



**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI
KATARAK DI RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO
PURWOKERTO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**Disusun Oleh:
RENITA AMELIA
202303079**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2024



**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI
KATARAK DI RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO
PURWOKERTO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

**Disusun Oleh:
RENITA AMELIA
202303079**

PEMINATAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2024**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners adalah hasil karya saya sendiri dan
Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya
Nyatakan dengan benar

Nama : Renita Amelia

NIM : 202303079

Tanggal :

Tanda Tangan :



HALAMAN PERSETUJUAN

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI
KATARAK DI RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO
PURWOKERTO**

Telah disetujui dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Untuk diujikan pada tanggal

Pembimbing



(Irmawan Andri Nugroho, M.Kep)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi



(Wuri Utami, M.Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : Renita Amelia

NIM : 202303079

Program Studi : Profesi Ners Reg A

Judul KIA-N : ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI KATARAK DI RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO PURWOKERTO

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong

Penguji Satu



(Nur Indarwati, S.Kep., Ns)

Penguji Dua



(Irmawan Andri Nugroho, M.Kep)

Ditetapkan di : Gombong, Kebumen

Tanggal :

iv

Universitas Muhammadiyah Gombong

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini yang berjudul “ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI KATARAK DI RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO PURWOKERTO”.

Penulis menyadari bahwa penyusunan tugas akhir ini tidak dapat terlaksana dengan baik tanpa adanya bantuan dan kerja sama dari berbagai pihak. Maka dari itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Bapak Irmawan Andri Nugroho, M.Kep, selaku Dosen Pembimbing.
2. Ibu Nur Indarwati, S.Kep., Ns, selaku Dosen Penguji.
3. Ibu Wuri Utami, M.Kep, selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Keluarga saya yang telah mendukung saya untuk menyelesaikan studi kasus ini.
5. Seluruh teman-teman yang telah membantu menyumbangkan masukan, saran, serta kritik untuk kesempurnaan tugas akhir ini.
6. Responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam studi kasus ini.

Penulis juga menyadari bahwa tugas akhir ini masih terdapat kekurangan, untuk itu kritik dan saran yang mendukung sangat penulis harapkan. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi dunia kesehatan dan pendidikan

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Renita Amelia

NIM : 202303079

Program Studi : Profesi Ners

Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI
KATARAK DI RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO
PURWOKERTO**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Gombong, Kebumen

Pada Tanggal : Agustus 2024

Yang menyatakan



Renita Amelia

Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
KIAN, Agustus 2024
Renita Amelia¹⁾, Irmawan Andri Nugroho²⁾
Email : renitaamelia09@gmail.com

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI KATARAK DI
RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO PURWOKERTO

Latar belakang Katarak adalah kondisi degeneratif yang menyebabkan kekeruhan pada lensa mata dan penurunan penglihatan hingga kebutaan. Penanganannya adalah operasi, namun pasien sering mengalami kecemasan, terutama jika baru pertama kali menjalani operasi. Kecemasan adalah kondisi emosional dengan ketakutan yang tidak jelas dan tidak sesuai situasi. Teknik relaksasi otot progresif, yang melibatkan latihan peregangan dan relaksasi otot, dapat membantu mengurangi kecemasan dan membuat pasien lebih tenang sebelum operasi.

Tujuan umum Menggambarkan dan menjelaskan asuhan keperawatan ansietas pada pasien katarak yang akan menjalani operasi

Metode Karya akhir ini menggunakan metode studi kasus, yaitu investigasi mendalam terhadap situasi tertentu dengan kesimpulan yang terbatas pada situasi khusus.

Hasil asuhan keperawatan Inovasi keperawatan dilakukan untuk mengatasi kecemasan pada pasien katarak yang akan menjalani operasi dengan menerapkan relaksasi otot progresif. Sebelum relaksasi otot progresif diberikan, terdapat 4 pasien dengan kecemasan sedang dan 1 pasien dengan kecemasan ringan. Setelah menjalani relaksasi otot progresif, 4 pasien mengalami penurunan kecemasan menjadi ringan, dan 1 pasien tidak lagi merasa cemas

Kesimpulan Relaksasi otot progresif dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien katarak yang akan menjalani operasi

Rekomendasi Diharapkan rumah sakit dapat memperkenalkan kepada pasien melalui tenaga kesehatan tentang relaksasi otot progresif sebagai metode yang efektif untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien katarak, khususnya yang akan menjalani operasi

Kata kunci katarak, relaksasi otot progresif, kecemasan

¹⁾ Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

²⁾ Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Nursing Study Program of Professional Education
Faculty of Health Science
University Muhammadiyah Gombong
KIAN, August 2024
Renita Amelia¹⁾, Irmawan Andri Nugroho²⁾
Email : renitaamelia09@gmail.com

ABSTRACT

NURSING CARE FOR ANXIETY IN PRE-OPERATIVE CATARACT PATIENTS IN
SERUNI WARD AT Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO HOSPITAL PURWOKERTO

Background Cataracts are a degenerative condition that cause cloudiness in the eye lens and reduced vision, potentially leading to blindness. Treatment involves surgery, but patients often experience anxiety, especially if it's their first operation. Anxiety is an emotional condition characterized by vague and inappropriate fears. Progressive muscle relaxation, which involves stretching and relaxing specific muscle groups, can help reduce anxiety and make patients feel calmer before surgery.

Objective Describing and Explaining Nursing Care for Anxiety in Cataract Patients Undergoing Surgery.

Methods This final project uses a case study method, which is an in-depth investigation of a specific situation with conclusions limited to that particular context.

Nursing Care Outcomes Nursing innovation was implemented to address anxiety in cataract patients undergoing surgery by applying progressive muscle relaxation. Before the progressive muscle relaxation was given, there were 4 patients with moderate anxiety and 1 patient with mild anxiety. After undergoing progressive muscle relaxation, 4 patients experienced a reduction in anxiety to mild levels, and 1 patient no longer felt anxious.

Conclusion Progressive muscle relaxation can reduce anxiety levels in cataract patients undergoing surgery.

Recommendation It is hoped that hospitals can introduce progressive muscle relaxation to patients through healthcare providers as an effective method for reducing anxiety levels, particularly for cataract patients undergoing surgery.

Keywords cataract, anxiety, progressive muscle relaxation

¹⁾ Student of University Muhammadiyah Gombong

²⁾ Lecturer of University Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pernyataan Orisinalitas.....	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Kata Pengantar.....	v
Halaman pernyataan persetujuan publikasi tugas akhir	vi
Abstrak.....	vii
Abstract	viii
Daftar Isi.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Pustaka	7
B. Kerangka Konsep	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Desain karya tulis	27
B. Pengambilan subjek.....	27
C. Lokasi dan waktu pengambilan kasus	28
D. Definisi operasional.....	28
E. Instrumen	29
F. Langkah pengambilan data	29
G. Etika studi kasus.....	32
H. Analisa Data.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Profil Lahan Praktik	34
B. Ringkasan Asuhan Keperawatan.....	34
C. Ringkasan Hasil Inovasi Tindakan Keperawatan.....	51

D. Pembahasan	52
E. Keterbatasan Studi Kasus	62
BAB V PENUTUP	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu indera vital bagi manusia adalah mata, yang berperan sebagai indera penglihatan. Mata memungkinkan manusia untuk menerima informasi visual yang penting untuk melaksanakan berbagai aktivitas. Namun, berbagai masalah penglihatan sering terjadi, dari masalah yang ringan yang mengaburkan penglihatan hingga gangguan berat yang bisa mengakibatkan kehilangan kemampuan melihat sepenuhnya (Suparti & Purwanti, 2017).

Katarak adalah sebuah kondisi degeneratif yang ditandai oleh adanya kekeruhan pada lensa bola mata, yang mengakibatkan penurunan kemampuan penglihatan hingga sampai pada kebutaan. Kekeruhan ini disebabkan oleh reaksi biokimia yang mengakibatkan protein dalam lensa menggumpal. Katarak dapat terjadi sejak lahir (kongenital) atau lebih umumnya muncul sebagai bagian dari proses degeneratif yang terkait dengan penuaan, tetapi juga dapat disebabkan oleh trauma atau pengaruh dari penggunaan obat-obatan tertentu seperti steroid, klorpromazin, alupurinol, atau amiodaron (Sari et al., 2023). Komplikasi yang terkait dengan kondisi sistemik seperti diabetes mellitus atau masalah pada mata seperti glaukoma yang disertai dengan uveitis juga dapat mempercepat timbulnya katarak (Fadhilah et al., 2019).

Katarak, yang merupakan penyebab utama penurunan penglihatan di seluruh dunia, diperkirakan telah mengenai sekitar 17 juta orang pada saat ini, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 40 juta pada tahun 2020 (Antoro & Amatiria, 2018). Katarak menyebabkan sekitar 81% kasus kebutaan utama di Indonesia, dengan sekitar 1,3 juta penduduk Indonesia mengalami kebutaan yang berasal dari kondisi tersebut (Sari et al., 2023). Indonesia menempati peringkat kedua di seluruh dunia dalam hal jumlah penderita katarak yang tinggi, setelah Ethiopia. Data ini berasal dari pertemuan WHO yang membahas masalah katarak di Sydney, Australia, enam tahun yang lalu, seperti yang dilaporkan oleh CNN Indonesia pada tahun 2016 (Sumiasih et al., 2021). Menurut data Riskesdas tahun 2013 tentang kondisi kesehatan mata secara

nasional, prevalensi pterygium mencapai 8,3%, kekeruhan kornea mencapai 5,5%, dan katarak mencapai 1,8%. Provinsi Sulawesi Utara memiliki prevalensi katarak tertinggi sebesar 3,7%, sementara Provinsi DKI Jakarta memiliki prevalensi katarak terendah sebesar 0,9%. Sementara itu, prevalensi katarak di Provinsi Jawa Tengah mencapai 2,4% (Riskesdas, 2013) dalam (Sumiasih et al., 2021).

Penatalaksanaan dalam mengatasi katarak yaitu dengan cara operasi (pembedahan). Salah satu metode operasi yang sering digunakan untuk mengatasi katarak adalah dengan meninggalkan bagian posterior kapsul lensa, sehingga dikenal dengan istilah "ekstraksi katarak ekstrakapsular." Pada prosedur ini, penanaman lensa intraokular juga merupakan bagian integral dari tindakan operasi tersebut (Antoro & Amatiria, 2018). Salah satu kendala yang dialami oleh pasien katarak yang akan menjalani operasi adalah kecemasan. Kecemasan akan lebih dirasakan terhadap seseorang yang baru pertama kali akan menjalani operasi.

Kecemasan adalah suatu kondisi emosional di mana seseorang merasakan ketakutan yang tidak jelas dan tidak sesuai dengan situasi yang ada. Saat mengalami kecemasan, seseorang merasa tidak nyaman atau takut, mungkin tanpa alasan yang jelas, dan mungkin memiliki perasaan bahwa ada bahaya yang mengintai, meskipun mereka tidak memahami penyebab emosi yang mengancam tersebut. Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan kecemasan pada pasien sebelum menjalani operasi, seperti ketakutan terhadap rasa sakit, ketakutan akan kematian, kekhawatiran tentang ketidakpahaman terhadap penyakitnya, kecemasan terhadap kemungkinan deformitas, dan kekhawatiran terkait dengan citra tubuhnya yang mungkin terancam (Rihiantoro et al., 2019). Kecemasan bisa menyebabkan perubahan fisik dan psikologis pada seseorang, yang dapat mengaktifkan sistem saraf otonom simpatis. Hal ini dapat mengakibatkan peningkatan denyut jantung, tekanan darah yang lebih tinggi, pernapasan yang lebih cepat, serta secara umum, menurunkan tingkat energi pada pasien. Akibatnya, kecemasan dapat

merugikan individu tersebut baik secara fisik maupun psikologis (Liestyaningrum & Suhardiningsih, 2019).

Data yang berasal dari penelitian yang dilakukan di Kanada, Arab Saudi, dan Sri Lanka mengenai tingkat kecemasan sebelum operasi menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan preoperatif secara keseluruhan masing-masing adalah 89%, 55%, dan 76,7%. Sementara itu, penelitian yang dilakukan di Austria melaporkan bahwa tingkat kecemasan preoperatif secara keseluruhan adalah sebesar 45,3% di antara pasien bedah yang dirawat (Tamara, 2020) dalam (Fatubun et al., 2022). Di Indonesia, diperkirakan prevalensi kecemasan preoperatif berkisar antara 9% hingga 21% dari populasi umum (Handayani & Rahmayati, 2018).

Tindakan yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan pada pasien sebelum menjalani operasi katarak adalah dengan menerapkan teknik relaksasi otot progresif. Teknik relaksasi otot progresif membantu pasien untuk mencapai perasaan rileks dengan melakukan serangkaian latihan peregangan dan relaksasi pada sejumlah kelompok otot tertentu. Teknik ini dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan dan membuat pasien merasa lebih tenang sebelum operasi (Yuniati et al., 2020). Relaksasi otot progresif bisa dimanfaatkan untuk mengurangi kecemasan karena mampu meredam aktivitas saraf simpatis, yang kemudian dapat meredakan ketegangan yang dirasakan individu secara berbalik-balik (Rihiantoro et al., 2019). Latihan relaksasi otot melibatkan siklus ketegangan dan relaksasi yang diulang secara teratur dan konsisten sampai relaksasi merata di seluruh tubuh. Tujuannya adalah agar individu dapat membedakan antara sensasi ketegangan dan relaksasi dalam tubuh serta untuk mengajarkan mereka cara melakukan relaksasi secara mandiri (Alvionita et al., 2022).

Sebelumnya, telah dilakukan penelitian yang menerapkan teknik relaksasi otot progresif pada 3 responden dengan tujuan mengurangi tingkat kecemasan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya korelasi antara relaksasi otot progresif dan penurunan tingkat kecemasan pada pasien sebelum menjalani operasi. Dalam hal ini, dua dari tiga responden mengalami penurunan

tingkat kecemasan, di mana tingkat kecemasan dua responden tersebut berubah dari cemas sedang menjadi cemas ringan, sementara satu responden mengalami penurunan dari tingkat kecemasan yang berat menjadi cemas sedang. (Masdiana & Phonna, 2023).

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Berliyanti & Wardani (2023) juga mencakup studi kasus dengan menerapkan *evidence-base nursing* pada satu pasien lansia yang mengalami kecemasan. Dalam penelitian ini, langkah-langkah untuk mengatasi kecemasan melibatkan penggunaan teknik relaksasi otot progresif. Hasil dari penerapan terapi relaksasi otot progresif selama 7 hari berturut-turut menunjukkan adanya penurunan skor tingkat kecemasan pada pasien, yang dapat diartikan bahwa terapi relaksasi otot progresif memiliki efek positif terhadap tingkat kecemasan pada lansia. Mekanisme di balik terapi relaksasi otot progresif ini melibatkan penghambatan jalur yang menyebabkan kecemasan, dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis dan mengatur hipotalamus untuk mengurangi sinyal stresor hipotalamus, yang pada akhirnya meningkatkan sikap positif pasien (Berliyanti & Wardaningsih, 2023).

Penelitian serupa juga dilaksanakan oleh Liestyaningrum & Suhardiningsih (2019). Dalam penelitian tersebut, fokusnya adalah menginvestigasi dampak relaksasi otot progresif terhadap penurunan kecemasan pada pasien sebelum menjalani operasi katarak. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan dapat secara signifikan berkurang jika pasien menjalani terapi relaksasi otot progresif sebelum menjalani operasi katarak. Dengan kata lain, teknik relaksasi memiliki pengaruh yang signifikan dalam mengurangi tingkat kecemasan. Teknik relaksasi otot progresif fokus pada aktivitas otot dengan mengidentifikasi otot yang tegang dan kemudian mengurangi ketegangan tersebut melalui teknik relaksasi, sehingga menciptakan perasaan relaks pada pasien (Liestyaningrum & Suhardiningsih, 2019).

Studi pendahuluan dilakukan dengan melakukan wawancara dan pengukuran nadi terhadap tiga pasien di ruang Seruni RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa ketiga pasien ini

merupakan lansia yang akan menjalani operasi pertama kali, dan mereka mengalami kesulitan tidur pada malam sebelum operasi. Selain itu, ketiga pasien tersebut menyatakan merasa cemas dan takut menghadapi operasi. Pengukuran frekuensi nadi juga dilakukan pada ketiga pasien, dan hasil pengukuran menunjukkan bahwa frekuensi nadi mereka mencapai lebih dari 100 kali per menit.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti mengamati bahwa sebagian besar pasien yang akan menjalani operasi katarak mengalami tingkat kecemasan yang signifikan, terutama pasien yang pertama kali menjalani operasi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan intervensi dengan menerapkan teknik relaksasi otot progresif. Tujuan dari intervensi ini adalah untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien sebelum menjalani operasi katarak di Ruang Seruni RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam karya ilmiah akhir ini adalah apakah teknik relaksasi otot progresif berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi katarak di Ruang Seruni RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan dan menjelaskan asuhan keperawatan ansietas dengan teknik relaksasi otot progresif pada pasien pre operasi katarak.

2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan hasil pengkajian pada pasien pre operasi katarak.
- b. Memaparkan hasil diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien pre operasi katarak.
- c. Memaparkan intervensi keperawatan yang dapat dilakukan pada pasien pre operasi katarak.
- d. Memaparkan implementasi keperawatan pada pasien pre operasi katarak.

- e. Memaparkan hasil evaluasi keperawatan pada pasien pre operasi katarak.
- f. Memaparkan hasil analisis inovasi keperawatan sebelum dan sesudah diberikan relaksasi otot progresif pada pasien pre operasi katarak.
- g. Memaparkan hasil penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan relaksasi otot progresif pada pasien pre operasi katarak.

D. Manfaat

1. Manfaat Keilmuan

Hasil karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan bagi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong yang sedang meneliti mengenai dampak relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien sebelum menjalani operasi katarak.

2. Manfaat Aplikatif

a. Penulis

Penulis dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman praktisnya dalam memberikan perawatan kepada pasien sebelum operasi katarak yang mengalami kecemasan, dengan menggunakan teknik relaksasi otot progresif.

b. Rumah sakit

Diharapkan hasil karya ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bentuk terapi non-farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien sebelum operasi katarak di Ruang Seruni RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto.

c. Pasien

Diharapkan kepada pasien pre operasi katarak dapat menerapkan teknik relaksasi otot progresif secara mandiri untuk mengurangi tingkat kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agatha, S., & Siregar, T. (2023). *Atasi Kecemasan Perawat dengan terapi Self Healing : Mindfulness Meditation Therapy*. Penerbit Pradina Pustaka.
- Aini, A. N., & Santik, Y. D. P. (2018). Kejadian Katarak Senilis di RSUD Tugurejo. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(2), 295–306. <https://doi.org/10.15294/higeia.v2i2.20639>
- Alvionita, S., Wongkar, D., & Pasiak, T. F. (2022). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan. *EBiomedik*, 10(1), 42–49.
- Antoro, B., & Amatiria, G. (2018). Pengaruh Tehnik Relaksasi Guide Imagery terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Katarak. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 239. <https://doi.org/10.26630/jkep.v13i2.938>
- Apriani, M., & Asih, N. P. (2021). Faktor-faktor yang Berhubungan Kejadian Katarak Pada Lansia. *Journal of Health Science*, 1(1), 6–13.
- Astari, P. (2018). Katarak: Klasifikasi, Tatalaksana, dan Komplikasi Operasi. *CDK-269*, 45(10), 748–753.
- Aulia, S. D., & Murniati. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi di Rumah Sakit Umum Daerah TKG. Chik Ditiro Sigli. *Journal of Nursing & Health*, 7(3), 252–260.
- Ayuni, D. Q. (2020). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan pada Pasien Post Operasi Katarak*. Pustaka Galeri Mandiri.
- Bachrudin, M., & Najib, M. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah I* (1st ed.). Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Barus, M., Simanullang, M. S. D., & Gea, E. C. P. (2018). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation terhadap Tingkat Kecemasan Pre Operasi di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2018. *Jurnal Mutiara Ners*, 1(2), 98–108.
- Berliyanti, E. A., & Wardaningsih, S. (2023). Intervensi Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia. *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(2), 122–130.
- Cahyati, Y., Somantri, H. I., Cahyati, A., Rosdiana, I., Sugiarti, I., Iman, A. T., & Puruhita, T. K. A. (2021). *Penatalaksanaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Pedoman Bagi Kader dan Masyarakat)* (1st ed.). Deepublish.
- Cahyati, Y., Wahyuni, T. D., Musiana, Yulita, R. F., & Suryanti. (2023). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah DIII Keperawatan Jilid II*. Mahakarya Citra Utama.
- Dedi, Muflih, Maulidan, & Azkar. (2024). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Tingkat Terjadinya Kejadian Katarak di Rumah Sakit Khusus Mata. *Jurnal Ilmiah Permas*, 14(1), 347–358.
- Fadhilah, N., Noor, N. N., Stang, S., & Hardianti, A. (2019). Hubungan Karakteristik Responden Dengan Kualitas Hidup Penderita Katarak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Maritim*, 2(1). <https://doi.org/10.30597/jkmm.v2i1.10023>
- Fatubun, L., Nova Handayani, R., & Komala Dewi, F. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Anestesi Umum Terhadap Tingkat Kecemasan Pre

- Anastesi. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 572–578.
- Hadinata, D., & Abdillah, A. J. (2022). *Metodologi Keperawatan* (S. Wahyuni (ed.)). Widina Bhakti Persada.
- Handayani, R. S., & Rahmayati, E. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender, Relaksasi Otot Progresif dan Guided Imagery terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 319. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.984>
- Hidayat, A. A. (2021). *Proses Keperawatan Pendekatan NANDA, NIC, NOC, SDKI* (N. A. Aziz (ed.); 1st ed.). Health Books Publishing.
- Husna, A., & Suryana, B. (2017). *Metodologi Penelitian Dan Statistik* (1st ed.). Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Imelisa, R., Roswendi, A. S., Wisnusakti, K., & Ayu, I. R. (2021). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikososial* (N. Restiana (ed.); 1st ed.). Edu Publisher.
- Lestari, K. P., & Yuswiyanti, A. (2018). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Ruang Wijayakusuma RSUD Dr. R Soeprpto Cepu. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 3(1), 27–32.
- Liestyaningrum, W. A., & Suhardiningsih, S. (2019). Pengaruh Tindakan Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Katarak. *Jurnal Kesehatan AIPTINAKES JATIM*, 15(1), 46–52.
- Masdiana, E., & Phonna, L. (2023). the Effect of Progressive Muscle Relaxation on Reducing Anxiety in Preoperative Patients in Lhokseumawe Hospital. *Jurnal Kesehatan Akimal*, 2(1), 59–64.
- Rihiantoro, T., Handayani, R. S., Wahyuningrat, N. L. M., & Suratminah, S. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 129. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1295>
- Royani, A., Kusumajaya, H., & Arjuna. (2024). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Katarak Pada Lansia Di Poli Mata. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(1), 1–10. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Ruswadi, I. (2021). *Keperawatan Jiwa Panduan Praktis Untuk Mahasiswa Keperawatan* (Abdul (ed.); 1st ed.). Penerbit Adab.
- Saputra, M. K. F., Susanto, W. H. A., Mufarokhah, H., Kristina, Y., Nugroho, F. A., Setiyadi, A., Prasetyanto, D., Purwoto, A., Yuda, H. T., Achmad, V., & Putra, S. A. (2023). *Keperawatan Perioperatif* (N. Sulung & I. Melisa (eds.); 1st ed.). Global Eksekutif Teknologi.
- Sari, L. F., Badriah, D. L., Febriani, E., & Iswarawanti, D. N. (2023). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Penderita Katarak Di Kabupaten Indramayu 2022. *Journal of Health Research Science*, 3(1), 44–52. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v3i01.728>
- Setiana, A., & Nuraeni, R. (2018). *Riset Keperawatan* (A. Rahmawati (ed.); 1st ed.). Lovrinz Publishing.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian* (1st ed.). Literasi Media Publishing.
- Sumiasih, P. D., Septiwi, C., & Astuti, D. P. (2021). Faktor-Faktor Yang

- Berhubungan Dengan Kejadian Katarak di Poliklinik Mata RSUD Purbowangi Kebumen. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 5(2), 89–94.
- Suparti, S., & Purwanti, S. (2017). Analisa Faktor Risiko Pekerjaan Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Katarak Pada Masyarakat Di Sragen. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 8(2). <https://doi.org/10.33666/jitk.v8i2.56>
- Suprajitno. (2016). *Pengantar Riset Keperawatan* (1st ed.). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Wuryaningsih, E. W., Windarwati, H. D., Dewi, E. I., Deviantony, F., & Kurniyawan, E. H. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa 1*. UNEJ Press.
- Yuniati, R. P., Wulandari, Y., & Suparmanto, G. (2020). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 7(2), 7–12. <https://doi.org/10.33867/jka.v7i2.205>





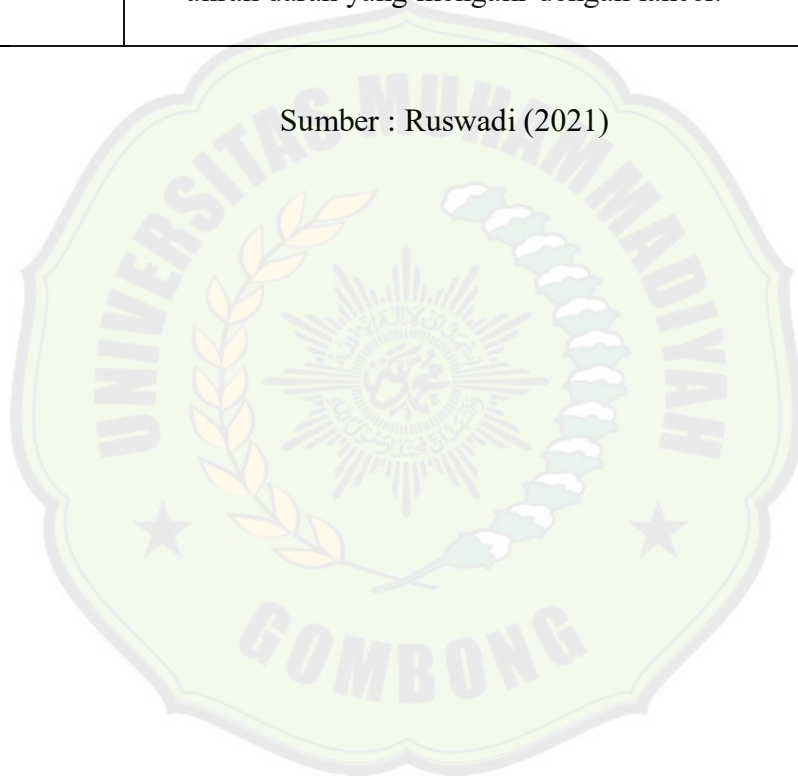
Lampiran SOP Teknik Relaksasi Otot Progresif

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF

Pengertian	Relaksasi otot progresif merupakan metode terapi relaksasi yang melibatkan pemberian pasien dalam latihan dengan sasaran otot tertentu, yang dikombinasikan dengan teknik pernapasan dalam dan serangkaian rangkaian kontraksi dan relaksasi yang spesifik
Tujuan	<ol style="list-style-type: none">1. Menangani tekanan darah tinggi, nyeri kepala, dan gangguan tidur.2. Mengurangi tingkat kecemasan.3. Menurunkan risiko terjadinya gangguan yang disebabkan oleh stres.4. Meningkatkan kinerja pekerjaan, interaksi sosial, dan kemampuan fisik.5. Mempercepat pemulihan dari kelelahan, aktivitas mental, dan latihan fisik yang tertunda melalui latihan relaksasi.6. Memberikan dukungan dalam proses penyembuhan untuk penyakit tertentu dan tindakan operasi.7. Meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri.8. Memperbaiki hubungan antarpribadi.
Petugas	Perawat
Prosedur	<ol style="list-style-type: none">1) Mulai dengan mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien.2) Evaluasi kesiapan dan perasaan pasien.3) Persiapkan lingkungan yang tenang, bebas dari gangguan, dan alami.4) Sediakan tempat tidur atau kursi yang mendukung bahu pasien.5) Jelaskan kembali tujuan terapi serta prosedur yang akan dijalani.6) Minta pasien untuk berbaring atau duduk dengan dukungan untuk kaki dan bahu.7) Lakukan latihan pernapasan dalam dengan mengambil napas melalui hidung dan menghembuskannya melalui mulut.8) Bersama pasien, identifikasi daerah-daerah otot yang sering tegang, seperti dahi, tengkuk, leher, bahu, pinggang, lengan, dan betis.9) Bimbing pasien untuk mengencangkan setiap otot tersebut selama 5-7 detik, lalu bimbing mereka untuk merelaksasikan otot tersebut selama 20-30 detik.10) Contohnya, kencangkan otot dahi dengan mengangkatnya selama 5-7 detik, kemudian relaksasikan selama 20-30 detik, sambil meminta pasien merasakan sensasi relaksasi.

	<p>11) Kencangkan otot bahu, tarik ke atas selama 5-7 detik, lalu relaksasikan selama 20-30 detik. Ajak pasien untuk merasakan relaksasi tersebut dan aliran darah yang mengalir dengan lancar.</p> <p>12) Kencangkan otot bisep dengan cara mengencangkan tangan selama 5-7 detik, kemudian relaksasikan selama 20-30 detik. Pastikan pasien merasakan sensasi relaksasi dan aliran darah yang mengalir dengan lancar.</p> <p>13) Terakhir, kencangkan otot betis dengan cara menarik ibu jari ke belakang bisep selama 5-7 detik, lalu relaksasikan selama 20-30 detik. Minta pasien untuk merasakan relaksasi dan aliran darah yang mengalir dengan lancar.</p>
--	--

Sumber : Ruswadi (2021)



Lampiran Kuesioner Kecemasan HARS

KUESIONER HARS

HAMILTON RATING SCALE FOR ANXIETY

Berilah tanda centang pada jawaban yang sesuai dengan kondisi responden. Jawaban boleh lebih dari 1 (satu). Masing-masing nilai angka (*score*) dari ke 14 kelompok gejala tersebut dijumlahkan dan dari hasil penjumlahan tersebut dapat diketahui derajat kecemasan seseorang, yaitu :

- Tidak ada kecemasan : jika skor kurang dari 14
- Kecemasan Ringan : skor 14-20
- Kecemasan Sedang : skor 21-27
- Kecemasan Berat : skor 28-41
- Panik : skor 42-56

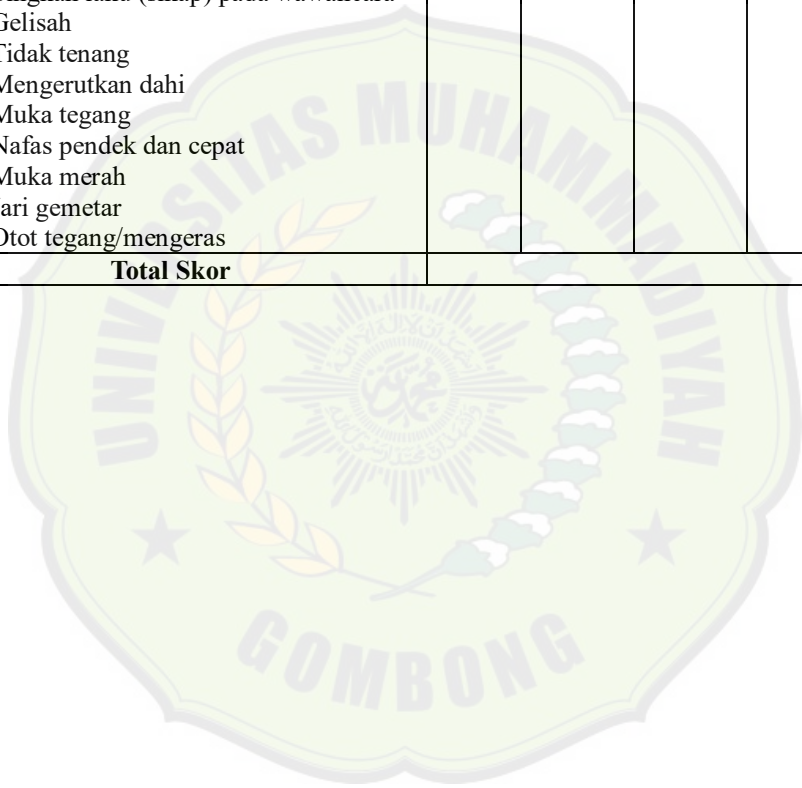
Berikut ketentuan nilai angka (skor)

- 0 : tidak ada
- 1 : ringan
- 2 : sedang
- 3 : berat
- 4 : berat sekali

No	Gejala Kecemasan	Nilai Angka (skor)				
		0	1	2	3	4
1	Perasaan cemas Firasat buruk Mudah tersinggung Takut akan pikiran sendiri Cemas	0	1	2	3	4
2	Ketegangan Merasa tegang Lesu Mudah terkejut Tidak dapat istirahat dengan tenang Mudah menangis Gemetar Gelisah	0	1	2	3	4
3	Ketakutan Pada gelap Ditinggal sendiri Pada orang asing Pada kerumunan banyak orang Pada keramaian lalu lintas Pada Binatang besar	0	1	2	3	4
4	Gangguan tidur Sukar memulai tidur Terbangun malam hari Mimpi buruk Tidur tidak nyenyak Bangun dengan lesu Banyak bermimpi Mimpi menakutkan	0	1	2	3	4
5	Gangguan kecerdasan Daya ingat buruk					

	Sulit berkonsentrasi Daya ingat menurun					
6	Perasaan depresi Kehilangan minat Sedih Berkurangnya kesukaan pada hobi Perasaan berubah-ubah Bangun dini hari					
7	Gejala somatic (otot-otot) Nyeri otot Kaku Kedutan otot Gigi gemertak Suara tak stabil					
8	Gejala sensorik Telinga berdengung Penglihatan kabur Muka merah dan pucat Merasa lemah Perasaan ditusuk-tusuk					
9	Gejala kardiovaskuler Denyut nadi cepat Berdebar-debar Nyeri dada Rasa lemah seperti mau pingsan Denyut nadi mengeras Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)					
10	Gejala pernapasan Rasa tertekan di dada Perasaan tercekik Merasa nafas pendek/sesak Sering menarik nafas Panjang					
11	Gejala gastrointestinal Sulit menelan Mual Muntah Perut terasa penuh dan kembung Nyeri lambung sebelum makan dan sesudah makan Perut melilit Gangguan pencernaan Perasaan terbakar di perut Buang air besar lembek Konstipasi Kehilangan berat badan					
12	Gejala urogenitalia Sering kencing Tidak dapat menahan kencing Tidak datang bulan Darah haid berlebihan Darah haid amat sedikit Masa haid berkepanjangan Masa haid amat pendek Haid beberapa kali dalam sebulan					

	Menjadi dingin (frigid) Ejakulasi dini Ereksi lemah Ereksi hilang Impotensi					
13	Gejala otonom Mulut kering Muka merah Mudah berkeringat Sakit kepala Bulu roma berdiri Kepala terasa berat Kepala terasa sakit					
14	Tingkah laku (sikap) pada wawancara Gelisah Tidak tenang Mengerutkan dahi Muka tegang Nafas pendek dan cepat Muka merah Jari gemetar Otot tegang/mengeras					
Total Skor						





UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433,
Gombong 54412

LEMBAR PENJELASAN RESPONDEN

Kepada Yth,
Bapak/Ibu Calon Responden Penelitian
Di Tempat

Assalamu'alaikum. Wr. Wb.
Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Keperawatan Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong, akan melakukan Studi Kasus dengan judul "ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI KATARAK DI RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO PURWOKERTO".

Peneliti akan memberikan penjelasan mengenai maksud dan tujuan penelitian ini, peneliti akan menjaga kerahasiaan diri Bapak/Ibu. Bila Bapak/Ibu merasa tidak nyaman, maka Bapak/Ibu berhak mengundurkan diri. Bapak/Ibu diminta untuk berperan serta dalam studi kasus yang nantinya akan diberikan terapi teknik relaksasi otot progresif. Untuk itu, saya mohon kesediaannya untuk menjadi responden dalam studi kasus ini. Jika bersedia menjadi responden, mohon untuk menandatangani lembar persetujuan yang telah disediakan.

Demikian surat permohonan ini saya buat, atas partisipasi dan perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Hormat saya,

Renita Amelia



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong
54412

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Alamat :

No. Telp/HP :

Setelah mendapatkan penjelasan dan mengerti tentang tujuan penelitian dengan judul “ ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI KATARAK DI RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO PURWOKERTO” yang dilaksanakan oleh Renita Amelia.

Bahwa saya diminta untuk berperan serta dalam studi kasus yang nantinya akan diberikan perlakuan terapi teknik relaksasi otot progresif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien katarak yang akan menjalani operasi. Sebelumnya saya sudah diberikan penjelasan mengenai maksud dan tujuan studi kasus ini dan saya mengerti bahwa studi kasus ini akan menjaga kerahasiaan diri saya. Bila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak untuk mengundurkan diri.

Demikian secara sadar, sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian ini dan bersedia menandatangani lembar persetujuan ini.

Responden,

(.....)

Lampiran Hasil Uji Similarity



SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini sudah lolos uji cek similarity/plagiasi:

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI
KATARAK DI RUANG SERUNI RSUD Prof. Dr. MARGONO SOEKARJO
PURWOKERTO

Nama : Renita Amelia
NIM : 202303079
Program Studi : Profesi Ners
Hasil Cek : 29 %

Gombong, 13 Agustus 2024

Pustakawan



(Aulia Ramahyanti u.)

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan Multimedia, SIM, dan IT



(Sawiji, M.Sc)

Lampiran Lembar Bimbingan



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

FAKULTAS KESEHATAN

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433,
Gombong 54421




Nama Mahasiswa : Renita Amelia

NIM : 202303079

Pembimbing : Irmawan Andri Nugroho, M.Kep


Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
9 Oktober 2023	Pengajuan Judul KIA	<i>Jenita</i>	<i>Irmawan</i>
16 Oktober 2023	Pembuatan BAB I KIA dan konsultasi BAB I KIA	<i>Jenita</i>	<i>Irmawan</i>
23 Oktober 2023	BAB I dan BAB II KIA	<i>Jenita</i>	<i>Irmawan</i>
26 Oktober 2023	BAB II dan BAB III KIA	<i>Jenita</i>	<i>Irmawan</i>
31 Oktober 2023	Revisi BAB II KIA	<i>Jenita</i>	<i>Irmawan</i>
26 Desember 2023	ACC Proposal dan lanjut Turnitin Proposal	<i>Jenita</i>	<i>Irmawan</i>
8 Juli 2024	BAB IV dan BAB V KIA	<i>Jenita</i>	<i>Irmawan</i>

Universitas Muhammadiyah Gombong

30 Juli 2024	Revisi BAB IV dan BAB V KIA		
3 Agustus 2024	Uji Turnitin		
4 September 2024	Revisi Penulisan		

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Program Profesi


Wuri Utami, M.Kep

Universitas Muhammadiyah Gombong