

**PERBEDAAN PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DAN TERAPI SUPORTIF TERHADAP KECEMASAN
ORANGTUA DENGAN ANAK HOSPITALISASI
DI RSUD.Dr.R.SOEDJONO SELONG
KABUPATEN LOMBOK TIMUR**

TESIS

**Untuk memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Magister Keperawatan**



**Oleh
FARIDA MAEMUNAH MARTININGSIH
NIM.156070300111011**

**PROGRAM MAGISTER KEPERAWATAN
PEMINATAN JIWA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS BRAWIJAYA
MALANG
2018**

TESIS

**PERBEDAAN PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
DAN TERAPI SUPORTIF TERHADAP KECEMASAN
ORANGTUA DENGAN ANAK HOSPITALISASI
DI RSUD.Dr.R.SOEDJONO SELONG
KABUPATEN LOMBOK TIMUR**

Oleh :
Farida Maemunah Martiningsih
156070300111011

Dipertahankan didepan penguji
Pada tanggal : 23 Januari 2018
Dan dinyatakan memenuhi syarat

Menyetujui
Komisi Pembimbing

Ketua

Anggota



Dr. dr. Retty Ratnawati, M.Sc
NIP. 195502011985032001

Dr. Asti Melani Astari, S.Kp, M.Kep, Sp.Mat
NIP. 197705262002122002

Komisi Penguji

Ketua

Anggota



Dr. Titin Andri Wihastuti, S.Kp, M.Kes
NIP. 197702262003122001

Dr.dr. Nurdiana, M.Kes
NIP. 195510151986032001

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Brawijaya



Dr. dr. Sri Anganni, M.Kes
NIP. 195804141987012001

PERNYATAAN ORISINALITAS TESIS

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, di dalam Naskah TESIS ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di kutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah TESIS ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur PLAGIASI, saya bersedia tesis ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (MAGISTER) dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku. (UU No. 20 Tahun 2003, Pasal 25 Ayat 2 dan pasal 70)

Malang, 23 Januari 2018

Mahasiswa,



Nama : Farida Maemunah Martiningsih

NIM : 156070300111011

PS : Magister Keperawatan

Prog : Pascasarjana

Fak : Kedokteran UB

IDENTITAS TIM PENGUJI TESIS

JUDUL TESIS :

Perbedaan Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Suportif Terhadap Kecemasan Orangtua dengan Anak Hospitalisasi di RSUD.Dr.R.Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur

Nama Mahasiswa : Farida Maemunah Martiningsih

NIM : 156070300111011

Program Studi : Magister Keperawatan

Peminatan : Keperawatan Jiwa

KOMISI PEMBIMBING

Ketua : Dr.dr.Retty Ratnawati, M.Sc

Anggota : Dr. Asti Melani Astari, S.Kep, M.Kep, Sp.Mat

TIM DOSEN PENGUJI

Dosen Penguji I : Dr.Titin Andri Wihastuti, S.Kp.M.Kes

Dosen Penguji II : Dr.dr. Nurdiana. M.Kes

Tanggal Ujian : 23 Januari 2018

*Segala Dukungan, Semangat serta Motivasi yg diberikan bunda,
suami, dan anak-anakqoe tercinta membuat segala bentuk rintangan
selama ini tidaklah berarti....*

*Puji syukur kepadaMU Ya Allah telah memberikan aku keluarga
yg penuh kasih sayang...Trimakasih banyak atas cinta bunda, cinta suami
dan anak-anakqoe selama ini...semoga ilmu ini dapat bermanfaat
bagi keluarga dan sesama...amin 3x YRA*

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Perbedaan Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Suportif Terhadap Tingkat Kecemasan Orangtua dengan Anak Hospitalisasi di RSUD.Dr.R.Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur” dengan baik.

Penulis dapat menyelesaikan tesis ini tidak lepas dari dukungan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, tenaga, semangat dan sumbangan pemikiran, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof.Dr.Ir. Mohammad Bisri, MS selaku Rektor Universitas Brawijaya
2. Dr.dr. Sri Andarini, M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya
3. Dr.Titin Andri Wihastuti, S.Kp, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya dan selaku penguji.I yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penyelesaian tesis ini.
4. Dr.dr. Retty Ratnawati, M.Sc selaku pembimbing .I yang telah memberikan bimbingan serta arahan dengan penuh kesabaran dan kebijaksanaan dalam penyelesaian tesis ini
5. Dr. Asti Melani Astari, S.Kep, M.kep, Sp.Mat selaku pembimbing.II yang penuh kesabaran dan kebijaksanaan dalam memberikan arahan dan bimbingan dalam penyelesaian tesis ini.
6. Dr.dr. Nurdiana, M.Kes selaku penguji.II yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penyelesaian tesis ini.

7. dr.H. Karsito, Sp.Pd sebagai Direktur RSUD.Dr.R.Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur yang telah memberikan kesempatan dan membantu proses penyelesaian tesis ini.
8. Semua pihak yang telah memberi semangat dalam menyelesaikan tesis ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis menerima masukan dari semua pihak baik berupa kritik maupun saran yang berguna untuk pengembangan tesis selanjutnya. Akhir kata penulis menyampaikan semoga tesis ini dapat berguna dan bermanfaat bagi berbagai pihak serta peningkatan bagi pelayanan profesi perawat yang berkualitas dan profesional.

Malang, Januari, 2018

Penulis

RINGKASAN

Farida Maemunah Martiningsih, NIM.156070300111011. Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya, Malang, Januari 2018. Perbedaan Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Suportif Terhadap Kecemasan Orangtua dengan Anak Hospitalisasi di RSUD.Dr.R.Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur. Komisi Pembimbing Ketua: Dr.dr. Retty Ratnawaty, M.Sc, Anggota: Dr.Asty Melani Astari, S.Kp, M.kep, Sp.Mat

Pada dasarnya hampir semua orang tidak ingin mengalami hospitalisasi karena harus tinggal dan menjalani tindakan perawatan di Rumah Sakit. Bagi anak-anak hospitalisasi menjadi sangat tidak menyenangkan terlebih saat anak harus menjalani beberapa prosedur tindakan dan pemeriksaan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di RSUD.Dr.R.Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur, bahwa jumlah anak yang menjalani hospitalisasi tahun 2016 adalah sebanyak 2410 anak. Hospitalisasi tidak hanya berdampak terhadap anak tetapi akan berdampak juga bagi orangtua, dimana hal ini tentunya menimbulkan rasa cemas dan stres bagi para orangtua, masalah ini biasanya ditandai adanya ketegangan otot, sakit kepala, susah tidur, bahkan tidak dapat mengambil keputusan dengan baik.

Orangtua pada saat anak menjalani hospitalisasi seringkali mengalami kecemasan akibat stress. Masalah kecemasan pada orangtua apabila tidak mempunyai mekanisme koping yang baik, dapat menjadi kecemasan berat atau panik. Masalah ini dapat menambah stressor bagi anak yang sedang membutuhkan dukungan kedua orangtuanya. Sehingga dalam kondisi ini orangtua sangat membutuhkan dukungan secara emosi dan sosial tidak hanya dari keluarga atau kerabat, tetapi membutuhkan dukungan dari lingkungannya. Dalam melakukan intervensi keperawatan menggunakan psikoterapi, masalah psikososial seperti kecemasan dan depresi ini dapat diatasi dengan menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi *Suportif*.

Terapi Relaksasi Otot Progresif ini disebut sebagai bentuk ketrampilan koping aktif, karena terapi ini dapat diterapkan langsung pada situasi yang dapat menimbulkan kecemasan. Diharapkan dengan menggunakan terapi ini masalah yang timbul pada gejala fisik dan psikologis orangtua akibat kecemasan dapat teratasi. Bentuk terapi yang efektif untuk mengatasi masalah kecemasan orangtua yang mempengaruhi respon psikomotor, perilaku, dan sosial adalah dengan menggunakan Terapi *Suportif*, agar kemampuan koping individu, berkaitan dengan kemampuan *problem solving* dan mempersepsikan sesuatu, yang berfokus pada aspek kognitifnya dapat menjadi lebih baik dalam mengatasi masalah kecemasannya.

Berdasarkan kemampuan dan kelebihan dari masing-masing jenis psikoterapi ini dalam mengatasi masalah psikososial seperti kecemasan, dan berdasarkan keberhasilan penelitian yang telah dilakukan oleh para peneliti sebelumnya tentang keefektifan dari Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi *Suportif* dalam mengatasi masalah kecemasan, maka peneliti ingin menggunakan kedua jenis terapi ini dalam mengatasi masalah kecemasan orangtua di lokasi penelitian. Tujuan umum dari penelitian ini adalah menganalisis perbedaan pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi *Suportif* terhadap kecemasan orangtua dengan anak hospitalisasi di RSUD.Dr.R.Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian *Quasi experimental pre post test* dengan jumlah responden 25 pasang orangtua masing-masing kelompok yang memenuhi syarat inklusi, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengambilan data menggunakan kuisioner kecemasan menurut *HARS*. Uji statistik pada penelitian ini menggunakan analisa univariat untuk menganalisis variabel secara diskriptif, analisa bivariat menggunakan *independent sample t-test*, *dependent sample t-test* dan uji chi square. Lokasi penelitian dilakukan di RSUD.Dr.R.Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur yang dilaksanakan pada bulan Agustus 2017- Oktober 2017. Hasil analisa data menunjukkan bahwa selisih penurunan skor dengan Terapi Relaksasi Otot Progresif mencapai 13,94 (nilai p uji t = 0,000). Sedangkan selisih penurunan skor dengan terapi

Terapi Suportif adalah 9,78 (nilai p uji t = 0,000). Dilihat dari skor posttest, Terapi Relaksasi Otot Progresif memiliki nilai lebih kecil (6,30) dari pada Terapi Suportif (10,44) dengan nilai p uji t = 0,000. Nilai koefisien regresi yang diperoleh adalah -4.231 yang memiliki arti bahwa pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif akan menurunkan skor kecemasan responden sebesar 4.231 dibandingkan pemberian Terapi Suportif, hal ini menunjukkan bahwa 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 ini dapat disimpulkan bahwa kedua kelompok terapi yaitu Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Suportif memiliki kemampuan dalam menurunkan kecemasan. dan hasil yang lebih baik adalah menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif. Perlu dikembangkan penelitian selanjutnya menggunakan modifikasi dari Terapi Relaksasi Otot Progresif dibandingkan Terapi Suportif pada kelompok lain, karena Terapi Relaksasi Otot Progresif selain digunakan secara individu efektif juga digunakan secara kelompok dengan hasil yang bermakna. Dalam meningkatkan mutu pelayanan terhadap masyarakat, diharapkan fasilitas pelayanan kesehatan baik Rumah Sakit Umum ataupun swasta perlu meningkatkan intervensi keperawatannya dengan memberikan pelayanan langsung tidak hanya terhadap pasien, tetapi juga memperhatikan pelayanan intervensi keperawatan terhadap orangtua/*caregivers* dengan menggunakan terapi spesialis seperti penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Suportif.

SUMMARY

Farida Maemunah Martiningsih, NIM.156070300111011. *Master of Nursing Program, Faculty of Medicine, Brawijaya University, Malang, December 2017. Differences Effect of Progressive Muscle Relaxation Therapy and Supportive Therapy on Parents Anxiety with Children Hospitalization at RSUD.Dr.R.Soedjono Selong East Lombok. Commission Chairman: Dr.dr. Retty Ratnawaty, M.Sc, Member: Dr.Asty Melani Astari, S.Kp, M.kep, Sp.Mat*

Basically almost everyone does not want to experience hospitalization because they have to stay and undergo treatment at the hospital. For hospitalization children it becomes very unpleasant especially when the child has to undergo some procedure of action and examination. Based on the results of preliminary studies conducted by researchers at RSUD.Dr.R.Soedjono Selong East Lombok regency, that the number of children who undergo hospitalization in 2016 is as many as 2410 children, Hospitalization is not only the impact on children but will also affect the parents, where this certainly cause anxiety and stress for the parents, this problem is usually characterized by muscle tension, headaches, insomnia, and even can not make decisions well.

Parents at the time of the child undergoing hospitalization often experience anxiety due to stress. Anxiety problems in a parent if they do not have good coping mechanisms can be severe anxiety or panic. This problem can add stressors to children in need of support from both parents. So in this condition parents really need emotional and social support not only from family or relatives, but need support from the environment. In conducting nursing interventions using psychotherapy, psychosocial problems such as anxiety and depression can be overcome by using Progressive Muscle Relaxation Therapy and Supportive Therapy.

This Progressive Muscle Relaxation Therapy is referred to as active coping skills, because this therapy can be applied directly to situations that can cause anxiety. Expected by using this therapy the problems that arise in the physical and psychological symptoms of the parents due to anxiety can be resolved. An effective form of therapy to overcome the problem of parental anxiety affects psychomotor, behavioral, and social responses is by using Supportive Therapy, in order for individual coping skills, related to problem solving skills and perceiving things, focusing on the cognitive aspect can be better in overcoming anxiety problems.

Based on the abilities and advantages of each type of psychotherapy is in overcoming psychosocial problems such as anxiety, and based on the success of research that has been done by previous researchers about the effectiveness of Progressive Muscle Relaxation Therapy and Supportive Therapy in dealing with anxiety problems, the researchers wanted to use both types this therapy in overcoming the problem of parental anxiety at the study site. The general purpose of this research is to analyze the difference of influence of Progressive Muscle Relaxation Therapy and Supportive Therapy on parenting anxiety with children of hospitalization in RSUD.Dr.R.Soedjono Selong, East Lombok regency.

This research used quantitative approach with Quasi experimental research method pre post test with 25 respondents parent pair of each group and eligible of clarification, with sapling taking using purposive sampling technique. Techniques of data collection using anxiety questionnaire according to HARS. The statistic test in this study used univariate analysis to analyze the variable descriptively, bivariate analysis using independent sample t-test, dependent sample t-test and chi square test. The research location was RSUD.Dr.R.Soedjono Selong, East Lombok regency on August to October 2017. The result of data analysis showed that the difference of score with Progressive Muscle Relaxation Therapy reached 13.94 (p value of t test = 0,000). While the difference in score reduction with Supportive therapy was 9.78 (p value of t test = 0.000). Judging from the posttest score, Progressive Muscle Relaxation Therapy had a smaller value (6.30) than Supportive Therapy (10.44) with a p value of t = 0,000. Regression coefficient value obtained was -4.231 which means that the provision of Progressive Muscle Relaxation Therapy would decrease the anxiety score of respondents of 4,231 than the

provision of Supportive Therapy. In other words Progressive Muscle Relaxation Therapy better than Supportive Therapy in reducing anxiety parents with children who underwent hospitalization in RSUD. Dr. R. Soedjono Selong, East Lombok regency.

The results of this study could be concluded that the two therapeutic groups namely Progressive Muscle Relaxation Therapy and Therapy Supportive had the ability to lower the anxiety. But the better result was using Progressive Muscle Relaxation Therapy. Further research was needed using modifications of Progressive Muscle Relaxation Therapy compared to Supportive Therapy in other groups, because Progressive Muscle Relaxation Therapy in addition to individual use can be used in groups with meaningful results. In order to improve the quality of service to the society, it was expected that the health service facilities of both public and private hospitals need to improve nursing intervention by providing direct services not only to patients but also to nursing care services to parents / caregivers by using specialist therapies such as the application of Progressive Muscle Relaxation Therapy and Supportive Therapy.