



KARYA ILMIAH AKHIR

PENERAPAN *PROGRESIVE MUSCLE RELAXATION* TERHADAP
KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI

Karya Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan
profesi ners

MEI NOPITASARI
NIM : 2408022

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
TAHUN 2025

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mei Nopitasari

Tempat, tanggal lahir : Blora, 20 Mei 2002

NIM : 2408022

Program Studi : Profesi Ners Universitas Widya Husada Semarang

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Laporan Karya Ilmiah dengan judul “Penerapan *Progresive Muscle Relaxation* Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi” merupakan hasil karya saya, naskah ini tidak ada karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk mendapatkan gelar Profesi di suatu Perguruan Tinggi dan tidak ada karya atau pendapat orang lain yang pernah ditulis atau diterbitkan baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali secara ter kutip dalam naskah ini serta diterbitkan pada sumber kutipan atau bibliograf.
2. Bila ternyata naskah laporan Karya Ilmiah ini bisa dibuktikan ada unsur-unsur plagiat, saya bersedia laporan skripsi ini digugurkan serta gelar akademik yang sudah saya peroleh dibatalkan dan diproses dengan ketentuan aturan yang berlaku.
3. Laporan Karya Ilmiah ini bisa dijadikan sumber pustaka yang adalah hak bebas *royalty non eksklusif*.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 29 April 2025
Yang Menyatakan

(Mei Nopitasari)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan Judul **“Penerapan *Progresive Muscle Relaxation* Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi”**

Karya Ilmiah Akhir Ners ini disusun dalam rangka memenuhi syarat dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners. Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan atas bantuan dan bimbingan dari banyak pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA, selaku Rektor Universitas Widya Husada Semarang.
2. Ibu Ns. Heny Prasetyorini, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Universitas Widya Husada Semarang.
3. Ibu Ns. Mariyati, M.Kep.Sp,Kep.J, selaku pembimbing yang telah membimbing dan memberi arahan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
4. Bapak Ns. Wijanarko Heru P. S.Kep., M.H selaku ketua penguji.
5. Segenap Dosen dan seluruh Staf pengajar Prodi Pendidikan Profesi Ners Universitas Widya Husada Semarang, serta semua pihak yang membantu dan memberikan ilmu dan bimbingan pada penulis.
6. Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun sebagai masukan guna melengkapi dan memperbaiki lebih lanjut.

Semarang, 29 April 2025
Penulis

Mei Nopitasari
NIM.2408022

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SIAP UJIAN KARYA ILMIAH.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR GRAFIK.....	6
DAFTAR TABEL	7
DAFTAR LAMPIRAN	8
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
3. Manfaat Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Teori Tindakan Operasi.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi.....	Error! Bookmark not defined.
2. Sifat Operasi.....	Error! Bookmark not defined.
3. Jenis Pelayanan Tindakan Operasi	Error! Bookmark not defined.
4. Persiapan Pre Operasi	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep Teori Kecemasan.....	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian	Error! Bookmark not defined.
2. Manifestasi Klinis	Error! Bookmark not defined.
3. Patofisiologi	Error! Bookmark not defined.
4. Penanganan	Error! Bookmark not defined.
5. Alat Ukur Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
C. Konsep Teori <i>Progresive Muscle Relaxation</i>	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi.....	Error! Bookmark not defined.

2. Manfaat	Error! Bookmark not defined.
3. Prosedur	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	Error! Bookmark not defined.
METODE STUDI KASUS	Error! Bookmark not defined.
A. Rancangan Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
B. Subjek Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
C. Fokus Studi	Error! Bookmark not defined.
D. Lokasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
E. Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
F. Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
G. Penyajian Data	Error! Bookmark not defined.
H. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
I. Jadwal Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB IV.....	Error! Bookmark not defined.
HASIL STUDI DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
SIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1. Tingkat Kecemasan pasien pre dan post terapi *progresive muscle relaxation***Error!
Bookmark not defined.**



DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Distribusi Jenis kelamin.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2 Distribusi Umur	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3 Distribusi Pendidikan.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 4 Distribusi Riwayat Operasi.....	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal kegiatan	56
Lampiran 2. Lembar Permohonan menjadi Responden	57
Lampiran 3. Informed Consent	58
Lampiran 4. Lembar Kuesioner	59
Lampiran 5. Lembar Observasi	60
Lampiran 6. Dokumentasi	60
Lampiran 7. Lembar Konsultasi	61

