

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada pasien kelolaan dan pasien resume, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

- a. Pasien kelolaan berinisial Tn. S, berusia 38 tahun, dengan diagnosa medis nefrolitiasis sinistra dan DJ stent terpasang yang direncanakan menjalani tindakan pro cystoscopy, ureterorenoscopy (URS), dan pelepasan DJ stent. Pada pengkajian awal, pasien menunjukkan gejala ansietas yang ditandai dengan rasa takut terhadap prosedur, sulit tidur, tegang, dan gelisah. Pemeriksaan menunjukkan peningkatan tekanan darah 125/89 mmHg, nadi 105 kali per menit, dan frekuensi napas 20 kali per menit. Pengukuran ansietas menggunakan APAIS menunjukkan nilai ansietas sebesar 19 dan kebutuhan informasi sebesar 8, yang menandakan kecemasan berat serta kurangnya pemahaman mengenai prosedur pembedahan. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya tindakan keperawatan yang berfokus pada penurunan kecemasan dan peningkatan pengetahuan pasien.
- b. Pasien resume berinisial Tn. R, berusia 42 tahun, dengan diagnosa nefrolitiasis dekstra dan rencana pemasangan DJ stent ureter kanan. Pada pengkajian awal, pasien mengungkapkan rasa takut karena belum pernah menjalani prosedur operasi sebelumnya. Pasien tampak tegang dan menunjukkan peningkatan tekanan darah 128/86 mmHg, nadi 96 kali per menit, dan frekuensi napas 20 kali per menit. Skor APAIS awal menunjukkan nilai ansietas sebesar 14 dan kebutuhan informasi sebesar 6, yang mengindikasikan ansietas sedang dan perlunya edukasi tambahan agar pasien lebih siap menghadapi tindakan pembedahan.
- c. Masalah keperawatan utama yang muncul pada kedua pasien adalah Ansietas (Anxiety) yang berkaitan dengan kurangnya informasi, persepsi ancaman terhadap prosedur bedah, pengalaman kesehatan sebelumnya, dan ketidakpastian mengenai hasil pembedahan. Ansietas tampak melalui

keluhan subjektif berupa rasa gelisah, tegang, dan khawatir, serta didukung oleh temuan objektif berupa peningkatan tanda vital dan skor APAIS yang tinggi. Kedua pasien membutuhkan intervensi yang dapat membantu menurunkan respons fisiologis maupun psikologis terkait kecemasan.

- d. Rencana intervensi keperawatan pada kedua pasien disusun berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia dengan fokus pada manajemen ansietas, dukungan emosional, dan pendidikan kesehatan. Perencanaan meliputi pemberian informasi mengenai prosedur operasi, membantu pasien mengidentifikasi sumber kecemasannya, memfasilitasi komunikasi terapeutik, serta mengajarkan teknik relaksasi. Progressive Muscle Relaxation (PMR) dipilih sebagai intervensi komplementer untuk menurunkan ketegangan otot dan membantu pasien mencapai keadaan rileks sebelum operasi.
- e. Implementasi keperawatan pada pasien kelolaan meliputi edukasi preoperatif, dukungan emosional, dan pelaksanaan PMR selama kurang lebih 15 menit. Setelah intervensi, kondisi fisiologis pasien menunjukkan perbaikan dengan tekanan darah menjadi 118/85 mmHg, nadi 98 kali per menit, dan frekuensi napas 19 kali per menit. Skor APAIS juga menurun dari 19 menjadi 8 pada komponen ansietas dan dari 8 menjadi 2 pada komponen kebutuhan informasi. Pada pasien resume, implementasi berupa edukasi preoperatif dan latihan PMR ringan menghasilkan penurunan ansietas dari 14 menjadi 10 serta penurunan kebutuhan informasi dari 6 menjadi 2, dengan stabilisasi tekanan darah menjadi 116/80 mmHg, nadi 89 kali per menit, dan frekuensi napas 17 kali per menit.
- f. Evaluasi keperawatan menunjukkan bahwa masalah ansietas pada kedua pasien berada dalam kategori teratasi sebagian. Hal ini ditunjukkan oleh penurunan skor APAIS, perbaikan tanda vital, dan perubahan perilaku yang lebih tenang setelah intervensi diberikan. Namun, kecemasan tidak menghilang sepenuhnya karena pemicunya, yaitu tindakan pembedahan dan proses anestesi, masih berada di depan pasien. Secara teoritis, ansietas

preoperatif merupakan respons situasional yang baru mereda sepenuhnya setelah prosedur berlangsung. Dengan demikian, intervensi yang diberikan telah efektif dalam menurunkan intensitas ansietas dan meningkatkan kesiapan psikologis pasien, tetapi secara akademik dinyatakan teratasi sebagian karena penyebab utama kecemasan belum sepenuhnya berlalu.

- g. Analisis asuhan keperawatan menunjukkan bahwa penerapan Progressive Muscle Relaxation (PMR) memberikan dampak positif terhadap penurunan ansietas preoperatif pada kedua pasien. PMR bekerja melalui mekanisme fisiologis berupa pengurangan ketegangan otot, penurunan aktivitas sistem saraf simpatis, dan peningkatan respons relaksasi. Kondisi ini berkontribusi pada stabilisasi tanda vital serta penurunan persepsi ancaman terhadap prosedur yang akan dijalani. Selain efek fisiologis, PMR juga membantu pasien memperoleh rasa kontrol terhadap tubuhnya sehingga menurunkan respon emosional berupa takut, gelisah, dan kekhawatiran. Intervensi ini memungkinkan pasien mencapai keadaan rileks yang lebih adaptif dalam menghadapi operasi. Penurunan skor APAIS pada kedua pasien mencerminkan integrasi antara perubahan fisiologis dan psikologis tersebut, sehingga PMR dapat dianggap sebagai intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam mempersiapkan pasien secara mental sebelum tindakan pembedahan.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Instalasi Bedah Sentral

Diharapkan Instalasi Bedah Sentral dapat mempertimbangkan penerapan *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis rutin untuk menurunkan ansietas pada pasien preoperatif. Penyusunan standar operasional prosedur (SOP) terkait pelaksanaan PMR serta pelatihan bagi perawat dapat meningkatkan mutu pelayanan perioperatif dan mendukung kesiapan pasien secara psikologis maupun fisiologis sebelum tindakan pembedahan.

Sofia Eka Lestari, 2026

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR) TERHADAP TINGKAT ANSIETAS PADA PASIEN PREOPERATIF NEFROLITIASIS DI INSTALASI BEDAH SENTRAL

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

V.2.2 Bagi Pasien Preoperatif

Pasien yang akan menjalani tindakan pembedahan diharapkan dapat mempraktikkan teknik relaksasi seperti PMR sebagai salah satu strategi koping untuk mengurangi kecemasan. Edukasi mengenai manfaat, langkah-langkah pelaksanaan, serta waktu yang tepat untuk melakukan PMR perlu diberikan secara jelas agar pasien dapat memanfaatkan teknik ini secara mandiri dan lebih siap menghadapi prosedur pembedahan.

V.2.3 Bagi Profesi Keperawatan

Profesional perawat diharapkan dapat meningkatkan kompetensi dalam penerapan intervensi nonfarmakologis untuk mengatasi ansietas preoperatif, termasuk teknik Progressive Muscle Relaxation. Penguatan kemampuan ini dapat dilakukan melalui pelatihan berkelanjutan, workshop, maupun program pengembangan profesional lainnya. Perawat juga diharapkan mampu mengintegrasikan intervensi berbasis bukti dalam praktik sehari-hari, melakukan dokumentasi asuhan secara akurat, serta memberikan edukasi yang komprehensif kepada pasien untuk mendukung proses adaptasi mereka sebelum menjalani pembedahan. Peran perawat sebagai edukator, advokat, dan penyedia layanan holistik menjadi sangat penting dalam membantu pasien menghadapi kecemasan terkait tindakan operasi.

V.2.4 Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan keperawatan perlu memperkuat materi pembelajaran terkait manajemen ansietas preoperatif dan intervensi berbasis evidence-based practice, termasuk teknik relaksasi seperti PMR. Integrasi keterampilan ini dalam kurikulum dan praktik klinik diharapkan dapat meningkatkan kompetensi mahasiswa dalam menyusun, melaksanakan, dan mengevaluasi asuhan keperawatan yang komprehensif pada pasien dengan kecemasan praoperasi.

V.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel lebih besar dan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti quasi-eksperimental atau randomized controlled trial. Selain itu penelitian selanjutnya juga dapat dilakukan di ruangan yang lebih kondusif dan penuh

Sofia Eka Lestari, 2026

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR) TERHADAP TINGKAT ANSIETAS PADA PASIEN PREOPERATIF NEFROLITIASIS DI INSTALASI BEDAH SENTRAL

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

ketenangan sehingga memaksimalkan hasil dari intervensi. Penelitian juga dapat mengevaluasi kombinasi PMR dengan intervensi komplementer lain, seperti aromaterapi atau musik relaksasi, untuk mengidentifikasi pendekatan paling efektif dalam menurunkan ansietas preoperatif.

Sofia Eka Lestari, 2026

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR) TERHADAP TINGKAT ANSIETAS PADA PASIEN PREOPERATIF NEFROLITIASIS DI INSTALASI BEDAH SENTRAL

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]