



KARYA ILMIAH AKHIR

**IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN KOMBINASI
INFORMASI DAN EDUKASI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN
PASIE*N* PRE TRANSURETHRAL RESECTION
PROSTATE : CASE REPORT**

Oleh:

FENDI SUSANTO

NIM: 2404013

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

2025

IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN KOMBINASI
INFORMASI DAN EDUKASI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN
PASIEEN PRE *TRANSURETHRAL RESECTION*
PROSTATE : CASE REPORT

Karya Ilmiah Akhir

Diajukan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Menperoleh Gelar Ners

Oleh:

FENDI SUSANTO

NIM: 2404013

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

2025

IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN KOMBINASI
INFORMASI DAN EDUKASI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN
PASIE PRE TRANSURETHRAL RESECTION
PROSTATE : CASE REPORT

KARYA ILMIAH AKHIR

Oleh

FENDI SUSANTO

NIM 2404013

Karya ilmiah akhir ini di setujui pada

Tanggal, 26 Mei 2025

Pembimbing Akademik



Nining Indrawati, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.MB

HALAMAN PENGESAHAN

IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN KOMBINASI
INFORMASI DAN EDUKASI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN
PASIEEN PRE TRANSURETHRAL RESECTION
PROSTATE : CASE REPORT

KARYA ILMIAH AKHIR

Oleh:

FENDI SUSANTO

NIM 2404013

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal Mei 2025

Pembimbing Akademik



Nining Indrawati, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.MB

Mengesahkan

Ketua STIKES Bethesda Yakkum
Yogyakarta

Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep.,
Sp.Kep.MB, Ph.D.NS.

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan
Profesi Ners



Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

ABSTRAK

Fendi Susanto. Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Kombinasi Dengan Informasi dan Edukasi Untuk Menurunkan Kecemasan pada Tn S pasien pre Operasi Transuretra Reseksi Prostat di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan 2025 : Laporan Kasus

Latar Belakang : Tindakan operasi Transuretra Reseksi Prostat menjadi salah satu penyebab terjadinya kecemasan pada pasien pre operasi prostat yang akan menjalani operasi. Kecemasan berlebih yang di alami tentu membawa dampak negatif pada pasien sebelum menjalani operasi. **Gejala:** BAK tidak tuntas, perasaan khawatir, tegang meghadapi operasi **Intervensi:** yang di gunakan adalah terapi relaksasi otot progresif dengan kombinasi informasi dan edukasi selama 30 menit sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan sesudah intervensi, Pengukuran Tingkat kecemasan menggunakan instrumen APAIS. **Outcome:** Penerapan terapi relaksasi otot progresif terbukti dapat menurunkan Tingkat kecemasan ditandai dengan penurunan score APAIS dari 23 menjadi 15. **Kesimpulan :** Terapi relaksasi otot progresif dengan kombinasi informasi dan edukasi dapat di jadikan salah satu terapi alternatif untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi.

Kata Kunci : Kecemasan, Edukasi, Terapi Relaksasi Otot Progesif.

Kepustakaan : 36, 2016 -2023

ABSTRACT

FENDI SUSANTO. *The Application of Combination Progressive Muscle Relaxation Therapy with Information and Education to Reduce Anxiety in Mr. S, a Preoperative Transurethral Resection of the Prostate Patient at Ngesti Waluyo Christian Hospital, Parakan, 2025: A Case Report.*

Background: The Transurethral Resection of the Prostate (TURP) procedure is one of the causes of anxiety in preoperative prostate patients. Excessive anxiety experienced by the patients can bring negative impacts before undergoing surgery.

Symptoms Urinary hesitancy, anxiety, and preoperative tension. **Intervention:** The intervention used was Combination Progressive Muscle Relaxation Therapy with information and education for 30 minutes, that conducted twice — before and after the intervention. Anxiety levels were measured using the APAIS instrument.

Outcome: The application of progressive muscle relaxation therapy was proven can reduce anxiety levels, indicated by decreasing in APAIS score from 23 to 15.

Conclusion: Combination Progressive Muscle Relaxation Therapy with information and education can be considered as an alternative therapy to reduce anxiety in preoperative patients.

Keywords: Anxiety, Education, Progressive Muscle Relaxation Therapy.

Bibliography : 36, 2016 - 2023

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan berkat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir (KIA) dengan judul “ Implementasi Relaksasi Otot Progresif Dengan Kombinasi Informasi Dan Edukasi Untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Transuretra reseksi prostat ”. Selama proses penyusunan KIA ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr.Mintono Sp B., Selaku Direktur Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan Temanggung.
2. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns.,M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., NS., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Ethic Palupi, S.kep.,Ns.,MNS., selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yogyakarta.
5. Ibu Nining Indrawati, S.Kep., Ns.,M.Kep.Sp.Kep.MB selaku Preseptor Pendidikan Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yogyakarta.
6. Ibu Dwi Hendra Pratiwi,S.Kep.,Ns selaku Preseptor Lahan Praktik Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan Temanggung.

7. Seluruh perawat dan staf di Ruang Rawat Inap Gladiol Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan Temanggung.

Penulis menyadari dalam penyusunan KIA ini banyak kekurangan, Penulis meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya.

Parakan, Mei 2025

Penulis



Fendi Susanto

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
PRAKATA.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR GRAFIK.....	xiii
DAFTAR DIAGRAM.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan	6
D. Manfaat Penulisan.....	7
BAB II TINJAUAN LITERATURE.....	8
A. Konsep Dasar Medis.....	8
B. Konsep Dasar Keperawatan.....	24
C. Devinisi Pembedahan.....	30
D. Devinisi Kecemasan	34
E. Devinisi Terapi Relaksasi Otot Progressive.....	44

F. Devinisi Edukasi Informasi Pre Operasi.....	49
BAB III GAMBARAN KASUS.....	50
A. Deskripsi Pasien.....	50
B. Manifestasi Klinis.....	51
C. Etiologi.....	53
D. Diagnosa Keperawatan.....	54
E. Perencanaan Intervensi Keperawatan.....	57
F. Implementasi Keperawatan.....	58
G. Evaluasi dan Out Come.....	58
BAB IV PEMBAHASAN.....	63
BAB V PENUTUP.....	66
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Intervensi Keperawatan	28
Tabel 2. Hasil Laboratorium	54

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Anatomi Sistem Perkencingan	8
---	---

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1. Perubahan Tingkat Kecemasan	62
---	----

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 1. <i>Pathway</i> BPH	16
-------------------------------------	----

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Lembar Informasi Subjek
- Lampiran 2: Lembar *Informed consent*
- Lampiran 3: Standar Operasional Prosedur Terapi Relaksasi Otot
Progresif Kombinasi Informasi dan Edukasi pasien
- Lampiran 4: Lembar Pengukuran Tingkat Kecemasan/ Intervensi
- Lampiran 5: Lembar Observasi Utama
- Lampiran 6: Lembar Observasi Pendamping
- Lampiran 7: Asuhan Keperawatan
- Lampiran 8: Bukti Telah Lolos Cek Similarity
- Lampiran 9: Lembar Bimbingan Penulisan Laporan KIA