

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan Orangtua dengan Anak Hospitalisasi

Berdasarkan hasil penelitian terhadap responden sebanyak 25 orangtua (pasangan suami istri) setelah pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif selama 4 minggu yang terdiri dari 3 sesi, bahwa terdapat hasil adanya penurunan skor kecemasan yang signifikan pada orang tua dengan anak yang menjalani hospitalisasi. Penurunan skor kecemasan dari responden tersebut ditandai dengan adanya perubahan dari gejala sikap/perilaku, kondisi fisik, kognitif, emosi, dan motivasi yang dirasakan responden.

Hasil dari uji analisis univariat pada tabel.5.5 menunjukkan skor kecemasan responden sebelum pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif dengan skor minimal 10 dan skor maksimal 33. Jumlah nilai rata-rata skor kecemasan sebelum diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif adalah 20.24, dan setelah diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif nilai rata-rata skor kecemasan menjadi 6.30. Dalam kategori tingkat kecemasan, bahwa skor kecemasan tersebut adalah rentang kecemasan sedang sampai ringan, dimana pada kecemasan sedang terdapat gejala fisiologis pada responden seperti meningkatnya tekanan darah, denyut nadi cepat, ketegangan otot, menurunnya nafsu makan, sulit tidur, wajah pucat dan berkeringat. Gejala kognitif yang timbul adalah kurangnya perhatian, terlambat memberi respon pada orang lain, kurang konsentrasi, kadang –kadang sering lupa. Sedangkan gejala perilaku yang timbul adalah gelisah, merasa lebih tenang apabila ada oranglain/keluarga yang menemani, tidak semangat dalam bekerja, dan gejala emosional yang timbul adalah menjadi lebih emosional dan kurang sabar.

Setelah diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif, gejala-gejala tersebut sebagian besar tidak lagi dirasakan responden dan terdapat perubahan skor kecemasan responden yaitu skor kecemasan minimal menjadi 0 dan skor maksimal menjadi 15 yaitu dalam rentang kecemasan ringan sampai tidak cemas. Pada kecemasan ringan ini, gejala-gejala fisiologis, kognitif, perilaku dan emosional adalah tergolong adaptif. Hal ini menunjukkan adanya penurunan kecemasan setelah pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa skor rata-rata kecemasan mengalami perubahan sebelum dan sesudah diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif .

Hasil uji bivariat pada tabel.5.13 menunjukkan penurunan skor kecemasan sebanyak 13.94 (68.87%), yang berarti perubahan skor adalah bermakna dengan nilai Sig = 0.000 (sig < 0.05). Hasil ini menjelaskan ada pengaruh terhadap skor kecemasan orangtua dengan anak hospitalisasi sesudah diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif di RSUD. Dr. R. Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur.

Menurut Lee,J.E dkk (2012) bahwa terapi relaksasi otot progresif akan memberikan efek relaksasi yang dapat mengurangi kecemasan, serta meningkatkan status fisik dan psikologis dari pasien, dan *Center for clinical intervention* (2008) menjelaskan apabila terjadi kecemasan dapat menimbulkan beberapa sensasi serta perubahan fisik, meliputi peningkatan aliran darah menuju otot, ketegangan otot, mempercepat atau memperlambat pernapasan, meningkatkan denyut jantung serta menurunkan fungsi digestif. Kecemasan sebagai akibat dari ketidak mampuan seseorang melakukan adaptasi terhadap situasi kehidupan, sehingga kondisi ini akan melibatkan sistem saraf otonom dalam tubuh, dimana sistem pada saraf otonom tubuh manusia terdiri dari saraf simpatis dan parasimpatis. Fungsi sistem saraf

otonom ini secara tidak sadar akan berespon terhadap kecemasan yang dialami oleh individu yang akan menyebabkan terjadinya perubahan fisiologis seperti perubahan tanda-tanda vital (Seyle, 1956; Videbeck, 2008).

Terapi Relaksasi Otot Progresif adalah satu dari teknik relaksasi yang bisa dilakukan sebagai manajemen stres, dimana kondisi stress seseorang dapat mempengaruhi tingkat kecemasannya. Menurut Ramdani & Putra (2009), relaksasi seringkali digunakan untuk menjelaskan suatu bentuk aktivitas yang menyenangkan, dimana relaksasi dapat menghasilkan sensasi perasaan yang menyenangkan, selain mengurangi ketegangan, terutama ketegangan psikologis dalam kaitannya dengan masalah kehidupan, masalah ini sesuai dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan peneliti, bahwa pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif dapat menurunkan tingkat kecemasan responden secara signifikan dengan kategori dari tingkat kecemasan sedang ke tingkat tidak kecemasan sebanyak 17 responden (34%), tingkat kecemasan sedang ke tingkat kecemasan ringan sebanyak 15 responden (30%). Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif dapat menurunkan skor kecemasan responden secara signifikan dengan penurunan skor kecemasan sebesar 68.87%. Perubahan skor tersebut adalah bermakna secara statistik dengan nilai sig = 0.000 (sig < 0.05).

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan peneliti membuktikan bahwa pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif dapat diberikan terhadap kecemasan orangtua anak yang menjalani hospitalisasi, dan setelah menjalani terapi maka responden mempunyai kemampuan tentang teknik relaksasi dalam mengatasi kecemasannya, dengan latihan yang dilakukan dapat memperkuat coping adaptif bagi individu.

6.2 Pengaruh Terapi Suportif terhadap Kecemasan Orangtua dengan Anak Hospitalisasi

Berdasarkan hasil penelitian setelah pelaksanaan Terapi Suportif yang dilakukan selama 3 minggu sebanyak 4 sesi, terdapat hasil adanya penurunan tingkat kecemasan pada orang tua dengan anak yang menjalani hospitalisasi yang dijadikan sebagai responden dalam penelitian ini. Penurunan tingkat kecemasan dari responden tersebut ditandai dengan adanya perubahan dari gejala sikap/perilaku, kondisi fisik, kognitif, emosi, dan motivasi yang dirasakan responden.

Hasil dari uji analisis univariat pada tabel.5.6 menunjukkan skor kecemasan responden sebelum pemberian Terapi Suportif dengan skor minimal 10 dan skor maksimal 39. Nilai rata-rata skor kecemasan sebelum diberikan Terapi Suportif adalah 20.22 dan setelah diberikan Terapi Suportif menjadi 10.44. Dalam kategori tingkat kecemasan, bahwa skor kecemasan tersebut adalah rentang kecemasan sedang sampai ringan, dimana pada kecemasan sedang terdapat gejala fisiologis pada responden seperti meningkatnya tekanan darah, denyut nadi cepat, ketegangan otot, menurunnya nafsu makan, sulit tidur, wajah pucat dan berkeringat. Gejala kognitif yang timbul adalah kurangnya perhatian, terlambat memberi respon pada orang lain, kurang konsentrasi, kadang –kadang sering lupa. Sedangkan gejala perilaku yang timbul adalah gelisah, merasa lebih tenang apabila ada oranglain/keluarga yang menemani, tidak semangat dalam bekerja, dan gejala emosional yang timbul adalah menjadi lebih emosional dan kurang sabar.

Setelah diberikan Terapi Suportif terdapat perubahan skor kecemasan yaitu skor minimal menjadi 7 dan skor maksimal menjadi 19, yaitu dalam rentang kecemasan sedang ke rentang kecemasan ringan. Walaupun rentang kecemasan masih pada rentang kecemasan yang sama, tetapi jumlah skor

kecemasan sudah banyak perubahan. Pada kecemasan ringan ini, gejala-gejala fisiologis, kognitif, perilaku dan emosional adalah tergolong adaptif.

Hal ini menunjukkan adanya penurunan kecemasan setelah pemberian Terapi Suportif. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa skor rata-rata kecemasan mengalami penurunan sebelum dan sesudah diberikan Terapi *Suportif*. Sedangkan pada hasil uji bivariat pada tabel.5.14 menunjukkan penurunan skor kecemasan sebanyak 9.78, yang berarti perubahan skor adalah bermakna dengan nilai Sig = 0.000 (sig < 0.05). Hal ini berarti ada pengaruh terhadap kecemasan orangtua dengan anak hospitalisasi sebelum dan sesudah diberikan Terapi Suportif di RSUD. Dr. R. Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur.

Pemberian Terapi Suportif terhadap keluarga diharapkan adanya peningkatan kemampuan keluarga dalam mengelola beban dan kecemasan dimana keluarga dapat kesempatan membahas masalah yang dihadapi dan dapat bertukar pengalaman dengan keluarga yang lain. Bertukar pengalaman dalam mengelola beban dan kecemasan selama merawat anak selama hospitalisasi dapat menjadi sumber dukungan sosial bagi masing-masing anggota dalam kelompok, sehingga diharapkan beban serta kecemasan dapat berkurang. Pemberian dukungan sosial dapat diberikan oleh anggota keluarga lainnya ataupun melalui bantuan tenaga profesional, misalnya dengan seorang perawat profesional atau perawat jiwa sebagai terapis (Videbeck, 2008).

Pemberian Terapi Suportif terhadap keluarga memiliki beberapa tujuan diantaranya dapat menghindarkan seseorang dari perasaan menarik diri, memberikan dukungan emosional, dan mendorong strategi koping yang sehat dan adaptif untuk menangani kehidupan yang penuh dengan stres. Melalui kegiatan saling berbagi cerita dan perasaan yang mereka alami membuat

anggota kelompok belajar bahwa mereka tidak sendirian sehingga dapat saling membantu satu sama lain untuk mengatasi perasaan frustrasi, kesepian, dan putus asa (Xu & Filler,2008).

Pemberian Terapi Suportif keluarga dapat meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengelola kecemasan, dimana keluarga dapat membahas masalah yang dihadapi selama anak menjalani perawatan, sehingga memperoleh dukungan dari anggota keluarga lainnya dalam mengatasi kecemasannya. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan peneliti, bahwa pemberian Terapi Suportif dapat menurunkan kecemasan responden penurunan adalah 48.37%. Perubahan skor tersebut adalah bermakna secara statistik dengan nilai sig = 0.000 (sig < 0.05). Hal ini membuktikan bahwa pemberian Terapi Suportif dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan orangtua anak yang menjalani hospitalisasi, karena dengan pemberian Terapi Suportif dapat meningkatkan kekuatan bagi responden dalam menghadapi masalah anak yang menjalani hospitalisasi, mempunyai ketrampilan koping, serta kemampuan responden menggunakan sumber kopingnya.

6.3 Perbedaan Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Suportif Terhadap Kecemasan Orangtua dengan Anak Hospitalisasi

Berdasarkan uji analisis untuk mengetahui adanya perbedaan rata-rata dua sampel bebas yaitu pada Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Suportif terhadap tingkat kecemasan orangtua dengan anak hospitalisasi di RSUD Dr. R. Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur, bahwa dijelaskan pada tabel.5.15 hasil analisis menunjukkan rata-rata skor posttest kelompok Terapi Relaksasi Otot Progresif memiliki nilai rata-rata lebih rendah yaitu 6.30 dibandingkan Terapi Suportif yaitu 10.44 dengan selisih rata-rata kedua terapi adalah |4.14|. Selisih tersebut adalah bermakna dengan perolehan Nilai *Sig.*

(2-tailed) $0.000 < \text{nilai } \alpha = 0.05$. Hal ini bisa disimpulkan bahwa ada perbedaan yang *signifikan* pada pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif dibandingkan dengan pemberian Terapi Suportif terhadap kecemasan pada orangtua dengan anak yang menjalani Hospitalisasi di RSUD. Dr. R. Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti merupakan penelitian untuk melihat pengaruh yang lebih baik antara dua terapi yang digunakan terhadap pasangan orangtua sebagai responden. Jumlah antara responden laki-laki dan perempuan adalah sama yaitu responden laki-laki sebanyak 50 orang, dan responden perempuan sebanyak 50 orang. Sehingga selain adanya efek terapi yang berpengaruh terhadap penurunan skor kecemasan, peneliti juga ingin mengetahui apakah ada perbedaan penurunan skor kecemasan berdasarkan jenis kelamin.

Hasil analisis tentang perbedaan skor kecemasan berdasarkan jenis kelamin diketahui bahwa pada kelompok Terapi Relaksasi Otot Progresif selisih rata-rata skor *posttest* antara laki-laki dan perempuan dengan skor 1.572 yang secara statistik adalah tidak bermakna ($\text{sig} = 0.123$). Hasil ini menyatakan tidak ada perbedaan penurunan skor kecemasan berdasarkan jenis kelamin pada kelompok Terapi Relaksasi Otot Progresif. Sedangkan pada responden yang diberikan Terapi Suportif didapatkan selisih rata-rata skor *posttest* antara laki-laki dan perempuan dengan skor 0.625 yang secara statistik adalah tidak bermakna ($\text{sig} = 0.535$). Hasil ini menyatakan tidak ada perbedaan penurunan skor kecemasan berdasarkan jenis kelamin pada kelompok Terapi Suportif. Berdasarkan hasil analisis tersebut maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa orangtua dengan anak yang menjalani hospitalisasi mengalami skor kecemasan yang sama antara laki-laki dan perempuan dan sangat mempengaruhi psikologis dari kedua orangtua anak.

Perasaan cemas, takut, rasa tidak percaya, penolakan, marah, rasa bersalah, frustrasi. merupakan respon yang umum dirasakan orangtua pada saat anak mengalami masalah kesehatan yang mengharuskan anak menjalani hospitalisasi. (Apriany,D, 2013). Sehingga secara psikologis akan berdampak juga terhadap anak yang selalu didampingi orangtua selama masa perawatan, karena orangtua adalah sistem pendukung utama bagi anak yang menjalani hospitalisasi.

Anak yang menjalani hospitalisasi lebih mempengaruhi kecemasan orangtua, disebabkan karena kemampuan coping anak tidak sama dengan coping orang dewasa saat menjalani hospitalisasi. Akibat stress hospitalisasi ini menyebabkan anak rewel, berontak dan menolak tindakan, serta sulit beradaptasi terhadap lingkungan Hockenbery.M.J & Wilson D, Wong,S (2009). Situasi ini menyebabkan kondisi orangtua baik secara fisik maupun psikologis lebih berat. Respon akibat kecemasan pada orangtua berbeda-beda, tergantung dari kemampuan orangtua melakukan coping terhadap stresornya, yang akan mempengaruhi juga kecemasan yang dialami. Brown, Synder & Lindquist (2002) menjelaskan bahwa respon terhadap stres merupakan bagian dari jalur umpan balik yang tertutup antara otot-otot dan pikiran. Penilaian terhadap stressor mengakibatkan ketegangan otot yang mengirimkan stimulus ke otak dan membuat jalur umpan balik.

Adanya respon tubuh terhadap stressor mengakibatkan ketegangan otot yang mengirimkan stimulus ke otak dan membuat jalur umpan balik. Hal ini menyebabkan tubuh membutuhkan relaksasi sebagai salah satu coping yang dapat digunakan dalam mengatasi stressor. *Exercise relaxation* adalah salah satu dari teknik pengelolaan diri berdasarkan pola kerja dari *system saraf simpatis dan parasimpatis*. Salah satu teknik relaksasi sebagai mekanisme coping yang dapat digunakan adalah Terapi Relaksasi Otot

Progresif, yang merupakan salah satu manajemen stres untuk menurunkan kecemasan. Wong, *et. al* (2009) menjelaskan bahwa salah satu mekanisme koping yang digunakan seseorang adalah dengan perilaku mengatasi masalah (*Approach behavior*).

Berdasarkan hasil analisa multivariat yaitu analisa regresi *dummy* bahwa variabel *dummy* PMR memiliki signifikansi $0.000 < 0.05$. Hasil ini menunjukkan ada pengaruh yang *signifikan* dari pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif dibandingkan pemberian *Terapi Suportif*. Nilai koefisien regresi yang diperoleh adalah -4.231 yang memiliki arti bahwa pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif menurunkan skor kecemasan responden sebesar 4.231 dibandingkan pemberian Terapi Suportif dengan selisih perbedaan pengaruh sebesar 39.65%. Hal ini menunjukkan hasil penelitian Terapi Relaksasi Otot Progresif berpengaruh lebih baik daripada Terapi Suportif dalam menurunkan kecemasan orangtua dengan anak yang menjalani hospitalisasi di RSUD. Dr. R. Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur.

Hasil penelitian yang sudah dilaksanakan oleh peneliti menjelaskan bahwa orangtua sebagai responden dengan anak yang menjalani hospitalisasi, mengalami kecemasan dan merasakan banyak keluhan fisik seperti ketegangan otot, merasa pusing, nyeri/sakit anggota badan, susah tidur, tidak dapat tidur nyenyak, masalah emosi seperti mudah marah, kurang sabar, pikiran tidak tenang, perasaan sedih, gelisah, kurangnya kemampuan berfikir. Setelah diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif sebagian besar dari keluhan fisik, psikologis dan emosi responden dapat teratasi, dan menunjukkan perubahan terhadap kecemasan.

Masalah ini sesuai dengan beberapa poin pertanyaan pada kuisioner tingkat kecemasan yang digunakan sebagai alat penelitian oleh peneliti menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale/HARS*. Pemberian Terapi

Relaksasi Otot Progresif mempunyai dampak secara langsung terhadap tanda dan gejala fisik dan psikologis yang diakibatkan oleh kecemasan, sehingga terjadi penurunan skor kecemasan responden. Hasil dari penelitian ini membuktikan bahwa pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif sangat membantu masalah kecemasan dan masalah gangguan fisik serta psikologis yang dihadapi orangtua pada saat anak menjalani hospitalisasi.

Dalam mengatasi masalah kecemasan orangtua/keluarga atau pasien yang menjalani hospitalisasi adalah salah satu peran perawat sebagai sistem pendukung keluarga dan pasien di Rumah Sakit. Intervensi keperawatan tidak hanya memberikan asuhan keperawatan terhadap pasien, tetapi juga harus mampu memberikan asuhan keperawatan terhadap keluarga. Wright, M.C. (2008) mengatakan bahwa perawat dalam melakukan intervensi keperawatannya meliputi tindakan terapeutik pada konteks hubungan antara perawat dengan klien yang berdampak pada individu dan keluarga, dimana intervensi tersebut untuk mempengaruhi perubahan klien dan keluarga, namun keefektifan dipengaruhi oleh kesesuaian intervensi yang dilakukan dengan struktur fisiobiologis spiritual dari klien dan keluarga.

Terapi Suportif adalah bentuk dari salah satu psikoterapi, dan dapat digunakan sebagai terapi kelompok untuk meningkatkan kemampuan keluarga/*caregiver* menggunakan sistem pendukung dalam mengatasi masalah psikososial stres, kecemasan sebagai dampak merawat anak yang menjalani perawatan. Seorang individu dapat merasakan kehadiran teman atau *significant other* mampu menciptakan adanya perasaan cinta, perilaku dan adanya nilai *caring*, serta memberikan dukungan, sehingga individu akan dapat merasakan manfaat langsung dari pemberian praktek dukungan secara kelompok (Norbeck, 1981; Tsai & Wang, 2009).

Sesuai dengan tujuan dari pelaksanaan Terapi Suportif agar terbentuknya hubungan terapeutik yang bermanfaat untuk meningkatkan kekuatan bagi klien, ketrampilan koping, serta kemampuan klien menggunakan sumber *koping*, dapat meningkatkan otonomi dalam pengambilan keputusan, serta kemampuan klien meningkat dalam mencapai suatu kemandirian yang lebih optimal, dan mampu mengurangi *distress subyektif* dan respon *koping maladaptive* (Stuart & Laraia, 2008). Koping adalah salah satu usaha yang dapat dilakukan individu dalam mengatasi stress yang dihadapi (Stuart & Laraia, 2008; Stuart, 2009)

Penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan Terapi Suportif terhadap 25 pasang orangtua sebagai responden (25 laki-laki, 25 wanita), mendapatkan hasil adanya penurunan skor kecemasan. Peneliti dalam memberikan Terapi Suportif terhadap orangtua anak yang menjalani hospitalisasi membuat beberapa kelompok secara bertahap. Penerapan Terapi Suportif secara berkelompok ini sesuai dengan penggunaan Terapi Suportif yang banyak diterapkan pada beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian yang pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya menunjukkan manfaat dan hasil yang memuaskan setelah diberikan Terapi Suportif terhadap *caregiver dan* orangtua. Salah satunya penelitian oleh Hudson, Reece, Cameron & Matthews (2009) terhadap orangtua anak yang mempunyai kebutuhan khusus menunjukkan hasil bahwa orangtua yang diberikan Terapi Suportif menunjukkan adanya penurunan tingkat stress dan kecemasan, dimana responden merasa lebih percaya diri dalam menjalani perannya sebagai orangtua, sehingga dapat membantu anak mempunyai perilaku yang lebih baik. Penelitian lain yang dilakukan oleh Dewi E.I (2011) menunjukkan adanya penurunan terhadap beban dan kecemasan keluarga dalam merawat anak Tunagrahita setelah menjalani Terapi Suportif.

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan dua jenis terapi terhadap responden yang berbeda, telah menunjukkan hasil bahwa terdapat penurunan yang signifikan terhadap tingkat kecemasan responden setelah menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif. Supriati (2010) menjelaskan bahwa Terapi Relaksasi Otot Progresif adalah salah satu teknik sistematis yang dapat digunakan untuk mendapatkan kondisi relaksasi, dan dikembangkan oleh Edmund Jacobson.

Dalam pelaksanaannya Terapi Relaksasi Otot Progresif dapat digunakan sebagai salah satu terapi pilihan pada pasien, klien atau individu yang tidak hanya mengalami kecemasan dengan manifestasi adanya ketegangan otot, nyeri, insomnia, kelelahan, masalah emosional, pusing, peningkatan tekanan darah bahkan untuk memenuhi kebutuhan oksigen sesuai dengan tujuan terapi dan diterapkan pada pasien/klien secara individu. Pada penelitian-penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, dan menurut modul terapi keperawatan jiwa/terapi spesialis yang telah ditetapkan oleh UI mengelompokkan bahwa Terapi Relaksasi Otot Progresif adalah jenis terapi individu. Sedangkan dalam penelitian ini peneliti mencoba menerapkan terapi ini secara berkelompok, dan hasil penelitian ini membuktikan bahwa Terapi Relaksasi Otot Progresif selain digunakan secara individu, menunjukkan hasil yang sangat memuaskan bila diterapkan secara berkelompok.

Townsend (2008) menyatakan bahwa Terapi Suportif juga berperan dalam mendidik keluarga agar dapat beradaptasi terhadap stres emosional yang terjadi dalam kehidupan. Kecemasan merupakan masalah yang terjadi akibat emosional yang muncul sebagai akibat stress karena anak yang menjalani hospitalisasi. Penelitian-penelitian sebelumnya membuktikan bahwa Terapi Suportif selain dapat menurunkan tingkat kecemasan, terapi ini juga dapat meningkatkan koping, kognitif, psikomotor klien dan keluarga.

Hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti membuktikan bahwa Terapi Suportif sebagai terapi kelompok bisa menurunkan tingkat kecemasan orangtua dengan anak yang menjalani hospitalisasi. Penerapan terapi melalui pendekatan kelompok dapat dilakukan dengan cara melibatkan keluarga yang dikenal dengan terapi suportif keluarga. Terapi Suportif keluarga dapat diartikan sebagai bentuk terapi kelompok yang mengikutsertakan klien dan anggota keluarga sehingga dapat mengidentifikasi kondisi emosional dan permasalahan yang dialami oleh masing-masing anggota keluarga (Xu & Filler, 2008). Sesuai dengan tujuan dari pemberian terapi ini adalah untuk meningkatkan kekuatan bagi klien, ketrampilan koping, serta kemampuan klien menggunakan sumber *koping*, dapat meningkatkan otonomi dalam pengambilan keputusan, serta kemampuan klien meningkat dalam mencapai suatu kemandirian yang lebih optimal, dan mampu mengurangi *distress subyektif* dan respon *koping maladaptive* (Stuart & Laraia, 2008).

6.4 Keterbatasan Penelitian

- 6.4.1 Peneliti menyadari adanya keterbatasan dalam penelitian ini yaitu kesulitan mengumpulkan responden sebagai pasangan orangtua dalam melakukan intervensi sehingga membutuhkan waktu lebih lama.
- 6.4.2 Banyak responden yang pulang atas permintaan sendiri karena keterbatasan biaya sebelum terapi selesai dilaksanakan atau sebelum *posstest*, sehingga responden dianggap gugur dan peneliti harus mengganti dengan pasangan responden lain.
- 6.4.3 Pelaksanaan terapi harus dilaksanakan secara terpisah terhadap pasangan orangtua disebabkan anak harus didampingi salah satu

orangtuanya, sehingga membutuhkan banyak waktu pada pelaksanaan terapi.

- 6.4.4 Keterbatasan pada jadwal pelaksanaan disebabkan kendala anak rewel, anak tidak ada yang menjaga atau ada tindakan medis yang membutuhkan orangtua sebagai pendamping, sehingga merubah jadwal yang telah ditetapkan.

6.5 Implikasi Hasil Penelitian

6.5.1 Implikasi Keperawatan

Terapi Relaksasi Otot Progresif sebagai terapi individu dalam pelaksanaannya bahwa responden lebih bersemangat dan dapat merasakan efek langsung dari masalah yang ditimbulkan akibat kecemasan, dan manifestasi ketegangan otot. Penilaian terhadap stressor mengakibatkan ketegangan otot yang mengirimkan stimulus ke otak dan membuat jalur umpan balik. Ketegangan otot merupakan salah satu tanda akibat stress dan kecemasan. Latihan melakukan relaksasi adalah satu dari beberapa teknik dalam pengelolaan diri seseorang, dan berdasarkan pada cara kerja *system saraf simpatis dan system parasimpatis*.

Terapi Suportif sebagai terapi kelompok merupakan salah satu jenis intervensi keperawatan yang dapat digunakan perawat agar kemampuan koping secara adaptif dapat ditingkatkan dalam mengatasi masalah serta dapat meningkatkan harga diri, dan kemampuan dalam pemecahan masalah sehingga dapat membantu menurunkan kecemasan pasien dan keluarganya. Dengan bertukar pengalaman, mendapatkan kesempatan mengungkapkan permasalahan bagi setiap anggota dalam menghadapi anak yang menjalani hospitalisasi, menjadikan sumber dukungan sosial bagi

masing-masing anggota dalam kelompok, sehingga diharapkan beban psikososial dan kecemasan dapat teratasi.

Dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan di masyarakat, kepuasan masyarakat dalam menerima pelayanan dan asuhan keperawatan merupakan salah satu indikator kualitas dari Rumah Sakit dan pelayanan kesehatan pada umumnya. Sebagai tenaga kesehatan yang professional, perawat dalam memberikan asuhan keperawatan tidak hanya mampu memberikan tindakan keperawatan terhadap pasien, tetapi mampu memberikan asuhan keperawatan terhadap orangtua atau keluarga pasien. Perawat dalam menjalani praktek keperawatan harus terus mencari informasi baru, serta mampu menemukan teknik/cara dalam mengatasi permasalahan di bidang kesehatan khususnya dalam memberi asuhan keperawatan, karena perawat adalah salah satu sistem pendukung bagi pasien dan keluarganya.

6.5.2 Implikasi Pendidikan Keperawatan

Terapi Relaksasi Otot Progresif sebagai terapi individu dan Terapi Suportif dalam penatalaksanaannya sama-sama memberikan pengaruh terhadap penurunan kecemasan, berdasarkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dari pengembangan pemberian psikoterapi antara Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Suportif yang diterapkan pada orangtua dengan anak yang menjalani hospitalisasi.