

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tumor abdomen merupakan massa padat dengan tingkat ketebalan yang bervariasi, yang muncul akibat adanya sel-sel tubuh yang mengalami perubahan dan tumbuh secara otonom tanpa kendali dari mekanisme pertumbuhan normal. Sel-sel tersebut menjadi berbeda dari sel normal, baik dalam bentuk maupun struktur. Kondisi ini dapat meluas hingga ke area retroperitoneum dan berpotensi menyebabkan penyumbatan pada ureter atau vena kava inferior. Massa jaringan fibrotik biasanya mengelilingi serta membatasi struktur yang tertutup olehnya, namun tidak bersifat invasif (Baig Fitrihan Rulmana et al., 2022). Penanganan terhadap kondisi ini umumnya dilakukan melalui tindakan bedah eksisi, yaitu prosedur pembedahan yang bertujuan untuk mengangkat jaringan abnormal, seperti tumor, secara menyeluruh guna mencegah penyebaran penyakit dan memastikan hasil pemeriksaan histopatologi (Faisol, 2022).

Meskipun merupakan prosedur yang penting dalam penatalaksanaan tumor, proses persiapan dan pelaksanaan tindakan bedah eksisi sering kali menimbulkan kecemasan pada pasien. Kecemasan tersebut dapat muncul akibat ketakutan terhadap hasil operasi, nyeri pasca tindakan, efek anestesi,

serta kekhawatiran akan kemungkinan kambuhnya penyakit. Selain itu, lingkungan ruang operasi yang asing, alat medis yang terlihat menegangkan, serta kurangnya informasi mengenai prosedur tindakan juga menjadi faktor yang memperburuk kecemasan pasien.

Kecemasan sendiri merupakan suatu kondisi psikologis yang ditandai oleh perasaan takut, tegang, dan khawatir terhadap sesuatu yang belum tentu terjadi. Istilah kecemasan berasal dari bahasa Latin *anxius* dan bahasa Jerman *angst*, yang menggambarkan adanya perasaan atau efek negatif. Kecemasan muncul sebagai respons emosional terhadap stres dan ditandai dengan gejala fisik seperti jantung berdebar, peningkatan tekanan darah, serta perubahan pola pernapasan. Jika tidak dikelola dengan baik, kecemasan dapat memicu peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis, yang berakibat pada gangguan fisiologis, menurunkan kemampuan pasien untuk bekerja sama selama tindakan, serta meningkatkan risiko komplikasi sebelum dan sesudah pembedahan (Astuti et al., 2019).

Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya upaya untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum menjalani tindakan bedah eksisi. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah terapi relaksasi otot progresif (Progressive Muscle Relaxation/PMR). Teknik ini diperkenalkan oleh Edmund Jacobson, yang berprinsip pada latihan menegangkan dan mengendurkan kelompok otot secara bergantian sehingga

tubuh mencapai kondisi rileks. Melalui latihan ini, individu dapat mengenali serta mengendalikan ketegangan otot yang sering muncul akibat stres atau kecemasan. Relaksasi otot progresif terbukti efektif dalam menurunkan respons fisiologis seperti peningkatan denyut jantung, tekanan darah, serta ketegangan otot. Selain mudah dilakukan dan tidak memerlukan alat khusus, teknik ini dapat diterapkan oleh perawat sebagai bagian dari asuhan keperawatan pre operasi.

Dengan demikian, penerapan terapi relaksasi otot progresif diharapkan mampu membantu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani tindakan bedah eksisi tumor abdomen, sehingga pasien dapat menghadapi prosedur pembedahan dengan kondisi fisik dan psikologis yang lebih stabil, serta mendukung keberhasilan proses pembedahan secara keseluruhan.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Relaksasi otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Eksisi Tumor Dinding Abdomen Di Ruang IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang tersebut maka dirumuskan masalah keperawatan sebagai berikut : “Bagaimana Efek Dari Pemberian Terapi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi URS di Ruang IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penulisan KIA ini bertujuan untuk mengetahui “Efektivitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Eksisi Tumor Dinding Abdomen Di Ruang IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta Tahun 2025”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kecemasan pasien sebelum dilakukan intervensi relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi eksisi tumor abdomen di Ruang IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025
- b. Mengetahui kecemasan pasien setelah dilakukan relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi eksisi tumor abdomen di ruang IBS Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2025.