

ABSTRAK

Adanya anggota keluarga yang dirawat di ICU menyebabkan penurunan kondisi psikologis pada keluarga pasien yang berdampak salah satunya pada peningkatan kecemasan. Kecemasan akan mempengaruhi pikiran dan motivasi serta sulitnya mengambil keputusan sehingga keluarga tidak mampu mendukung terhadap proses penyembuhan dan pemulihan anggota keluarganya yang sedang dirawat di ruang ICU. Salah satu cara mengurangi kecemasan dengan relaksasi autogenik. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan keluarga pasien yang dirawat di ruang ICU RSUD Kota Bandung.

Desain penelitian berupa pre eksperimen. Rancangan yang digunakan adalah *one group pre test and posttest design*. Populasi sebanyak 66 orang, sampel yang digunakan sebanyak 17 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan *Hospital Anxiety Depression Scale* (HADS). Analisis data menggunakan analisis univariat berupa distribusi frekuensi dan analisis bivariat berupa uji Wilcoxon.

Hasil penelitian didapatkan tingkat kecemasan keluarga pasien yang di rawat diruang ICU sebelum dilakukan relaksasi autogenik sebagian besar dengan tingkat cemas sedang sebanyak 14 orang (82,4%), setelah dilakukan relaksasi autogenik lebih dari setengahnya dengan tingkat cemas ringan sebanyak 11 orang (64,7%). Ada pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan keluarga pasien yang di rawat di ruang ICU RSUD Kota Bandung ($p\text{-value } 0,001 < 0,05$).

Relaksasi autogenik dapat mengurangi kecemasan dikarenakan dapat menurunkan aktivitas saraf simpatis dan merangsang aktivitas saraf parasimpatis. Saran bagi rumah sakit bisa menjadikan intervensi autogenik sebagai operasional prosedur dalam menangani masalah kecemasan.

Kata kunci : ICU, Kecemasan, Relaksasi Autogenik
Daftar Pustaka : 39 Buku (tahun 2015-2019)
11 Jurnal (tahun 2016-2019)

ABSTRACT

The presence of family members who are treated in the ICU causes a decrease in the psychological condition of the patient's family which has an impact, one of which is an increase in anxiety. Anxiety will affect the mind and motivation as well as the difficulty of making decisions so that the family is not able to support the healing process and recovery of family members who are being treated in the ICU. The purpose of this study was to determine the effect of autogenic relaxation on the anxiety RSUD Kota Bandung.

The research design was in the form of a pre-experiment. The design used is one group pretest and posttest design. The population is 66 people, the sample used is 17 people with a sampling technique that is purposive sampling. Data collection using Hospital Anxiety Depression Scale (HADS). Data analysis used univariate analysis in the form of frequency distribution and bivariate analysis in the form of Wilcoxon test.

The results showed that the family anxiety level of patients who were treated in the ICU before autogenic relaxation was mostly with moderate anxiety levels as many as 14 people (82.4%), after autogenic relaxation more than half with mild anxiety levels as many as 11 people (64.7 people). %. There is an effect of autogenic relaxation on the anxiety level of the patient's family who are treated in the ICU room at RSUD Kota Bandung ($p\text{-value } 0.001 < 0.05$).

Autogenic relaxation can reduce anxiety because it can reduce sympathetic nerve activity and stimulate parasympathetic nerve activity. Suggestions for hospitals can make autogenic intervention as an operational procedure in dealing with anxiety problems.

Keywords : ICU, Anxiety, Autogenic Relaxation

Bibliography : 39 Books (2015-2019)

11 Journals (2016-2019)