

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemi Covid 19 sekarang ini terjadi perubahan yang drastis bagi kebanyakan anak-anak juga orang tua, keadaan orang tua yang merasa takut serta cemas saat anak-anak berinteraksi di luar rumah serta hilangnya aktifitas atau kebiasaan bermain membuat anak-anak rentan terserang perasaan cemas. Kecemasan yang tinggi bisa membuat kesehatan seseorang terganggu dan terkena psikosomati. Kecemasan adalah suatu keadaan yang diikuti dengan rasa ketakutan yang disertai dengan tanda somatik yang menyatakan terjadinya hiperaktifitas sistem saraf otonom (Kusuma 2014).

Cemas adalah emosi seseorang yang ada hubungannya dengan keadaan yang ada diluar dirinya dan mekanisme diri yang digunakan untuk mengatasi permasalahan (Asmadi, 2015). Salah satu dampak hospitalisasi anak bagi orang tua adalah menimbulkan kecemasan dan kekawatiran bagi orang tua terutama bagi ibunya. Takut cemas serta frustrasi merupakan perasaan yang banyak dinyatakan oleh orang tua, takut dan cemas dapat berkaitan dengan keseriusan penyakit dan jenis prosedur medis yang dilakukan seringkali mempengaruhi tingkat kecemasan (Hawari, 2015).

Hospitalisasi merupakan suatu keadaan yang biasanya dihadapi anak-anak. Keadaan tersebut diakibatkan oleh stres karena adanya perubahan status kesehatan, prosedur keperawatan yang harus kita lakukan yaitu perubahan lingkungan sehari-hari dan keterbatasan mekanisme koping terhadap stressor yang dimiliki. Kurangnya pengetahuan/tingkat pengetahuan memiliki kaitan positif bagi tingkat kecemasan yang dirasakan seseorang, maka dari itu pengetahuan yang baik tentang hospitalisasi anak merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada keluarga atau orang tua akibat hospitalisasi (Padila. 2015).

Ansietas merupakan reaksi yang wajar dari orang tua saat anak sakit dan mengharuskan untuk hospitalisasi karena dapat bermanfaat dalam beberapa keadaan contohnya orang tua lebih waspada. Namun bila ansietas terus berlanjut serta berlebihan tentunya dapat mengganggu aktifitas dalam

kehidupan sehari-hari (*Mental Health Foundation, 2014*). Sekitar 30% anak-anak ada satu kali pernah mengalami hospitalisasi dan sekitar 5% ada beberapa kali (Kezemi et al 2012). Semakin bertambah populasi anak yang dirawat di rumah sakit, dimana hospitalisasi pada anak adalah suatu pengalaman yang penuh dengan stress, baik bagi anak itu sendiri maupun orang tua dari anak-anak yang di hospitalisasi membutuhkan dukungan dan adanya perasaan aman.

Kecemasan yang dirasakan oleh orang tua dapat dilihat dari bagaimana kita mengukur status psikologis orang tua dari anak-anak yang dirawat selama epidemi dan membandingkan dengan orang tua yang anak-anaknya dirawat sebelum epidemi COVID-19 di Nanchang, dari 50 orang tua anak yang dirawat *Non Epidemic Hospitalized* (NEH) dan 50 orang tua anak yang dirawat selama *Epidemic Hospitalized* (EH) Skor kecemasan orang tua anak EH secara signifikan lebih tinggi daripada skor kecemasan orang tua anak NEH (Yuan et al 2020). Didapatkan hasil dari 171 orang tua, 85% orang tua khawatir dengan SARS-CoV-2 akan tertular anak mereka dan menganggap rumah sakit tidak lagi menjadi tempat yang aman bagi anak mereka (Darlington et al., 2021)

Dari data yang didapat Badan Nasional Rumah Sakit Anak yang ada di Amerika ada sebanyak 6,5 juta anak yang mengalami kejadian hospitalisasi (Robert, 2010). Orang tua yang menemani hospitalisasi anak merupakan salah satu pemicu stres tersendiri bagi orang tua khususnya ibu yang memiliki frekuensi kecemasan dan depresi lebih tinggi selama masa hospitalisasi anak. Hospitalisasi selama masa pandemi COVID-19 dapat meningkatkan ansietas dari orang tua.

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Nasional (Susenas) tahun 2010 di daerah perkotaan tentang anak yang dirawat dirumah sakit menurut kelompok usia 0-4 tahun sebesar 25,8%, usia 5-12 tahun sebanyak 14,19%, usia 13-15 tahun sekitar 9,1%, usia 16-21 tahun sebesar 8,13%. Anak yang dirawat di rumah sakit akan berpengaruh pada kondisi fisik dan psikologisnya serta juga berpengaruh pada orang tua. Respon kecemasan adalah suatu perasaan yang paling umum yang dialami oleh orang tua saat ada masalah

kecemasan pada anaknya. Hospitalisasi pada anak menyebabkan stress dan kecemasan pada orang tua terlebih pada ibu, stres tersebut akan memberi dampak terhadap pengobatan dan proses penyembuhan anak (Tayebeh Tehrani, 2012).

Dilihat dari data yang didapat dimana di Rumah Sakit Profesor Kandou Malalayang pada Desember 2017 sesuai data yang didapat oleh tingkat kecemasan orang tua dengan pada anak yang dihospitalisasi selama 8 bulan terakhir berjumlah 713. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan apa yang sedang terjadi sekarang ini di Rumah Sakit Budi Setia Langowan dimana sesuai dengan kajian awal 2 minggu terakhir ini dengan jumlah 14 orang tua pasien yang dikaji 11 diantaranya mengalami tingkat kecemasan dimana orang tua pasien mengatakan cemas dengan kondisi anak mereka yang sedang dirawat.

Kecemasan orang tua dengan anak yang di hospitalisasi di masa pandemi covid 19 di Rumah Sakit Budi Setia Langowan sangat tinggi karna dimana kecemasan orang tua yang muncul saat dimana orang tua pasien bertanya tentang keadaan yang ada di rumah sakit di sekitar ruangan perawatan begitu juga dengan pasien pasien covid 19 yang dirawat orang tua pasien cemas bilamana anaknya akan tertular atau terkena covid 19 oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh terapi relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan orang tua pada anak yang di hospitalisasi dimana pandemi covid 19 di Rumah Sakit Budi Setia Langowan.

Latihan relaksasi berguna digunakan untuk menurunkan stres dan kecemasan. Beberapa literatur menyebutkan kalau relaksasi dapat menurunkan stres, cemas dan tekanan. Benson merupakan salah satu pakar yang mengembangkan teknik relaksasi melalui psikofisiologikal (Benson et al 2016).

Latihan relaksasi merupakan suatu strategi terbaik untuk menangani stres. Teknik relaksasi banyak jenisnya, salah satunya adalah peneliti melaporkan adanya pengaruh positif pada 10 menit latihan relaksasi terhadap perasaan secara umum. Hal ini bisa di observasi dari penurunan rasa bingung dan skor kelemahan dari post intervensi (Hasih 2011). Relaksasi autogenik ini biasa

dikategorikan pada relaksasi mental atau relaksasi fisik. Teknik relaksasi autogenik merupakan salah satu teknik relaksasi yang bersumber dari diri sendiri berupa kata kata atau kalimat pendek ataupun pikiran yang bisa membuat pikiran tenang. Relaksasi autogenik dilakukan dengan membayangkan diri sendiri berada dalam keadaan damai dan tenang berfokus pada pengaturan nafas dan detak jantung.

Dalam upaya-upaya yang dilakukan untuk mengatasi tingkat kecemasan orang tua terhadap anak yang dihospitalisasi dimasa pandemi covid 19. Peran perawat dalam memberikan dukungan kepada orang tua saat anak mengalami hospitalisasi sangat penting. Perawat sebagai tenaga kesehatan yang paling sering berinteraksi dengan anak dan keluarga sangat berperan dalam meminimalisir cemas sebagai dampak hospitalisasi yang terjadi pada anak dan orang tua serta membentuk coping yang positif.

1.2 Pertanyaan Penelitian

“Apakah ada pengaruh teknik relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan orang tua pada anak yang dihospitalisasi dimasa pandemi covid 19 di Rumah Sakit Budi Setia Langowan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahui pengaruh teknik relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan orang tua pada anak yang hospitalisasi dimasa pandemi covid 19 di Rumah Sakit Budi Setia Langowan

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Diketahui karakteristik dari responden di Rumah Sakit Budi Setia Langowan.

1.3.2.2 Diketahui gambaran tingkat kecemasan orang tua yang anaknya dihospitalisasi sebelum di berikan teknik relaksasi autogenik.

1.3.2.3 Diketahui gambaran tingkat kecemasan orang tua yang anaknya dihospitalisasi sebelum di berikan teknik relaksasi autogenik.

1.3.2.4 Diketahui pengaruh teknik relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan orang tua pada anak yang di hospitalisasi di masa pandemi covid 19 di rumah sakit budi setia langowan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian yang akan dilakukan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dalam ilmu pengetahuan mengenai pengaruh teknik autogenik terhadap tingkat kecemasan orang tua serta dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang keperawatan anak.

1.4.2 Manfaat Praktis.

1.4.2.1 Bagi Rumah Sakit

Dapat digunakan sebagai acuan untuk bahan evaluasi dalam melayani klien (orang tua) yang mengalami kecemasan terhadap anaknya yang dihospitalisasi

1.4.2.2 Bagi Peneliti

Dapat digunakan sebagai bahan atau sumber untuk penelitian selanjutnya yang akan dilakukan di Rumah Sakit yang sudah ditentukan untuk dapat mengetahui bagaimana cara mengatasi tingkan kecemasan orang tua pada anak yang dihospitalisasi.

1.4.2.3 Bagi Perawat

Penelitian ini bisa memberikan informasi perihal bagaimana kita sebagai perawat anak dalam mengatasi tingkat kecemasan orang tua terhadap anak yang di hospitalisasi dimasa pandemi covid 19 dalam memberikan terapi relaksasi autogenik.

1.4.2.4 Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan dalam mengatasi kecemasan ketika anaknya sedang dirawat dirumah sakit.

