



KARYA ILMIAH AKHIR

**EFEKTIVITAS RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI EKSISI TUMOR DINDING
ABDOMEN DI RUANG IBS RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA
TAHUN 2025 : *CASE REPORT***

OLEH :

CHRISTINE ESTHER RUMBIAK

NIM : 2404048

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

2025

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR

EFEKTIVITAS RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
PASIEN PRE OPERASI EKSISI TUMOR DINDING ABDOMEN DI RUANG IBS
RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA TAHUN 2025 : *CASE REPORT*

Oleh:
Christine Esther Rumbiak
NIM : 2404048

Proposal Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada
Yogyakarta, November 2025

Pembimbing :

Dwi Nugroho Iheri Sanjaya, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.

STIKES BETHESDA YAKKUM

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA ILMIAH AKHIR

EFEKTIVITAS RELAKSASI OTOT PROGESIF TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI EKSISI TUMOR DINDING
ABDOMEN DI RUANG IBS RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA
TAHUN 2025 : *CASE REPORT*

Oleh:
Christine Esther Rumbiak
NIM : 2404048

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada Yogyakarta, 3 November 2025

Pembimbing :

Dwi Nugroho Heri Saputro, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep. MB., Ph.D.NS.

Mengesahkan
Ketua STIKES Bethesda Yakkum
Yogyakarta

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan
Profesi Ners



Nurfa Hanungtyas, S. Kep., Ns.,
M.Kep., Sp. Kep. MB., Ph.D.NS.

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

ABSTRAK

CHRISTINE ESTHER RUMBIK. “Efektivitas Relaksasi Otot Progresif Dalam Mengurangi Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Prosedur General Anestesi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025 : *Case Report*”.

Latar Belakang : Tumor abdomen adalah massa padat dengan ketebalan bervariasi yang terbentuk akibat pertumbuhan sel tubuh yang berubah dan berkembang secara tidak terkendali. Kondisi ini umumnya ditangani melalui prosedur eksisi, untuk mengangkat jaringan abnormal tersebut. Dalam proses perawatan, pasien sering mengalami kecemasan, pengkajian kecemasan dapat menggunakan metode *Amsterdam Preoperative anxiety and Information Scale (APAIS)*. Relaksasi Otot Progresif adalah teknik menggerakkan dan melemaskan otot untuk menurunkan ketegangan, menciptakan rasa rileks dan tenang, sehingga membantu mengurangi kecemasan pada pasien preoperasi.

Tujuan : Mampu memberikan relaksasi otot progresif untuk menurunkan ansietas pada pasien pre operasi dengan General Anestesi di Ruang Instalansi Bedah Sentral RS Bethesda Yogyakarta.

Gambaran Kasus : Pasien mengatakan merasa sedikit cemas dan takut menghadapi operasi yang akan dijalani. Terapi yang diberikan untuk menurunkan kecemasan pasien dengan menggunakan Relaksasi Otot Progresif, yaitu dengan melakukan aktifitas otot untuk menurunkan ketegangan agar timbul rasa relaks dan tenang sehingga mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi.

Kesimpulan : Setelah diberikan intervensi relaksasi otot progresif tingkat kecemasan pasien menurun dari skor 20 (kecemasan berat) menjadi skor 14 (kecemasan sedang).

Kata Kunci : Otot Progresif – Ansietas – General Anestesi

X + 47 halaman + 2 tabel + 9 lampiran

Kepustakaan : 15, 2018-2024

ABSTRACT

CHRISTINE ESTHER RUMBLIAK. *"The Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation in Reducing Anxiety Levels in Patients Undergoing General Anesthesia Procedures in the Central Surgical Installation Room of Bethesda Hospital Yogyakarta in 2025 : Case Report"*.

Background: *An abdominal tumor is a dense mass of varying thickness that is formed as a result of the growth of body cells that change and develop uncontrollably. This condition is generally treated through an excision procedure, to remove the abnormal tissue. In the treatment process, patients often experience anxiety, anxiety assessment can use the Amsterdam Preoperative anxiety and Information Scale (APAIS) method. Progressive Muscle Relaxation is a technique of moving and relaxing muscles to lower tension, creating a sense of relaxation and calm, thus helping to reduce anxiety in preoperative patients.*

Objective: *Able to provide progressive muscle relaxation to reduce acidity in preoperative patients with General anesthesia in the Central Surgical Installation Room of Bethesda Hospital Yogyakarta.*

Case Description: *The patient said that he felt a little anxious and afraid to face the surgery that was to be undergone. The therapy given to reduce the patient's anxiety using Progressive Muscle Relaxation, namely by doing muscle activities to reduce tension so that there is a sense of relaxation and calm so as to reduce anxiety in preoperative patients.*

Conclusions: *After being given the progressive muscle relaxation intervention, the patient's anxiety level decreased from a score of 20 (severe anxiety) to a score of 14 (moderate anxiety).*

Keywords : *Progressive Muscle – Anxiety – General Anesthesia*

X + 47 pages + 2 tables + 9 appendices

Literature : *15, 2018-2024*

PRAKATA

Puji dan Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa, karena telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-nya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini yang berjudul “Efektivitas Relaksasi otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Eksisi Tumor Dinding Abdomen Di Ruang IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025: *Case Report*”. Karya ilmiah akhir ini disusun dalam rangka memenuhi tugas akhir salah satu persyaratan ujian akhir untuk memperoleh gelar profesi Ners di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini banyak mendapatkan kesulitan, namun atas segala berkat, dukungan, motivasi, bimbingan dan kerja sama dari berbagai pihak sehingga peneliti dapat menyelesaikannya. Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Edy Wibowo, Sp.M (K), MPH, selaku direktur Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.
2. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS., selaku Ketua STIKES 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 Prodi Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkun Yogyakarta.

5. Bapak Dwi Nugroho Heri Saputro, S. Kep. Ns., M. Kep., Sp. Kep. MB., Ph.D., NS. selaku Pembimbing Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan pengarahan dan pendampingan dalam menyusun laporan ini.
6. Bapak Untung Sajugo, S.Kep, Ns, selaku Pembimbing Klinik di Ruang Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yakkum Yogyakarta.
7. Seluruh perawat dan staf di Ruang Intalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

Semoga Karya Ilmiah Akhir ini dapat memberikan manfaat baik kepada diri sendiri maupun pihak lain yang membaca. Peneliti menyadari bahwa KIA ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan serta kelemahan. Peneliti berharap saran dan kritikan yang membangun sebagai bahan perbaikan di masa yang akan datang.

Yogyakarta, 2025

Christine Esther

Rumbiak

DAFTAR ISI

| | Hal |
|--------------------------------------|-----|
| COVER | |
| HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL | i |
| ABSTRAK | ii |
| ABSTRACT | iii |
| PRAKATA | iv |
| DAFTAR ISI | vi |
| <u>BAB I</u> PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 4 |
| C. Tujuan | 4 |
| BAB II TINJAUAN LITERATUR | 5 |
| A. Konsep Medis | 5 |
| B. Konsep Tindakan Eksisi | 18 |
| C. Konsep Kecemasan | 18 |
| D. Konsep Terapi Otot Progesif | 29 |
| BAB III GAMBARAN KASUS | 34 |
| A. Informasi Terkait Pasien | 34 |
| B. Manifestasi Klinis | 36 |

| | |
|---------------------------------|----|
| C. Perjalanan Penyakit..... | 36 |
| E. Pemeriksaan Diagnostik..... | 37 |
| F. Intervensi Terapeutik..... | 38 |
| G. Tindak Lanjut/ Outcome | 40 |
| BAB IV PEMBAHASAN..... | 41 |
| BAB V PENUTUP..... | 46 |
| A. Kesimpulan | 46 |
| B. Saran..... | 46 |
| LAMPIRAN..... | 52 |

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Table 1. Instrumen Kecemasan | 25 |
| Table 2. Hasil Pemeriksaan Laboratorium | 37 |

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 1. Quadran Pada Bagian Abdomen | 6 |
| Gambar 2. Anatomi Abdomen..... | 7 |
| Gambar 3. Respon Kecemasan | 29 |

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|----|
| Lampiran 1. Lembar Informasi Subyek | 53 |
| Lampiran 2. Lembar Informed Consent..... | 55 |
| Lampiran 3. Standar Operasional Terapi Otot Progresif..... | 57 |
| Lampiran 4. Lembar Kuesioner APAIS | 60 |
| Lampiran 5. Dummy table observasi | 62 |
| Lampiran 6. Resume | 63 |
| Lampiran 7. Bukti Pelaksanaan Intervensi..... | 75 |
| Lampiran 8. Lolos Cek Similarity..... | 76 |
| Lampiran 9. Lembar Bimbingan Karya Tulis Ilmiah..... | 77 |

STIKES BETHESDAYAKKUM