

**PENGARUH LATIHAN PERNAPASAN DIAFRAGMA TERHADAP
KECEMASAN DAN MUAL MUNTAH PASIEN KANKER
PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI**

TESIS



PEMBIMBING I : Nelwati, S.Kp., MN., PhD

PEMBIMBING II : Ns. Dally Rahman, M.Kep., Sp.Kep.MB

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG 2023**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

**NAMA : DWI NOVIYANI
NIM : 1921312024**

**PENGARUH LATIHAN PERNAPASAN DIAFRAGMA TERHADAP
KECEMASAN DAN MUAL MUNTAH PASIEN KANKER
PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI**

xviii + 161 hal + 21 tabel + 9 lampiran + 3 skema + 2 gambar

ABSTRAK

Kemoterapi memberikan dampak ketidaknyamanan psikologis dan fisik, salah satunya kecemasan dan mual muntah. Latihan pernapasan diafragma merupakan salah satu penatalaksanaan non farmakologi yang memiliki manfaat pada kesehatan mental dan fisik dalam mengurangi kecemasan dan mual muntah. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan pengaruh latihan pernapasan diafragma terhadap kecemasan dan mual muntah pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Penelitian ini menggunakan desain *Quasy Experiment With Pre-Test-Post-Test Control Group*. Jumlah sampel sebanyak 34 orang dengan 17 pada kelompok intervensi dan 17 pada kelompok kontrol dengan menggunakan teknik *randomized sampling*. Intervensi latihan pernapasan diafragma dilakukan selama 5 menit saat terjadi sensasi mual muntah sampai pada pengukuran 96 jam setelah kemoterapi. Alat ukur yang digunakan berupa kuisioner *State-Trait Anxiety Inventory – Trait* (STAI-T) dan *Rhodes Index Nausea, Vomiting and Retching* (INVR). Pengukuran data kecemasan (*pretest*) pada penelitian ini diambil sesaat sebelum pasien dimasukkan obat kemoterapi dan mual muntah pada 24 jam setelah kemoterapi sampai pengukuran 96 jam setelah kemoterapi (*posttest*). Data dianalisa menggunakan uji Mann-Whitney Test pada variabel kecemasan dan pada variabel mual muntah dianalisa dengan uji General Linear Model dan Independent Sample T-Test. Terdapat pengaruh latihan pernapasan diafragma terhadap penurunan kecemasan ($p = 0,000$) dan penurunan mual muntah setelah kemoterapi pada pengukuran 96 jam ($p = 0,008$). Disarankan kepada perawat untuk mengajarkan dan menganjurkan pasien melakukan latihan pernapasan diafragma setelah kemoterapi.

Kata kunci : pernapasan diafragma, kemoterapi, kecemasan, mual muntah

Jumlah dapus : 50 (2001 - 2022)

**FACULTY OF NURSING
UNIVERSITAS ANDALAS**

**NAME : DWI NOVIYANI
NIM : 1921312024**

**THE INFLUENCE OF DIAPHRAGMATIC BREATHING EXERCISE ON
ANXIETY AND NAUSEA, VOMITING IN BREAST CANCER PATIENTS
UNDERGOING CHEMOTHERAPY**

xviii + 161 pages + 21 table + 9 appendixes + 3 scheme + 2 picture

ABSTRACT

Chemotherapy has an impact on psychological and physical discomfort, one of which is anxiety and nausea and vomiting. Diaphragmatic breathing exercises are a non-pharmacological treatment that has benefits for mental and physical health in reducing anxiety and nausea and vomiting. This study aims to determine the effect of diaphragmatic breathing exercises on anxiety and nausea and vomiting in breast cancer patients undergoing chemotherapy. This study used the Quasy Experiment With Pre-Test-Post-Test Control Group design. The number of samples was 34 people with 17 in the intervention group and 17 in the control group using a randomized sampling technique. Diaphragmatic breathing exercise intervention was carried out for 5 minutes when the sensation of nausea and vomiting occurred up to 96 hours after chemotherapy. The measuring tools used were the State-Trait Anxiety Inventory – Trait (STAI-T) and Rhodes Index Nausea, Vomiting and Retching (INVR) questionnaires. Measurement of anxiety data (pretest) in this study was taken just before the patient was admitted to chemotherapy drugs and nausea and vomiting at 24 hours after chemotherapy until 96 hours after chemotherapy (posttest). Data were analyzed using the Mann-Whitney test on the anxiety variable and on the nausea and vomiting variable analyzed by the General Linear Model test and the Independent Sample T-Test. There is an effect of diaphragmatic breathing exercises on reducing anxiety ($p = 0.000$) and reducing nausea and vomiting after chemotherapy at 96 hours ($p = 0.008$). It is recommended that nurses teach and encourage patients to do diaphragmatic breathing exercises after chemotherapy.

Keywords : diaphragmatic breathing exercises, chemotherapy, anxiety, nausea and vomiting

Number of dapus : 50 (2001 - 2022)