

ABSTRAK

Infark miokard akut atau yang lebih dikenal dengan serangan jantung adalah suatu keadaan dimana suplai darah pada suatu bagian jantung terhenti sehingga sel otot jantung mengalami kematian. Infark miokard biasanya diikuti oleh reaksi-reaksi psikologis seperti depresi dan kecemasan. Saat ini banyak di temukan pasien Infark miokard akut sebagai besar merasakan cemas. Salah satu langkah sederhana untuk menurunkan kecemasan adalah dengan menggunakan teknik relaksasi otot progresif. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan penerapan tehnik relaksasi otot progresif dengan masalah keperawatan ansietas pada pasien infark miokard akut di Ruang ICCU Jantung RSAL Dr. Ramelan Surabaya.

Desain penelitian karya ilmiah ini adalah deskriptif dengan metode studi kasus. Subjeknya adalah pasien IMA inferior dengan masalah keperawatan ansietas. Pengumpulan data dengan format pengkajian asuhan keperawatan, dengan cara wawancara, observasi, pemeriksaan fisik.

Hasil dari penerapan teknik tehnik relaksasi otot progresif dilakukan 20-30 menit/hari dengan skala ukur HARS selama 3 hari berturut-turut adalah tujuan tercapai terjadi penurunan tingkat kecemasan yaitu dari skor kecemasan 20 menjadi skor 13.

Penerapan tehnik relaksasi otot progresif mampu menurunkan kecemasan untuk pasien infark miokard akut. Untuk itu diharapkan perawat dapat meneruskan intervensi tehnik relaksasi otot progresif dalam mengatasi masalah ansietas.

Kata kunci: Infark Miokard Akut, Ansietas, Tehnik Relaksasi Otot Progresif