

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Oesapa, Terletak di Jl. Jatirossa No.KM 10, oesapa, Kec. Kelapa lima. Puskesmas oesapa memiliki wilayah $\pm 15,31 \text{ km}^2$ atau 8,49% dari luas wilayah kota kupang.

Wilayah kerja UPT puskesmas oesapa mencakup 5 kelurahan yaitu, kelurahan oesapa, kelurahan oesapa barat, kelurahan oesapa selatan, kelurahan lasiana, kelurahan kelapa lima. Jumlah penduduk pada tahun 2016 yaitu 78.850 jiwa.

4.1.2 Gambaran Subjek Studi Kasus

Pasien Nn. Y berjenis kelamin perempuan, berusia 21 tahun, dan pasien masih berkuliah, pasien sudah memiliki anak namun belum menikah. Pasien tinggal bersama pacarnya di kos, pasien mengalami batuk batuk sekitar tanggal 28 februari 2024 namun pasien mengira bahwa cuman batuk-batuk biasa saja, dan pada tanggal 25 april 2024 pasien baru memeriksakan dirinya ke puskesmas dan di diagnosa TBC, sekitar 2 minggu kemudian pasien membawa anak dan pacarnya ke puskesmas untuk di periksa dan setelah dilakukan pemeriksaan anak pasien di nyatakan positif terkena TBC sedangkan pacarnya di nyatakan negatif. Pasien mengatakan bahwa setiap hari pasien bersama anaknya makan, minum dan tidur bersama. Setelah anaknya dinyatakan positif TBC anaknya di bawa ke orang tua Nn. Y di semau, pasien juga menyuruh pacarnya untuk pisah kamar untuk sementara karena takut penyakitnya tertular. Pasien baru mengonsumsi obat TBC selama 1 bulan. Maka dari itu pasien merasa cemas karena takut penyakitnya tertular lagi ke orang lain.

4.1.3 Pengkajian Keperawatan

Hasil pengkajian yang di lakukan pada tanggal 25 juni 2024 pada Nn. Y, 21 tahun, Jenis kelamin perempuan, pendidikan mahasiswa, beralamat di Jalan Jatirossa oesapa. Tanda dan gejala saat dikaji yaitu pasien merasa gelisah, cemas, dan tidak berkonsentrasi, keluhan utama pasien mengatakan cemas karena takut penyakitnya menular ke orang lain, pola makan >3 kali sehari, tidak ada alergi makanan atau obat-obatan, pola BAK/BAB baik.

Riwayat penyakit dahulu : pasien mengatakan tahun 2018 menderita penyakit lambung

Riwayat penyakit keluarga : pasien mengatakan kakaknya menderita TBC dan ayahnya menderita hipertensi.

Keadaan umum : pasien tampak gelisah, Pemeriksaan TTV TD : 110/70 mmHg, Nadi : 94 x/mnt, RR : 22 x/mnt, Suhu : 37,1°C.

Riwayat pengobatan : pasien baru meminum obat 1 bulan, dan pasien melakukan pemeriksaan dahak.

Hasil skor dari alat ukur kecemasan yang digunakan pada tanggal 25 juni 2024 adalah 52 (Kecemasan ringan)

4.1.4 Diagnosa Keperawatan

Tabel 4.1 Diagnosa Keperawatan pada Nn. Y

Data Fokus	Diagnosa Keperawatan
DS : - Klien mengatakan merasa cemas karena takut penyakitnya tertular ke orang lain. DO : Klien terlihat tidak konsentrasi dan gelisah TTV : TD : 110/70 mmHg Nadi : 94 x/mnt RR : 22 x/mnt Suhu : 37,1°C.	Ansietas b.d psikologis / integritas ego (D.0080)

Pada tabel diagnosa ini ada data fokus dan diagnosa keperawatan. Data fokus ini terdiri dari data subjektif dan objektif. Data subjektif : pasien mengatakan merasakan cemas karena takut penyakitnya tertular ke orang lain, data objektif : pasien terlihat tidak konsentrasi dan gelisah, TTV TD : 110/70, Nadi : 94 x/mnt, Pernapasan : 22 x/mnt, Suhu : 37,1°C dari data data diatas penulis mengambil diagnosa ansietas berhubungan dengan psikologis/integritas ego (D.0080).

4.1.5 Perencanaan Keperawatan

Diagnosa Keperawatan	Luaran Keperawatan	Intervensi Keperawatan
Ansietas b.d kekhawatiran akan penyakitnya (D.0080)	Setelah di lakukan penelitian keperawatan selama 3x pertemuan maka tingkat ansietas meningkat dengan kriteria hasil : <ol style="list-style-type: none"> 1. Perilaku gelisah menurun 2. Konsentrasi membaik 	Terapi Relaksasi Tahap Orientasi : <ol style="list-style-type: none"> 1) Memberikan salam 2) Validasi kondisi pasien 3) Kontak waktu dan tempat 4) Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan kepada pasien Fase Kerja <ol style="list-style-type: none"> 1) Posisi pasien di tempat yang tenang dan nyaman 2) Ciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman 3) Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi 4) Latih melakukan napas dalam : <ol style="list-style-type: none"> a. Anjurkan tutup mata dan konsentrasi penuh b. Ajarkan melakukan inspirasi dengan menghirup udara melalui hidung secara perlahan c. Ajarkan melakukan ekspirasi dengan menghembuskan udara dengan cara mulut mencucu secara perlahan

		<p>d. Demonstrasikan menarik napas selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik dan menghembuskan napas selama 8 detik</p> <p>e. Lakukan 3 X sehari selama 5-10 menit</p> <p>Fase Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menanyakan perasaan pasien setelah melakukan teknik relaksasi nafas dalam 2. Meminta pasien untuk mendemonstrasikan kembali 3. Memberi tahu pasien untuk melakukan teknik relaksasi nafas dalam jika mulai merasa cemas 4. Melakukan kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya
--	--	--

4.1.6 Implementasi Keperawatan

Hari/Tanggal/Jam	Implementasi Keperawatan
Selasa, 25 juni 2024 10.00	<p>1.1 Fase Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Salam terapeutik : “selamat pagi kakak, perkenalkan nama saya Ersa Christiani Luase, saya mahasiswa DIII Keperawatan. Kalau boleh saya tahu nama kakak siapa?”, “kakak senangnya di panggil apa?”. b. Evaluasi / Validasi : “Bagaimana perasaan kakak hari ini? Semalam tidurnya nyenyak?” <ul style="list-style-type: none"> • Kontrak : <ul style="list-style-type: none"> ➢ Topik : “bagaimana jika sekarang kita berbincang-bincang tentang kecemasan dan latihan cara mengontrol cemas dengan latihan relaksasi nafas dalam” ➢ Waktu : “Berapa lama kakak punya waktu untuk berbincang-bincang dengan saya? Bagaimana kalau 15 menit?” ➢ Tempat : “Dimana kakak mau berbincang-bincang dengan saya?”, “ya sudah,

bagaimana jika di ruangan ini saja kitaa berbincang-bincang”

- Tujuan
“Agar kakak dapat mengetahui kecemasan yang dirasakan dan cara mengatasinya”

1.2 Fase Kerja

“Sekarang coba kakak ceritakan apa yang kakak rasakan saat ini”. Jadi kakak merasa cemas karena takut penyakitnya tertular ke orang lain?, jadi yang perlu kakak ketahui adalah saat ini kakak berada pada tingkat kecemasan ringan. Untuk itu, kakak perlu melakukan terapi di saat kakak merasakan perasaan cemas. Terapi ini akan membantu menurunkan tingkat kecemasan kakak. Bagaimana kalau sekarang kita latihan, saya akan lakukan terlebih dahulu, kakak perhatikan saya, setelah itu kakak bisa mengikut cara yang sudah saya ajarkan. Kita mulai ya, silahkan duduk dengan posisi tegak lurus. Pertama, kakak tarik nafas perlahan-lahan, setelah itu tahan nafas dalam hitungan tiga setelah itu kakak hembuskan udara melalui mulut dengan meniup udara perlahan-lahan. Sekarang coba kakak praktikkan “bagus sekali, kakak sudah mampu melakukannya, kakak bisa melakukan latihan ini selama 5 sampai 10 kali sampai kakak merasa rileks atau santai.

1.3 Fase Terminasi

- a. Evaluasi Subjektif : Nah, sekarang bagaimana perasaan kakak setelah kita lakukan teknik relaksasi tadi?, apakah perasaan cemas kakak sudah berkurang,
- b. Evaluasi Objektif : Sekarang coba kakak lakukan lagi cara yang sudah kita pelajari.
- c. Rencana tindak lanjut : Mari, kita masukkan dalam jadwal harian kakak. Jadi, setiap kakak merasa cemas, kakak bisa langsung praktikkan cara ini

- Kontrak

- Topik : cara yang kita praktikan tadi baru mengurangi sedikit kecemasan yang ibu rasakan, bagaimana jika kita latihan kembali besok?
 - Waktu : bagaimana kita latihan ini besok, nanti di jam 10.00. berapa lama kakak punya waktu untuk berbincang-bincang dengan saya nanti? Bagaimana kalau 15 menit saja.
-

	➤ Tempat : dimana kakak akan latihan dengan saya nanti? Ya sudah, bagaimana kalau nanti kita melakukannya disini saja.
--	--

4.1.7 Evaluasi Keperawatan

Hari/Tanggal	Evaluasi
Selasa, 25 juni 2024	<p>S :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klien mengatakan cemas karena takut penyakitnya tertular ke orang lain. <p>O : Klien terlihat tidak konsentrasi dan gelisah</p> <p>TTV : TD : 110/70 mmHg Nadi : 94 x/mnt RR : 22 x/mnt Suhu : 37,1°C.</p> <p>A : Masalah belum teratasi</p> <p>P : Intervensi dilanjutkan</p>
Rabu, 26 juni 2024	<p>S :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klien mengatakan masih merasa sedikit cemas tapi tidak terlalu seperti sebelumnya <p>O :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klien tampak sedikit tenang - Klien terlihat mulai berkonsentrasi <p>TTV : TD : 110/90 N : 90 RR : 20x/mnt S : 36,6</p> <p>A : Masalah belum teratasi</p> <p>P : Intervensi dilanjutkan</p>
Kamis, 27 juni 2024	<p>S :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klien mengatakan cemas berkurang dan klien merasa nyaman

	O : - Klien tampak lebih tenang - Konsentrasi klien tampak membaik TTV : TD : 110/90 mmHg N : 84 x/mnt RR : 20 x/mnt S : 36,8 A : Masalah teratasi P : Intervensi Dihentikan
--	---

4.2 Pembahasan

Dalam pembahasan ini peneliti akan menguraikan tentang kesesuaian yang terjadi antara teori dan hasil penelitian dalam melakukan teknik relaksasi nafas dalam pada Nn. Y dengan masalah ansietas dikarenakan penyakit TBC. Pengkajian dilakukan selama 3 hari dari tanggal 25-27 Juni 2024 di wilayah kerja Puskesmas Oesapa. Dengan pengkajian, diagnosa, pelaksanaan, dan evaluasi.

1. Pengkajian

Fakta data yang di dapat pada penelitian Pengkajian merupakan langkah awal dari proses keperawatan yang di laksanakan pada pasien Nn. Y. Teknik yang di gunakan yaitu wawancara, observasi, yang di dapat saat kunjungan ke rumah pasien dengan tanda dan gejala pasien merasa cemas dan khawatir dan membuat pasien tidak berkonsentrasi karena takut penyakitnya tertular ke orang lain.

Opini pendapat peneliti Menurut ersa tanda dan gejala yang muncul pada penderita ansietas yaitu cemas, khawatir, tegang, jantung berdebar-debar, sesak nafas, gangguan pola tidur, gangguan konsentrasi, gangguan pencernaan, mual, tidak nafsu makan, sering berkemih, dan sakit kepala. Gejala yang muncul pada pasien Nn. Y dengan ansietas adalah cemas, gangguan konsentrasi, tidak tenang, dan khawatir.

Pengkajian yang dilakukan peneliti dilakukan pada tanggal 25 – 27 juni 2024 pada pasien Nn. Y berusia 21 tahun, jenis kelamin perempuan, pekerjaan mahasiswa, beralamat jl. jatirossa oesapa, belum menikah, keluhan utama pasien mengatakan cemas karena takut penyakitnya tertular ke orang lain, riwayat penyakit dahulu pasien mengatakan bahwa pada tahun 2018 pasien menderita penyakit lambung, riwayat penyakit keluarga pasien mengatakan kakaknya menderita penyakit TBC, dan ayahnya menderita penyakit hipertensi. Hasil pemeriksaan TTV TD : 110/70, Nadi 94 x/mnt, Pernapasan 22 x/mnt, Suhu 37,1°C. Riwayat pengobatan pasien baru mengonsumsi obat TBC selama 1 bulan, dan pasien baru melakukan pemeriksaan dahak. Kemudian penulis melakukan uji kecemasan menggunakan alat ukur kecemasan (Zung self-rating anxiety scale) pada tanggal 25 juni 2024 dan didapatkan hasil skor adalah 52 yang dimana Nn. Y mengalami kecemasan ringan.

2. Diagnosa

Sesuai data data dalam pengkajian di atas dapat dilihat dari keluhan utama maupun tanda dan gejala maka penulis mengambil diagnosa ansietas yang berhubungan dengan psikologi/integritas ego (D.0080)

3. Perencanaan

Setelah dilakukan perencanaan dan Implementasi Keperawatan yaitu penerapan latihan teknik relaksasi napas dalam yang bertujuan untuk membantu mengurangi ansietas/ kecemasan. Adapun Metode dan Cara mengajarkan latihan teknik relaksasi napas dalam yaitu (1) Posisi pasien di tempat yang tenang dan nyaman (2) Ciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman (3) Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi (4) Latih melakukan napas dalam : (5) Anjurkan tutup mata dan konsentrasi penuh (6) Ajarkan melakukan inspirasi dengan menghirup udara melalui hidung secara perlahan (7) Ajarkan melakukan ekspirasi dengan menghembuskan udara dengan cara mulut mencucu secara perlahan (8)

Demonstrasikan menarik napas selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik dan menghembuskan napas selama 8 detik (9) Lakukan 3 X sehari selama 5-10 menit. Teknik ini bisa dilakukan 2 - 3 kali sehari secara mandiri.

4. Evaluasi

Evaluasi yang dilakukan pada pasien Nn. Y untuk mengetahui sejauh mana perkembangan keadaan pasien setelah dilakukan tindakan relaksasi nafas dalam. Dan melakukan observasi

Pada tanggal 25 juni 2024 S : pasien mengatakan merasa cemas karena takut penyakitnya tertular ke orang lain, O : pasien terlihat tidak konsentrasi dan gelisah, TTV Td : 110/70, Nadi 94 x/mnt, Pernapasan 22 x/mnt, Suhu 37,1°C. A : masalah keperawatan belum teratasi. P : Intervensi dilanjutkan.

Pada tanggal 26 juni 2024 S : pasien mengatakan masih merasa sedikit cemas tapi tidak terlalu seperti sebelumnya, TTV TD : 110/90, Nadi 90 x/mnt, Pernapasan 20 x/mnt, Suhu 36,6°C. O : pasien tampak sedikit tenang dan pasien terlihat mulai berkonsentrasi, A : masalah keperawatan belum teratasi, P : intervensi dilanjutkan

Pada tanggal 27 juni 2024 S : pasien mengatakan cemas berkurang dan pasien merasa nyaman, O : pasien terlihat lebih tenang dan konsentrasi pasien tampak baik, TTV TD : 110/90, Nadi 84 x/mnt, Pernapasan 20 x/mnt, Suhu 36,8°C. A : masalah teratasi, P : intervensi dihentikan.

Setelah melakukan evaluasi peneliti melakukan pengukuran kecemasan menggunakan alat ukur kecemasan yang dimana pada tanggal 25 juni 2024 dengan skor 52 dan pada tanggal 27 juni 2024 dengan skor 43 yang dimana pasien pada tanggal 25 juni pasien mengalami kecemasan ringan setelah dilakukan tindakan relaksasi selama 3 hari dan pada tanggal 27 dilakukan kembali pengukuran kecemasan pasien menurun menjadi normal.