dalam memahami intervensi yang telah diarahkan oleh peneliti untuk selanjutnya direspon sesuai cara berpikir mereka, fokus pasien terhadap bimbingan.

Dari hasil penilaian kuesioner didapatkan dua responden tidak menunjukkan adanya perubahan setelah diberikan intervensi terapi *progressive muscle relaxation*, dari responden tersebut diketahui bahwa keduanya memiliki tingkat pendidikan yang rendah yaitu tidak sekolah dan tidak lulus sekolah dasar. Untari, (2014) menyatakan bahwa tingkatan pendidikan dan keadaan status ekonomi yang rendah dapat menimbulkan seseorang mengalami masalah kecemasan. Individu yang berpendidikan akan memiliki kemampuan untuk berpikir, sehingga semakin tinggi tingkat pendidikan dan ekonomi seseorang akan semakin dapat berpikir dalam keadaan rasional dan mudah menangkap informasi baru, sampai dengan menguraikan masalah yang baru. Pendidikan mampu mempengaruhi wawasan seseorang dalam berpikir dan mengambil keputusan, dikarenakan kecemasan juga dipengaruhi kemampuan untuk berpikir logis, sehingga dapat beradaptasi mampu mengendalikan kecemasan terhadap kondisi baru yang dialami. Terdapat pula dua responden yang mengalami perubahan yang sangat baik dari yang awalnya memiliki tingkat kecemasan berat berubah kecemasannya menjadi ringan setelah mendapat intervensi terapi *progressive*

muscle relaxation. Dari responden tersebut diketahui bahwa keduanya memiliki usia pada fase masa dewasa (Adulthood) ditandai adanya kecenderungan *generativity-stagnation*, pada fase generasional menunjukkan suatu interaksi atau hubungan yang terjalin secara baik dan menyenangkan antara orang-orang yang berada pada usia dewasa dengan para penerusnya (Andi Thahir, 2014). Untari (2014) juga menyatakan bahwa seseorang yang memiliki usia lebih muda cenderung lebih mudah mengalami gangguan kecemasan dibandingkan dengan orang yang lebih tua secara umur, tapi ada juga yang berpendapat sebaliknya. Usia memang merupakan suatu bentuk penilaian yang dapat diketahui hasilnya dimana sebagian besar berjalan sejajar berdasarkan pada tahapan perkembangannya dimana semakin tua usia seseorang semakin matang pula cara mengatasi suatu masalah.