

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pandemi Covid-19 merupakan bencana non alam yang dapat memberikan dampak pada kondisi kesehatan jiwa dan psikososial setiap orang. Penyakit virus corona 2019 (COVID-19) merupakan sebuah nama baru yang diberikan oleh *World Health Organization* (WHO) penyakit ini pertama kali terjadi di kota Wuhan, Cina pada akhir tahun 2019 (Zhou, Yang, Wang, et al., 2020). Penyebaran penyakit ini terjadi begitu cepat dan membuat pandemi baru bagi seluruh Negara yang ada di dunia. Penyakit ini sangat menular, sangat berbahaya yang dapat menimbulkan kematian karena penyakit ini memiliki virulensi yang sangat tinggi. Sampai saat ini belum ada ditemukan adanya pengobatan yang relevan untuk kesembuhan penyakit COVID-19 (Handayani, Arradini, Darmayanti & Widiyanto, 2020).

Hasil penelitian Yunus dan Rezki (2020), menyatakan bahwa negara Indonesia sudah mengalami kondisi dimana kekhawatiran masyarakat terhadap Covid-19 cukup besar, sehingga pemerintah melakukan kebijakan berupa Lockdown, yang berguna sebagai upaya memutus mata rantai penyebaran virus corona (Covid-19). Penelitian Ilpaj dan Nurwati (2020), menyatakan bahwa adanya tekanan selama pandemic global menyebabkan beberapa gangguan seperti ketakutan dan kecemasan baik pada diri sendiri maupun orang-orang terdekat, perubahan pola tidur dan pola makan, rasa tertekan dan sulit berkonsentrasi, bosan dan stress karena terus-menerus berada di rumah, sehingga dapat menimbulkan munculnya gangguan psikomatis.

Menurut Musradinur (2016), menyatakan bahwa Stress dapat menimbulkan banyak keluhan, dalam keadaan akut dapat berupa bentuk kegelisahan, dan dalam bentuk kronis dapat berupa gangguan fisik maupun mental seperti depresi, kebosanan, kelelahan dan hingga akhirnya kematian. Adapun yang melatar belakangi tingkat depresi pada komunitas selama pandemi berlangsung diantaranya tetap di rumah, menjaga jarak baik secara fisik (*physical distancing*) maupun sosial (*social distancing*) bahkan karantina wilayah atau *lockdown* (Maulida, Jatimi, Heru, Munir & Rahman, 2020).

Penelitian Nurjanah (2020), menyatakan bahwa keluhan terbanyak selama pandemi berlangsung adalah keluhan somatis seperti merasa cemas dan tegang selama pandemi (40%) dan pekerjaan serta aktivitas sehari-hari menjadi terbengkalai (37%). Penelitian Nuraeni dan Mirwanti (2017), menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara cemas dan

depresi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kecemasan seseorang maka akan semakin tinggi pula tingkat depresi pada orang tersebut.

Penelitian Fitria dan Ifdil (2020) mendapatkan tingkat kecemasan pada saat pandemi Covid-19 berada pada kategori tinggi yaitu 54%. Banyak pasien yang imunitas dan mentalnya turun setelah mengetahui dirinya positif Covid-19. Hal ini juga terjadi pada anggota keluarga Covid-19 karena merupakan situasi yang dapat memicu stress. Faktor yang dapat memicu stres pada keluarga meliputi, perubahan lingkungan, aturan ruangan perawatan, perubahan status emosi keluarga, perubahan peran keluarga, perubahan kehidupan sehari-hari, serta sikap petugas kesehatan dalam pemberian informasi tentang kondisi kesehatan pasien.

Penelitian Misgiyanto dan Sudilawati (2015), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pasien. Sehingga keluarga Covid-19 sangat membutuhkan dukungan psikososial dan dukungan penghargaan untuk mengatasi terjadinya masalah stress psikososial tersebut (Noviyanti, Suryani & Sriati, 2015). Tenaga kesehatan memiliki peranan penting dalam memperhatikan kebutuhan psikososial keluarga, memberi dukungan kepada keluarga seperti melakukan komunikasi terapeutik dengan keluarga pasien agar dapat mengurangi stres pada keluarga Covid-19 (Zalmi, Dewi & Jumaini, 2020).

Selain melakukan pemberian komunikasi terapeutik, pemberian terapi lain yang dapat mengurangi stress adalah berupa terapi relaksasi otot progresif. Penelitian Mutawalli, Setiawan dan Saimi (2020), yang menyatakan adanya pengaruh yang signifikan pemberian terapi teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat stress masyarakat dimasa pandemic COVID-19.

Terapi relaksasi otot bermanfaat untuk menurunkan kecemasan atau ansietas yang dialami oleh seseorang (Wulandari, Wihastuti & Supriati, 2015). Penelitian Mawardika, Aniroh dan Lestari (2020), yang menyatakan bahwa terapi relaksasi otot progresif sangat berpengaruh untuk menurunkan kecemasan pada seseorang. Banyaknya manfaat terapi relaksasi otot progresif yang dapat kita terapkan dalam kehidupan sehari-hari, memberikan efek yang baik bagi tubuh kita.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada bulan November tahun 2020, jumlah pasien Covid-19 di RSU Royal Prima Medan adalah sebanyak 486 orang di bulan Oktober 2020 (RM RSU Royal Prima Medan, 2020). Pasien Covid-19 yang dirawat di ruang perawatan intensif memiliki keluarga. Keluarga pasien akan mengalami perubahan lingkungan, status emosi, peran keluarga, masalah finansial, masalah stigma masyarakat

sekitarnya, sehingga keadaan ini dapat memicu stress psikososial pada keluarga. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian terapi relaksasi otot progresif terhadap stress psikososial keluarga pasien covid-19.

Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap stres psikososial pada keluarga pasien Covid-19 di RSUD Royal Prima Medan tahun 2020?

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap stres psikososial keluarga pasien Covid-19.

Tujuan Khusus

- a. Mengetahui stress psikososial keluarga pasien Covid-19 sebelum dilakukan teknik relaksasi otot progresif
- b. Mengetahui stress psikososial keluarga pasien Covid-19 setelah dilakukan teknik relaksasi otot progresif
- c. Mengetahui pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap stress psikososial keluarga pasien Covid-19.

Manfaat Penelitian

Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai upaya peningkatan pengetahuan mahasiswa/i tentang teknik relaksasi otot progresif serta dapat menerapkannya dalam pemberian Asuhan Keperawatan Paliatif, terutama untuk pasien Covid-19.

Tempat Penelitian

Bagi RSUD Royal Prima Medan dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dalam mengatasi stress psikososial keluarga pasien Covid-19 dengan menggunakan teknik relaksasi otot progresif sehingga stress psikososial keluarga pasien Covid-19 di RSUD Royal Prima Medan dapat teratasi.

Bagi Perawat

Sebagai sumber pedoman dan informasi bagi perawat untuk dapat melakukan teknik relaksasi otot progresif dalam mengatasi masalah-masalah stress psikososial yang terjadi pada

keluarga pasien Covid-19 serta dapat mengaplikasikannya dalam Asuhan Keperawatan Paliatif.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai sumber informasi dan rujukan bagi peneliti selanjutnya untuk memahami lebih lanjut tentang masalah teknik relaksasi otot progresif terhadap stress psikososial keluarga pasien Covid-19 serta diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk membahas faktor-faktor yang mempengaruhi stress psikososial keluarga pasien Covid-19.