

Pengaruh terapi relaksasi terhadap kecemasan dan kualitas hidup : studi intervensi pada pasien pasca tindakan jantung = The influence of relaxation therapy on anxiety and quality of life the study of intervention in patients after cardiac intervention / Latumeten, Belinda Jacqueline

Latumeten, Belinda Jacqueline, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20365109&lokasi=lokal>

---

Abstrak

**ABSTRAK**

Latar belakang : Cukup tingginya prosedur tindakan jantung yang dilaksanakan di rumah sakit serta terdapatnya kecemasan pasca tindakan jantung akan mempengaruhi kualitas hidup pasien. Latihan relaksasi otot progresif merupakan suatu bentuk latihan relaksasi yang dapat mengatasi kecemasan pada subjek pasca tindakan jantung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat gejala kecemasan serta kualitas hidup subjek pasca tindakan jantung sebelum dan sesudah latihan relaksasi otot progresif.

Metode : Penelitian ini adalah studi intervensi dengan desain pre dan post satu kelompok pada 7 orang subjek pasca tindakan jantung yang mengikuti program rehabilitasi jantung fase II. Subjek dinilai tingkat gejala kecemasan dan kualitas hidupnya dengan menggunakan Hamilton Anxiety Scale dan SF 36. Subjek dengan gejala kecemasan diberikan latihan relaksasi otot progresif selama 6 minggu, 2 kali perhari. Setelah 6 minggu kembali dinilai tingkat gejala kecemasan dan kualitas hidupnya . Hasil : Didapatkan penurunan tingkat gejala kecemasan yang bermakna ( $p < 0,028$ ) (IK7,8-17,3) , dengan rerata tingkat gejala kecemasan sebelum diberikan latihan 19,2 (SB 6) dan setelah diberikan latihan 6,2 (SB 4) . Kualitas hidup subjek setelah diberikan latihan relaksasi menunjukkan perbaikan terutama pada ranah fungsi fisik, keterbatasan peran akibat keterbatasan fisik, keterbatasan peran akibat keadaan emosional, energi / kelelahan, keadaan emosional yang memberikan nilai yang bermakna.

Kesimpulan : Pada penelitian ini latihan otot progresif dapat memperbaiki gangguan gejala kecemasan dan kualitas hidup pasien pasca tindakan jantung.

---

**ABSTRACT**

Background : Quite high of cardiac intervention procedures performed in hospitals as well as the presence of anxiety after cardiac intervention will affect patient's quality of life. Progressive muscle relaxation training is a form of relaxation training that can overcome anxiety on subject of post cardiac intervention procedures . This research aimed to determine subject level of anxiety symptom and quality of life after cardiac intervention before and after progressive muscular relaxation training .

Methods : This research is an interventional study with one group pre and post

design on 7 subjects after cardiac intervention that followed phase II cardiac rehabilitation program. Subject level of anxiety symptom and quality of life being assessed by using Hamilton Anxiety Scale and SF 36. Subject with anxiety symptom provided with progressive muscular relaxation training for 6 weeks, twice a day. After 6 weeks subject level of anxiety symptom and quality of life reevaluated .

Result : There were significant improvement in level of anxiety symptom ( $p < 0,028$ ) (IK 7,8-17,3), mean level of anxiety symptom before intervention was 19,2 (SB6) and mean after intervention 6,2 (SB 4). Subject quality of life was also improved particularly at physical functioning, role limitations due to physical health, role limitation due to emotional problem, energy/fatigue, emotional wellbeing.

Conclusion : In this research progressive muscular relaxation can improve anxiety symptom and quality of life of patients after cardiac intervention.