

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN G4P2A1 H 30 MINGGU IBU PEB DENGAN PEMBERIAN INTERVENSI RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP ANSIETAS DI RUANG ASTER RSUD KABUPATEN TANGERANG

Nur Kholifah¹, Mursiah², Ernawati³

^{1,2} Universitas Yatsi Madani, ³ RSUD Kabupaten Tangerang

Email: nur.kholifah1221@gmail.com, neng.mursiah82@gmail.com, hjernawati1234@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan : Kehamilan merupakan suatu proses alamiah dan fisiologis. Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi sehat, jika telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat, sangat besar kemungkinannya terjadi kehamilan. Komplikasi kehamilan merupakan terjadinya masalah kesehatan pada ibu yang mengandung. Terdapat beberapa komplikasi yang dapat terjadi ketika ibu sedang mengandung salah satunya yaitu terdapatnya masalah hipertensi (Preeklampsia) pada ibu hamil. Preeklampsia merupakan komplikasi kehamilan yang cukup serius, yaitu kondisi ketika tekanan darah ibu hamil meningkat disertai adanya protein di dalam urine. Dampak yang ditimbulkan pada ibu hamil dengan preeklampsia akan merasa dirinya lebih cemas dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak memiliki penyakit penyerta. Bahwa ibu hamil dengan preeklampsia psikologisnya akan terganggu karena perasaan cemas. Terdapat banyak masalah dan keluhan selama kehamilan salah satunya masalah psikologis berupa kecemasan selama hamil. Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan dengan manajemen nonfarmakologi yaitu Relaksasi nafas dalam, relaksasi autogenik dan mendengar murotal, Relaksasi autogenik adalah salah satu terapi nonfarmakologi dengan menggunakan diri sendiri sebagai pusat terapi dengan menggunakan kata-kata afirmasi yang dapat menenangkan pikiran. **Metode** : Memberikan intervensi teknik relaksasi autogenik pada pasien G4P2A1 terhadap ansietas. **Hasil** : Hasil implementasi dan evaluasi selama 3 hari dengan intervensi teknik relaksasi autogenik terdapat penurunan dari tingkat ansietas sedang menjadi ansietas ringan. **Kesimpulan** : Menunjukkan bahwa terdapat penurunan tingkat ansietas pada pasien G4P2A1 setelah diberikan teknik relaksasi autogenik selama 3 hari menunjukkan terdapat perubahan tanda- tanda vital pasien dan keluhan tentang kecemasan pasien sebelum dan sesudah dilakukan tindakan teknik relaksasi autogenik.

Kata kunci : Preeklampsia, Kecemasan, Teknik Autogenik.

ABSTRACT

Background : Pregnancy complications are health problems in pregnant women. There are several complications that can occur when a mother is pregnant, one of which is hypertension (Preeclampsia) in pregnant women. Preeclampsia is a fairly serious pregnancy complication, which is a condition when the blood pressure of pregnant women increases accompanied by protein in the urine. The impact on pregnant women with preeclampsia will feel more anxious than pregnant women who do not have comorbidities. That pregnant women with preeclampsia will be psychologically disturbed by feelings of

Received: Agustus 2024

Reviewed: Agustus 2024

Published: Agustus 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed

under a [Creative](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[Commons Attribution-](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[NonCommercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

*anxiety. There are many problems and complaints during pregnancy, one of which is psychological problems in the form of anxiety during pregnancy. Anxiety management can be done with non-pharmacological management, namely Deep breathing relaxation, autogenic relaxation and listening to murottal, Autogenic relaxation is one of the non-pharmacological therapies by using oneself as the center of therapy by using affirmative words that can calm the mind. **Method:** Providing autogenic relaxation technique intervention to G4P2A1 patients for anxiety. **Results:** The results of the implementation and evaluation for 3 days with autogenic relaxation technique intervention showed a decrease from moderate anxiety to mild anxiety. **Conclusion:** Showing that there was a decrease in anxiety levels in G4P2A1 patients after being given autogenic relaxation techniques for 3 days showed changes in patient vital signs and complaints about patient anxiety before and after autogenic relaxation techniques were performed.*

Keywords: Preeclampsia, Anxiety, Autogenic Technique.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses alamiah dan fisiologis. Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi sehat, jika telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat, sangat besar kemungkinannya terjadi kehamilan. Apabila kehamilan direncanakan, akan memberi rasa bahagia dan penuh harapan, tetapi disisi lain diperlukan kemampuan bagi wanita untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi selama kehamilan, baik perubahan yang bersifat fisiologis maupun psikologis, salah satu komplikasi pada ibu hamil yaitu hipertensi / preeklamsia (Bayuana et al., 2023)

Preeklamsia merupakan komplikasi kehamilan yang cukup serius, yaitu kondisi ketika tekanan darah ibu hamil meningkat disertai adanya protein di dalam urine. Kondisi ini diduga dipicu oleh plasenta janin yang tidak berfungsi atau berkembang dengan baik. Penyebab preeklamsia juga bisa disebabkan oleh gangguan kesehatan, seperti kadar lemak tinggi dalam tubuh, gizi buruk, atau kurangnya aliran darah ke rahim. Tak menutup kemungkinan preeklamsia terjadi karena faktor genetik, usia, jarak kehamilan dan riwayat penyakit (Sarita et al., 2024)

Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2020 diperkirakan setiap hari terdapat 934 kasus preeklamsia terjadi di seluruh dunia. Sekitar 342.000 ibu hamil mengalami preeklamsia. Preeklamsia termasuk dalam tiga penyebab utama komplikasi selama kehamilan maupun dalam persalinan, yang pertama yaitu perdarahan (30%), preeklamsia/eklamsia (25%), dan infeksi (12%). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (2021) menunjukkan bahwa prevalensi ibu hamil yang mengalami preeklamsia pada perempuan umur 10-54 tahun berdasarkan provinsi terbanyak yang mengalami preeklamsia didominasi oleh 3 provinsi yaitu Kepulauan Bangka Belitung, Daerah Istimewa Yogyakarta dan Banten dengan prevalensi (3,9%) (Peratama et al., 2023)

Terdapat banyak masalah dan keluhan selama kehamilan salah satunya masalah psikologis berupa kecemasan selama hamil. Penatalaksanaan kecemasan dapat dilakukan dengan manajemen nonfarmakologi yaitu Relaksasi nafas dalam, relaksasi autogenik dan mendengar murottal, Relaksasi autogenik adalah salah satu terapi nonfarmakologi dengan menggunakan diri sendiri sebagai pusat terapi dengan menggunakan kata-kata afirmasi yang dapat menenangkan pikiran (Sangadah et al., 2020)

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode teknik relaksasi autogenik terhadap ansietas pada ibu PEB. Terapi ini dilakukan selama 15- 20 menit selama 3 hari

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Kelolaan utama dalam karya ilmiah akhir ini adalah pasien G4P2A1 dengan masalah keperawatan ansietas. Pengkajian dilakukan melalui observasi/ pengamatan langsung ke pasien. Pengkajian dilakukan pada kamis 4 juli 2024. Dari pengkajian tersebut didapatkan data antara lain pasien G4P2A1 dengan identitas: Ny. s jenis kelamin perempuan, usia 34 tahun, diagnosa medis G4P2A1 + PEB, Keluhan utama saat pengkajian klien mengeluh sakit kepala, merasa lemas dan cemas atas penyakit yang dialami sekarang, untuk aktivitas klien masih dibantu dikarenakan ketika bangun dari tempat tidur merasa pusing, riwayat penyakit dahulu klien mengatakan pernah dirawat sebelumnya

Saat dilakukan pengkajian pasien mengatakan mendapatkan rujukan dari dokter saat kontrol kehamilan. Pasien dirujuk karena memiliki tekanan darah yang cukup tinggi. Pasien dianjurkan dokter untuk rawat inap untuk perbaikan kondisi dan menstabilkan tekanan darah. Pasien diklasifikasikan sebagai PEB, karena memenuhi kriteria sesuai hasil (Akri et al., 2023) yang mengungkapkan bahwa preklamsia berat adalah suatu komplikasi kehamilan yang ditandai dengan timbulnya tekanan darah tinggi atau lebih disertai proteinuria dan edem pada kehamilan 20 minggu atau lebih.

Pada pemeriksaan data penunjang hasil laboraterium menunjukkan penurunan nilai hemoglobin, nilai Hb pasien 10,5 g/dL, hal ini sejalan dengan tinjauan kasus pada pasien dengan preeklamsia biasanya terjadi penurunan nilai hemoglobin. Hal ini terjadi akibat anemia sebagai salah satu komplikasi potensial akibat preeklamsia.

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan tinjauan kasus yang dilakukan, pada bab ini penulis akan membahas tentang penyakit yang diderita oleh Ny. S yaitu ibu hamil dengan peb dengan dilakukan terapi relaksasi autogenik terhadap ansietas masalah ini merupakan prioritas pertama yang penulis didapatkan dari hasil pengelolaan kasus mulai dari 4 juli 2024 dengan melalui beberapa tahap proses keperawatan antara lain pengkajian, perumusan, diagnosa, intervensi, implementasi hingga tahap evaluasi.

PENGGKAJIAN

Kelolaan utama dalam karya ilmiah akhir ini adalah pasien G4P2A1 dengan masalah keperawatan ansietas. Pengkajian dilakukan melalui observasi/ pengamatan langsung ke pasien. Pengkajian dilakukan pada kamis 4 juli 2024. Dari pengkajian tersebut didapatkan data antara lain pasien G4P2A1 dengan identitas: Ny. s jenis kelamin perempuan, usia 34 tahun, diagnosa medis G4P2A1 + PEB, Keluhan utama saat pengkajian klien mengeluh sakit kepala, merasa lemas dan cemas atas penyakit yang dialami sekarang, untuk aktivitas klien masih dibantu dikarenakan ketika bangun dari tempat tidur merasa pusing, riwayat penyakit dahulu klien mengatakan pernah dirawat sebelumnya

Saat dilakukan pengkajian pasien mengatakan mendapatkan rujukan dari dokter saat kontrol kehamilan. Pasien dirujuk karena memiliki tekanan darah yang cukup tinggi. Pasien dianjurkan dokter untuk rawat inap untuk perbaikan kondisi dan menstabilkan tekanan darah. Pasien diklasifikasikan sebagai PEB, karena memenuhi kriteria sesuai hasil (Akri et al., 2023) yang mengungkapkan bahwa preklamsia berat adalah suatu komplikasi kehamilan yang ditandai dengan timbulnya tekanan darah tinggi atau lebih disertai proteinuria dan edem pada kehamilan 20 minggu atau lebih.

Pada pemeriksaan data penunjang hasil laboraterium menunjukkan penurunan nilai hemoglobin, nilai Hb pasien 10,5 g/dL, hal ini sejalan dengan tinjauan kasus pada pasien dengan preeklamsia biasanya terjadi penurunan nilai hemoglobin. Hal ini terjadi akibat anemia sebagai salah satu komplikasi potensial akibat preeklamsia.

DIAGNOSA KEPERAWATAN

Ansietas berhubungan dengan krisis situasional, yang ditandai dengan pasien tampak gelisah, sulit tidur pada malam hari,. Ansietas merupakan kondisi emosi dan pengalaman subyektif individu terhadap objek yang tidak jelas yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman (SDKI). Diagnosa ini ditegakan karena pasien mengalami

ansietas dikarenakan pasien merasa khawatir dengan kondisi yang dialami, dikarenakan pasien memiliki penyakit PEB pada kehamilan keempat.

Risiko perfusi serebral tidak efektif, yang ditandai dengan tekanan darah tinggi pasien merasa gelisah, mengeluh sakit kepala. Pasien mendapatkan obat anti hipertensi seperti obat dopamet, nifedipine, dexamthasone untuk pematangan paru-paru pada janinnya dan mendapatkan obat Mgso4 untuk mencegah kejang pada pasien ini. Risiko perfusi merupakan penurunan sirkulasi darah pada level kapiler yang dapat mengganggu metabolisme tubuh. Diagnosa ini ditegakkan karena pasien mengalami tekanan darah tinggi pada kehamilan.

Intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan, yang ditandai dengan pemeriksaan hasil tanda-tanda vital. Data subyektif pasien mengungkapkan mudah lelah saat beraktivitas. Intoleransi aktivitas didefinisikan sebagai ketidakcukupan energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari (SDKI, 2018). Penulis menegakan diagnosa keperawatan ini dikarenakan intoleransi aktivitas dapat menjadi indikator kecukupan energi pada pasien dan sebagai penilaian status gizi. Gizi yang kurang akan menyebabkan pertumbuhan janin terganggu baik secara langsung maupun oleh nutrisi yang kurang ataupun tidak langsung akibat fungsi plasenta terganggu

INTERVENSI

Strategi pelaksanaan ansietas meliputi metode farmakologi dan nonfarmakologi, pelaksanaan non farmakologi berupa teknik relaksasi nafas dalam, relaksasi benson dan rekalsasi autogenik, Relaksasi autogenik merupakan relaksasi yang bersumber dari diri sendiri dengan menggunakan kata-kata atau kalimat pendek yang bisa membuat pikiran menjadi tenang (Ramadhan et al., 2023). Intervensi yang diberikan pada pasien Ny. S adalah teknik relaksasi autogenik yang dilakukan selama 3 hari dengan waktu 15- 20 menit, setelah intervensi yang didapatkan pasien mengatakan rasa cemasnya berkurang, tekanan darahnya menurun dan bisa tidur lebih nyenyak

Intervensi selanjutnya untuk masalah risiko perfusi serebral yang ditandai dengan tekanan darah tinggi yaitu meliputi metode farmakologi dan non farmakologi, pelaksanaan farmakologi berupa dopamet, nifedipine yang berguna untuk menurunkan tekanan darah, intervensi yang dilakukan untuk pasien Ny. S berupa teknik relaksasi autogenik yang berguna juga untuk menurunkan hipertensi karena dengan relaksasi diharapkan akan menghilangkan ketegangan

Selanjutnya untuk intervensi ketiga yaitu dengan masalah intoleransi aktivitas. Strategi pelaksanaan yang akan dilakukan meliputi monitor pola tidur, sediakan lingkungan yang nyaman dan rendah stimulus

KESIMPULAN

Setelah penulis melakukan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian,diagnosa, intervensi, melakukan implementasi dan evaluasi serta mengaplikasikan metode terapi relaksasi autogenik untuk mengurangi kecemasan pada Ny. S di Rumah Sakit Umum Kabupaten Tangerang dapat disimpulkan :

1. Saat dilakukan pengkajian pada Ny. S, klien mengatakan khawatir, cemas dan sering bertanya tentang penyakit yang ia alami, pasien takut untuk melahirkan karena takut terjadi sesuatu hal yang tidak diinginkan dengan kondisinya. Hal ini dibuktikan oleh (Abdullah et al., 2021) bahwa ibu yang sedang mengandung dan mengalami komplikasi dapat membuat cemas atas penyakit yang ditderitanya.
2. Diagnosa keperawatan prioritas yang muncul pada Ny. S. Ansietas berhubungan dengan krisis situasional
3. Intervensi tujuan yang dilakukan pada Ny. S dari diagnosa ansietas berhubungan dengan krisis situasional terhadap penyakit yang diderita adalah Klien mampu mengidentifikasi dan mengungkapkan gejala cemas. Klien mampu mengidentifikasi, mengungkapkan dan menunjukkan tehknik untuk mengontrol cemas, terapi yang dilakukan untuk kecemasannya adalah teknik relaksasi autogenik. Hal ini dibuktikan (Abdullah et al., 2021) bahwa teknik relaksasi berguna untuk kecemasan dan menurunkan tekanan darah
4. Implementasi yang dilakukan pada Ny. S. Pada tanggal 4 - 6 juli 2024 penulis melakukan metode terapi relaksasi autogenik pada Ny. S untuk mengurangi ansietas yang dialaminya

terhadap penyakit yang ia alami dan juga terhadap kehamilannya, memberikan terapi relaksasi autogenik pada Ny. S tentang tata cara melakukan terapi relaksasi autogenik dan menjelaskan tujuannya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Nazah & Wulandari, 2022) bahwa ada pengaruh antara terapi relaksasi autogenik terhadap ansietas

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, V. I., Ikraman, R. A., & Harlina, H. (2021). Pengaruh Penerapan Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 15(1), 17–23. <https://doi.org/10.36082/qjk.v15i1.199>
- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 876–881. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10008>
- Akri, Y. J., Yumawan, D., & Bora, E. (2023). Pengaruh Kenaikan Berat Badan Selama Hamil Dan Riwayat Hipertensi Dengan Kejadian Preeklamsia Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Rawat Inap NU Madinah Pujon. *Jurnal Biomed Science*, <https://jurnal.unitri.ac.id/index.php/biomed/article/download/4614/2203>
- Aksianty, N., Aditia, D. S., Destri, Y., & Ristiyana, S. (2022). Penatalaksanaan preeklamsia ringan berfokus pada pemberian rendam air hangat pada kaki di bpm Nurhamidah, S.St Bandar Lampung 2021. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(1), 26–33.
- Ananda, F. P., Syafrida, M., Surdam, Z., Dewi, A. S., Arfah, A. I., Susiawaty, & Irwan. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Dengan Kepatuhan ANC RSIA Ananda Makassar 2019. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(5), 172–177.
- Andira, & Sri Rahayu. (2023). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Preeklampsia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Ruang Dahlia RSUD. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.57151/jurnalsainsdankesehatan.v2i1.63>
- Annisa, D. F., & Ildil, I. (2019). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Ariesta, R. (2019). *Jurnal Obstretika Scientia* ISSN 2337-6120. *Hubungan Antara Umur Dan Paritas, Dengan Kejadian Preeklamsia*, 4(2), 400–413.
- Bayuana, A., Anjani, A. D., Nurul, D. L., Selawati, S., Sai'dah, N., Susianti, R., & Anggraini, R. (2023). Komplikasi Pada Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir: Literature Review. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 26. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i1.517>