



**PENGARUH PEMBERIAN PROGRESSIVE MUSCULAR RELAXATION (PMR)
TERHADAP KADAR SATURASI OKSIGEN PADA PASIEN TBC**

Lisa Ariana, Bella Tania Fay Syam, Fauzul azhimi, Mawardin Harefa, Sunarti*

PUI-PT Palliative Care, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Prima Indonesia, Jl. Sampul No.3, Sei Putih Barat, Medan, Sumatera Utara 20118, Indonesia

*sunarti@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

Masalah TBC membutuhkan perhatian penuh karena akan mengalami gangguan pada oksigenasi yang mana harus ada alat bantu pernapasan, pengendalian asupan cairan dan pengamatan yang intensif. Dibutuhkan sebuah penanganan atau terapi untuk membantu meningkatkan kembali kualitas pernapasan pada penderita TBC, salah satu terapi yang dianggap aman dan mudah digunakan adalah terapi Progressive Muscular Relaxation (PMR). Menganalisa apakah ada pengaruhnya pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC di RSUD Royal Prima Medan merupakan tujuan yang ingin dicapai. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Royal Prima dengan desain penelitian eksperimen semu dengan satu kelompok pre-test dan satu kelompok post-test. Penderita TBC rawat inap menjadi sampel dalam penelitian berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian adalah accidental sampling. Data hasil penelitian diolah dengan univariat dan bivariat melalui uji *Wilcoxon signed rank test*. Uji Wilcoxon menjelaskan bahwa adanya pengaruh pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC di Rumah Sakit Royal Prima dengan perolehan nilai Pvalue 0,004 dan Z -3,450. Kesimpulannya adalah ada pengaruh pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC di Rumah Sakit Royal Prima.

Kata kunci: kadar saturasi oksigen; progressive muscular relaxation (PMR); TBC

***THE EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCULAR RELAXATION (PMR) ON OXYGEN
SATURATION LEVELS IN TB PATIENTS***

ABSTRACT

TB problems require full attention because they will experience disruption to oxygenation which requires breathing aids, fluid intake control and intensive observation. Treatment or therapy is needed to help improve the quality of breathing in TB patients, one therapy that is considered safe and easy to use is Progressive Muscle Relaxation (PMR) therapy. Analyzing whether there is an effect of giving Progressive Muscular Relaxation (PMR) on oxygen saturation levels in TB patients at Royal Prima Hospital Medan is the goal to be achieved. This study was conducted at Royal Prima Hospital with a quasi-experimental research design with one pre-test group and one post-test group. Inpatient TB patients were the sample in the study totaling 30 people. The research data were processed with univariate and bivariate tests through the Wilcoxon signed rank test. The Wilcoxon test explains that there is an effect of giving Progressive Muscular Relaxation (PMR) on oxygen saturation levels in TB patients at Royal Prima Hospital with a Pvalue of 0.004 and Z -3.450. The conclusion is that there is an effect of giving Progressive Muscular Relaxation (PMR) on oxygen saturation levels in TB patients at Royal Prima Hospital.

Keywords: oxygen saturation levels; progressive muscular relaxation (PMR); TB

PENDAHULUAN

Penyakit Tuberkulosis atau disingkat dengan TBC telah dikenal lebih dari berabad-abad tahun yang lalu dimana penyebab dikenal dengan kuman Tuberkulosis penemunya ialah Robert

Koch ditahun 1882. Sampai saat ini penyakit Tuberkulosis Paru itetap menjadi masalah kesehatan global ditingkat Dunia maupun Indonesia (Tahitu, 2021). Penyakit TBC memiliki tanda dan igejala yang dapat mengganggu aktifitas ipenderitanya, kenyamanan, kualitas paru, mudah lelah, sakit dada, batuk disertai dahak, kehilangan nafsu makan, keringat tengah malam, gangguan istirahat dan sering imengalami penurunan berat badan. Terlebih lagi penderita TBC sering mengalami penurunan oksigen tubuh dalam tubuh, imenurunnya metabolisme dan idapat memperlambat pernapasan (Hartono, 2019).

Masalah TBC membutuhkan perhatian penuh karena pada penyakit TBC pasien akan mengalami gangguan pada oksigenasi yang mana harus ada alat bantu pernapasan, pengendalian asupan cairan dan pengamatan yang intensif menit demi menit hari demi hari dan bahkan sampai berminggu-minggu, untuk mendapatkan hasil terapi yang diharapkan optimal, diperlukan kerjasama dalam tim pelayanan kesehatan, dimana diperlukan suatu pengaturan yang intensif yang melibatkan seluruh disiplin ilmu kesehatan sehingga akan menguntungkan bagi pasien (Koplin & Muller, 2016). Dibutuhkan sebuah penanganan atau terapi dengan tujuan untuk membantu meningkatkan kembali kualitas pernapasan pada penderita TBC, salah satu terapi yang dianggap aman dan mudah digunakan adalah terapi Progressive Musle Relaxation (PMR).

Progressive Musle Relaxation (PMR) atau terapi relaksasi otot progresif imerupakan sebuah pendekatan komplementer yang digunakan iuntuk imengurangi stres fisik dan psikologi. Gerakan PMR idilakukan dengan imeregangkan dan merilekskan otot otot besar isecara pelan, teratur dan berurutan (Tabarsi, et al, 2019). Latihan ini menurunkan ketegangan fisik dan efek sistem isaraf simpatis dengan meningkatkan kerja sistem saraf parasimpatis sehingga menurunkan denyut nadi, tekanan darah, konsumsi oksigen dan kerja kelenjar keringat (Tabarsi, et al, 2019). Menurut Maryam (2019) dalam bukunya menjelaskan bahwa terapi relaksasi otot progresif atau PMR ini termasuk metode terapi relaksasi yang termurah, mudah dilakukan, tidak terdapat efek samping, dapat membuat pikiran terasa tenang dan tubuh menjadi rileks. teknik relaksasi otot progresif adalah memusatkan perhatian pada suatu aktivitas otot, dengan mengidentifikasi otot yang tegang kemudian menurunkan ketegangan dengan melakukan teknik relaksasi untuk mendapatkan perasaan relaks (Purwanto, 2021). Relaksasi otot progresif dapat memfasilitasi konsumsi oksigen tubuh, meningkatkan metabolisme, mempercepat pernapasan, mengendurkan ketegangan otot, menyeimbangkan tekanan darah sistolik dan diastolik, dan meningkatkan gelombang otak alfa hal ini dapat mempengaruhi kadar oksigen pada penderita TBC yang mengalami penurunan kadar oksigen di dalam tubuh yang dapat mencegah terjadinya ancama kesehatan yang serius baik secara fisik mapun psikologis (Jonna, et al. 2019).

Efektifitas dari tindakan ini dapat dilihat dari adanya peningkatan aliran puncak ekspirasi, relaksasi otot, serta berkurangnya sesak napas. Tindakan ini menyebabkan peningkatan tekanan pada rongga mulut diteruskan pada cabang-cabang bronkus sehingga meningkatkan tekanan intrabronkial seimbang, memperlambat fase ekspirasi, memudahkan pengosongan udara dari rongga toraks, meningkatkan pengeluaran karbondioksida sehingga dapat mencegah air rapping dan kolaps bronkiolus pada waktu ekspirasi (Novarin et al., 2021). Data menunjukkan sekarang Indonesia berada pada posisi kedua setelah India. Terdapat delapan dari negara-negara penyumbang dua pertiga dari total global TB Paru yaitu: India (26%), Indonesia (8,5%), Cina (8,4%), Filipina (6,0%), Pakistan (5,7 %), Nigeria (4,4%), Bangladesh (3,6%) dan Afrika Selatan (3,6%) (World Health Organization & Ghebreyesus, 2020). Indonesia tahun 2020, angka kematian akibat TBC di Indonesia meningkat menjadi 98.000 orang dengan kasus baru mencapai 845.000 kasus (Pusat Layanan Kesehatan, 2021). TBC Sumatera Utara cenderung meningkat, yang 166

ditemukan kasus TBC baru per 100.000 penduduk di tahun 2020 meingkat menjadi 274 kasus baru per 100.000 penduduk di SUMUT pada tahun 2022 (WHO, 2022)

Penelitian yang dilakukan oleh Rusminah, Siswanto dan Susi Amalia (2021) diketahui bahwa terdapat efektifitas teknik terapi relaksasi otot progresif terhadap peningkatan saturasi oksigen pada ipasien PPOK. Penelitian yang sejenis dilakukan juga oleh Agustina, et al, (2022) mengenai penelitian dengan judul “Pengaruh pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap ikadar isaturasi oksigen pada pasien TBC diuangan isolasi TBC RSUD Anwar Medika Krian Sidoarjo memperoleh sebuah hasil yaitu terdapat peningkatan saturasi oksigen pada pasien TBC setelah imelakukan latihan PMR kepada 34 orang atau sekita 85% dari total keseluruhan pasien yang dijadikan sampel penelitian. Penelitian ini memperoleh hasil yang dapat menjelaskan tentang PMR yang dilakukan dapat menurunkan ketegangan otot pernapasan menjadi lebih rileks sehingga udara mudah untuk masuk dan keluar.

Berdasarkan data yang diperoleh pada saat melakukan survei pendahuluan penelitian, ditemukan kondisi pasien sebagai berikut: pasien TBC tampak kelelahan atau kesulitan bernapas, wajah tampak gelisah dan tidak bersemangat, Peneliti melakukan tanya jawab ikepada iberapa pasien pada saat itu, peneliti imenanyakan apa yang dirasakan pasien saat ini? Pasien mengatakan bahwa adanya terasa berat dan sesak, tidak puas bernapas dan selalu cemas pada apa yang dirasakannya. Kemudian peneliti imenjelaskan dan menawarkan akan terapi PMR kepada pasien. Pasien TBC terlihat begitu bersemangat untuk mendapatkan terapi tersebut karena pasien sama sekali belum pernah mendengar terapi PMR sebelumnya. Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah “Pengaruh antara pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC di Rumah Sakit Royal Prima Tahun 2025”.

METODE

Penelitian memiliki jenis kuantitatif dengan pre-eksperimental design atau ekperimen isemu melalui rancangan penelitian one group pre-test dan post-test design yaitu penelitian yang dilakukan dengan menggunakan satu kelompok penelitian, dimana subjek atau kelompok penelitian yang diobservasi sebelum dan stelah dilakukan intervensi. Intervensi dilakukan terhadap kelompok intervensi yang sama (one group intervention) kemudian selanjutnya diukur berdasarkan waktu yang telah ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2018). Penelitian ini dilaksanakan di ruang terapi Gedung A dan B Rumah Sakit Umum Royal Prima. Penelitian ini dilakukan pada bulan April tahun 2025 selama kurang lebih 2 minggu.

Pada penelitian ini populasi penelitian adalah penderita TBC yang dirawat diruang rawat inap Rumah Sakit Umum Royal Prima Medan pada bulan Januari 2025 sebanyak 30 orang. Besar sampel yang diambil idalam penelitian ini mengacu pada tehnik accidental sampling yaitu suatu metode penentuan sampel dengan mengambil responden yang kebetulan ada disuatu tempat penelitian. Jumlah sampel dalam penelitian ini diperkirakan sebanyak 30 orang. Adapun yang menjadi kriteria inklusi penelitian yaitu pasien yang mengalami stress ringan, sedang, berat, tingkat kesadaran komposmentis, mengalami masalah dalam saturasi oksigen dimana saturati oksigen tidak kuran dari 100 dan tidak ada gangguan activity daily living. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu pasien dengan komplikasi, mengalami gangguan jiwa, pasien sulit berkomunikasi dan tidak sadarkan diri.

Pengukuran variabel pada penelitian ini imengacuh penilaian terhadap kadar saturasi oksigen. Instrument yang digunakan peneliti dalam penelitian ini yaitu lembar observasi dan SOP PMR terdiri dari 14 gerakan beserta ialat ukur saturasi oksigen yang terdapat di RSUD Royal Prima Medan. Adapun yang menjadi prosedur penelitian ini yaitu dimana responden dilakukan pengukuran terhadap saturasi oksigen sebelum diberikan tindakan Progressive Muscle Relaxation (PMR) sebagai data pre-test. Kemudian responden diberikan terapi

tindakan PMR berdasarkan SOP terdiri dari 14 gerakan yaitu melatih otot tangan depan, melatih otot tangan belakang, melatih otot biseps, melatih otot bahu, melatih otot wajah, meregangkan otot rahang, mengendurkan otot mulut, melatih otot leher depan, melatih otot punggung, melemaskan otot dada, melatih otot perut, dan melatih otot paha serta betis.

Selanjutnya terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) diberikan kepada responden sebanyak 1 kali dalam 1 hari selama 1 hari saja dengan durasi terapi selama kurang lebih 25 menit. Pemberian terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) ini dilakukan oleh peneliti sendiri dan dibantu oleh enumerator yaitu perawat di RSUD Royal Prima yang sudah berpengalaman dalam mengukur saturasi oksigen. Setelah diberikan Progressive Muscle Relaxation (PMR), responden dilakukan pengukuran kembali terhadap saturasi oksigen sebagai data post-test. Selanjutnya data pre dan post dilakukan analisis untuk mengetahui perbedaan saturasi oksigen responden sebelum dan sesudah diberikan tindakan Progressive Muscle Relaxation (PMR).

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini mencakup dua jenis data yaitu data primer adalah data yang dilakukan secara langsung oleh peneliti dan menggunakan alat ukur saturasi oksigen yang dilakukan langsung kepada responden. Data sekunder adalah dengan cara pengambilan data yang didapat melalui catatan atau pertinggal yang dimiliki bagian rekam medik. Analisa univariat dilakukan dalam mengolah data dengan tujuan untuk menjelaskan karakteristik dari setiap variabel penelitian. Pada umumnya analisa ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dari setiap variabel dalam bentuk tabel. Analisa bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh pemberian aroma terapi daun jeruk terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien stroke dengan menggunakan uji statistik uji Wilcoxon signed rank test. Analisa bivariat ini disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi melalui tabel analisa bivariat berbentuk tabulasi silang.

HASIL

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan terhadap 30 pasien TBC yang dirawat inap Rumah Sakit Umum Royal Prima Medan selama kurang lebih dua minggu yaitu pada tanggal 2 sampai 15 Mei 2025. Berikut akan dipaparkan hasil penelitian berbentuk tabel dan narasi dari setiap variabel yang diteliti.

Tabel 1.
Distribusi frekuensi karakteristik penderita TBC yang mengalami kecemasan (n=30)

Karakteristik	f	%
Umur (tahun) WHO		
Paruh baya (44-60)	16	61.5
Usia tua (61-75)	8	23.8
Usia pikun (75-90)	6	14.7
Total	30	100
Pendidikan WHO		
Pendidikan dasar (SD)	9	15.1
Pendidikan menengah (SMP, SMA)	20	71.8
Pendidikan tinggi (menempuhi pendidikan lanjutani)	5	12.1
Total	30	100
Pekerjaa WHO		
Bekerja	6	15.3
Tidak bekerja	24	84.7

Terdapat lebih banyak pasien yang terkena TBC berada pada usia paruh baya sekitar 16 pasien atau 61.5%, dan lebih sedikit berada pada usia pikun sekitar 6 pasien atau 14.7%. Pasien dengan pendidikan, ditemukan bahwa lebih banyak pasien TBC berada pada pendidikan menengah (SMP, SMA) sekitar 20 pasien atau 71.8%, dan lebih sedikit berada pada pendidikan tinggi sebanyak 5 pasien atau sekitar 12,1%. Pekerjaan pasien TBC lebih

banyak pasien tidak bekerja sekitar 22 pasien atau 84.7% dan lebih sedikit pasien TBC bekerja sekitar 4 pasien atau 15.3%.

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Kadar Saturasi Oksigen Pada Pasien TBC Sebelum Pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) (n=30)

Kadar Saturasi Oksigen	Sebelum	
	f	%
Normal	10	33.3
Rendah	20	66.7

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 30 pasien TBC yang telah digambarkan pada tabel diatas menjelaskan bahwa pasien TBC lebih banyak mengalami nilai kadar saturasi oksigen rendah sebanyak 20 pasien TBC atau sekitar 66.7% dan lebih sedikit pasien TBC mengalami nilai kadar saturasi oksigen sebanyak 10 pasien TBC atau sekitar 33.3%.

Tabel 3.
Distribusi frekuensi Kadar Saturasi Oksigen Pada Pasien TBC Setelah Pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) (n=30)

Tingkat Kecemasn	Setelah	
	f	%
Normal	18	60
Rendah	12	40

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 30 pasien TBC yang telah digambarkan pada tabel diatas menjelaskan bahwa pasien TBC lebih banyak mengalami nilai kadar saturasi oksigen normal sebanyak 18 pasien TBC atau sekitar 60% dan lebih sedikit pasien TBC mengalami nilai kadar saturasi oksigen sebanyak 12 pasien TBC.

Tabel 4.
Pengaruh pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC (n=30)

Variabel	N	Mean	Z	Pvalue
Kadar Saturasi Oksigen	30	14.7	-3,450	0,004
Kadar Saturasi Oksigen	30	5.15		

Setelah dilakukannya pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) kepada 30 pasien TBC selanjutnya akan dilakukan pengolahan data terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC melalui uji Wilcoxon didapatkan bahwa terdapat sebuah pengaruh pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC di Rumah Sakit Royal Prima dengan perolehan nilai Pvalue 0,004 dan Z -3,450.

PEMBAHASAN

Bagian pembahasan ini akan menjelaskan tentang bagaimana hasil penelitian yang telah didapatkan, selanjutnya akan dibahas berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya serta dikaitkan terhadap pandangan teori yang mendukung. Dan pada akhirnya peneliti juga akan memberikan beberapa asumsi terhadap fenomena penelitian tersebut. Penelitian yang telah dilakukan terhadap 30 pasien TBC ditemukan bahwa terdapat lebih banyak pasien yang terkena berada pada usia paruh baya sekitar 16 pasien atau 61.5%. Pasien dengan pendidikan, ditemukan bahwa lebih banyak pasien TBC berada pada pendidikan menengah (SMP, SMA) sekitar 20 pasien atau 71.8%. Pekerjaan pasien TBC lebih banyak pasien tidak bekerja sekitar 22 pasien atau 84.7%. Berikut adalah pembahasan tentang hasil penelitian pada setiap variabel penelitian:

Distribusi frekuensi Kadar Saturasi Oksigen Pada Pasien TBC Sebelum Pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR)

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 30 pasien TBC yang telah digambarkan pada tabel

diatas menjelaskan bahwa pasien TBC lebih banyak mengalami nilai kadar saturasi oksigen rendah sebanyak 20 pasien TBC atau sekitar 33.3% dan lebih sedikit pasien TBC mengalami nilai kadar saturasi oksigen sebanyak 20 pasien TBC atau sekitar 66.7%. PMR adalah gerakan mengencangkan dan melemaskan otot-otot pada satu bagian tubuh pada satu waktu iuntuk memberikan perasaan relaksasi secara fisik. Progressive Muscle Relaxation (PMR) atau Relaksasi Otot Progresif adalah teknik relaksasi yang dikembangkan oleh Dr. Edmund Jacobson pada awal tahun 1920-an. Teknik ini melibatkan ketegangan dan relaksasi otot secara bergantian untuk mencapai relaksasi fisik dan mental (Jabson, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Rusminah, Siswanto dan Susi Amalia (2021) diketahui ibahwa terdapat efektifitas teknik terapi irelaksasi otot progresif terhadap peningkatan saturasi oksigen pada pasien PPOK. Penelitian yang sejenis dilakukan juga oleh Agustina, et al, (2022) mengenai penelitian dengan judul “Pengaruh ipemberian Progressive Muscular Relaxxation (PMR) iterhadap kadar saturasi oksigen pada ipasien TBC diuangan isolasi TBC RSUD Anwar Medika Krian Sidoarjo memperoleh isebuah hasil yaitu terdapat peningkatan isaturasi oksigen ipada pasien TBC setelah melakukan latihan PMR kepada 34 orang atau sekitar 85% dari total keseluruhan pasien yang dijadikan sampel penelitian. Penelitian ini memperoleh hasil yang dapat imenjelaskan tentang PMR yang dilakukan dapat menurunkan ketegangan otot pernapasan menjadi lebih rileks sehingga udara mudah untuk masuk dan keluar.

Berdasarkan observasi langsung oleh peneliti di lokasi penelitian melihat bahwa ipasien TBC yang mengalami penurunan kadar saturasi oksigen adalah dikarenakan pasien mengalami tanda-tanda vital yang juga mengalami penurunan serta dikarekan kondisi keadaan umum pasien yang mengalami penurunan secara bersamaan. Asumsi peneliti terhadap fenomena tersebut adalah pemberian terapi Progressive Muscular Relaxation (PMR) dapat memberikan dampak yang signifikan pada tubuh manusia, hal ini dikarenakan tubuh pasien TBC dapat memberikan respon yang positif terhadap terapi ini.

Kadar Saturasi Oksigen Pada Pasien TBC Setelah Pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR)

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 30 pasien TBC yang telah digambarkan pada tabel diatas menjelaskan bahwa pasien TBC lebih banyak mengalami nilai kadar saturasi oksigen rendah sebanyak 18 pasien TBC atau sekitar 60% dan lebih sedikit pasien TBC mengalami nilai kadar saturasi oksigen sebanyak 12 pasien TBC atau sekitar 40%. Penelitian yang sejenis dilakukan juga oleh Agustina, et al, (2022) mengenai penelitian dengan judul “Pengaruh pemberian Progressive Muscular Relaxxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC diuangan isolasi TBC RSUD Anwar Medika Krian Sidoarjo memperoleh sebuah hasil yaitu terdapat peningkatan saturasi ioksigen pada pasien TBC setelah melakukan latihan PMR kepada 34 orang atau sekita i85% dari total keseluruhan pasien yang dijadikan sampel penelitian.

Pengamatan langsung yang dilakukan oleh peneliti melihat bahwa ditemukan kondisi pasien sebagai berikut: pasien TBC tampak kelelahan atau kesulitan bernapas, wajah itampak gelisah dan tidak bersemnagat, Pasien mengatakan bahwa adanya terasa berat dan sesak, tidak puas bernapas dan selalu cemas pada apa yang dirasakannya. Asumsi peneliti adalah penurunan kadar oksigen dalam tubuh pasien TBC diakibatkan ioleh banyak faktor, salah satunya adalah kondisi paru yang mengalami penurunan fungsi. Melihat kondisi ini maka sangat diperlukan suatu intervensi yaitu pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR).

Pengaruh pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC

Setelah dilakukannya pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) kepada 30 pasien TBC selanjutnya akan dilakukan pengolahan data terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC melalui uji Wilcoxon didapatkan bahwa terdapat sebuah pengaruh pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC di Rumah Sakit Royal Prima dengan perolehan nilai Pvalue 0,004 dan Z -3,450. Berdasarkan pengamatan langsung yang dilakukan peneliti di lokasi penelitian ditemukan kondisi pasien TBC terlihat sangat isuka dengan diberikannya terapi Progressive Muscular Relaxation (PMR), menikmati dan terlihat lebih rilek dan tenang. Pasien TBC juga mengatakan bahwa sejak melakukan terapi Progressive Muscular Relaxation (PMR) terasa sangat bermanfaat dalam menenangkan pikiran pasien, dan lebih enak istirahat dan lebih tenang. Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian adalah terdapat sebuah pengaruh yang sangat signifikan terhadap pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC di Rumah Sakit Royal Prima. Hal itu terjadi karena terapi Progressive Muscular Relaxation (PMR) yang telah diberikan selama 2 minggu telah terbukti sangat baik untuk meningkatkan kadar oksigen dalam darah pada pasien TBC.

SIMPULAN

Lebih banyak pasien TBC berada pada usia paruh baya sekitar 16 pasien, pendidikan menengah (SMP, SMA) sebanyak 20 pasien dan tidak bekerja sekitar 4 pasien. Sebelum dilakukannya pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) kepada pasien TBC lebih banyak mengalami nilai kadar saturasi oksigen rendah sebanyak 20 pasien. Setelah dilakukannya pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) pasien TBC lebih banyak mengalami nilai kadar saturasi oksigen normal sebanyak 18 pasien. Ada pengaruh pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien TBC di Rumah Sakit Royal Prima dengan perolehan nilai Pvalue 0,004 dan Z -3,450.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, M., Zainuri, I., & Pratiwi, C. J. (2022). Pengaruh Pemberian Progressive Muscular Relaxation (Pmr) Terhadap Kadar Saturasi Oksigen Pada Pasien Tbc Di Ruang Isolasi Tbc Rsu Anwar Medika Krian Sidoarjo (Doctoral dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat).
- Ahmad, F., Ahmad, M., Mariam, S., Mahmood, Z., & Qaisar, M. N. (2020). What Wins The Customer Satisfaction, Most? An Evidence From Service Quality Perspectives In Banking Sector. *Buletin of Business And Economics*, 9(4). <https://bbejournal.com/index.php/BBE/article/view/153>
- Amalia, A., Arini, H. D., & Dhrik, M. (2022). Analisis Hubungan Tingkat Kepatuhan Minum Obat Antituberkulosis Terhadap Kualitas Hidup Pasien Tuberkulosis Paru. *Jurnal Ilmiah Mahaganessa*, 1(2), 67-74.
- Andarmoyo, S. (2012). *Kebutuhan Dasar Manusia (Oksigenasi) Konsep, Proses dan Praktik Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Anwari, F., Olevianingrum, M., & Fatmawati, U. (2019). Efektifitas Kombinasi Mint Dan Cairan Dengan Nebulizer Pada Penanganan Batuk Asma Bronchiale. *Jurnal SainHealth*, 3(1), 40. <https://doi.org/10.51804/jsh.v3i1.343.40-44>
- Arisandi, Y., & Adriani, Y. (2008). *Khasiat Berbagai Tanaman Untuk Pengobatan*. Jakarta: Edsa Mahkota

- Brunner & Suddart (2013). *Keperawatan Medikal Bedah Edisi 12*. Jakarta: EGC
- Choi, S. Y., & Park, K. (2016). Effect of Inhalation of Aromatherapy Oil on Patients with Perennial Allergic Rhinitis: A Randomized Controlled Trial. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2016, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2016/7896081>
- Damayati, D. S., Susilawaty, A., & Maqfirah, M. (2018). Risiko kejadian TB paru di wilayah kerja puskesmas Liukang Tupabbiring Kabupaten Pangkep. *Higiene: Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 4(2), 121-130.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Barito Timur. (2023). *Capaian SPM P2PTM dan Keswa Tahun 2023*.
- Kesehatan Provinsi Kalteng. (2023). *Capaian SPM P2PTM dan Keswa Tahun 2023*. Erlina, Elin (2020). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Tb Paru di Puskesmas Siak Hulu I Kabupaten Kampar Tahun 2020*. KTI
- Kementerian Kesehatan RI. *Tuberculosis Control in Indonesia 2022: Directorate General of Prevention and Disease Control*; 2023.
- Nese, A., & Baglama, S. S. (2022). The Effect of Progressive Muscle Relaxation and Deep Breathing Exercises on Dyspnea and Fatigue Symptoms of COPD Patients: A Randomized Controlled Study. *Holist Nurs Pract*, 36(4), E18–E26. <https://doi.org/10.1097/HNP.0000000000000531>
- Wangsom, A., Othaganont, P., & Ladores, S. (2020). The Factors Predicting the Health-Related Quality of Life Among Persons with Chronic Obstructive Pulmonary Disease in Public Health Region 4, Thailand: A Mixed-Methods Study. *The Open Public Health Journal*, 13, 105–113. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.2174/1874944502013010105>
- WHO. (2022). *Global Tuberculosis Report 2022*. Geneva: World Health Organization.