

SKRIPSI

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* TERHADAP KECEMASAN
PADA PENDERITA KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI**

**RSUP DR. M.DJAMIL
PADANG**

UNIVERSITAS ANDALAS

Penelitian Keperawatan Jiwa



**SISKA YULIANTI
NIM. 2111316019**

Pembimbing 1

Dr. Ns. Dewi Eka Putri., M.Kep, Sp.Kep.J

Pembimbing 1I

Ns. Ilfa Khairina, S.Kep, M.Kep

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

2023

UNTUK

BANGSA

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
MARET 2023

Nama : Siska Yulianti
NIM : 2111316019

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* TERHADAP KECEMASAN
PADA PENDERITA KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI
RSUP DR. M.DJAMIL
PADANG**

ABSTRAK

Kemoterapi bagi penderita kanker payudara memiliki banyak efek samping yang dapat menimbulkan kecemasan. Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan intervensi untuk mengatasinya yaitu dengan terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh PMR terhadap kecemasan pada penderita kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP Dr. M. Djamil Padang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experimental nonequivalent control group design*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Jumlah sampel penelitian sebanyak 34 responden, 17 pada kelompok intervensi dan 17 pada kelompok kontrol. Kuesioner penelitian menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Sebelum melakukan terapi PMR semua responden melakukan *pretest*, kemudian kelompok intervensi diberikan latihan PMR pagi dan sore selama 3 hari. Pada hari ke-4 kelompok intervensi maupun kelompok melakukan *posttest*. Data akan dianalisa menggunakan Analisa univariat dan bivariat. Rerata skor kecemasan pada pengukuran kedua pada kelompok intervensi sebesar 18,12 dan kelompok kontrol sebesar 21,88. Hasil bivariate menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi PMR efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi ditandai dengan *p value* = 0,001. Diharapkan intervensi terapi PMR dapat dijadikan sebagai terapi rutin untuk mengurangi kecemasan dan efek samping dari kemoterapi pada penderita kanker payudara.

Kata kunci : kecemasan, *progressive muscle relaxation*, kanker payudara, kemoterapi

