

KARYA ILMIAH AKHIR

**LITERATURE REVIEW: PENERAPAN *THOUGHT STOPPING*
THERAPY TERHADAP PENURUNAN ANSIETAS
PADA PASIEN POST AMPUTASI**



KEPERAWATAN JIWA KOMUNITAS

**ISRA DJUMAIRA, S.Kep
1941312021**

Dosen Pembimbing :

- 1. Ns. Dewi Eka Putri, S.Kep, M.Kep, Sp. J**
- 2. Ns. Randy Refnandes, M.Kep**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2020**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
AGUSTUS 2020**

Nama : Isra Djumaira

No. Bp : 1941312021



**PENERAPAN *THOUGHT STOPPING*
THERAPY TERHADAP PENURUNAN ANSIETAS**

ABSTRAK

Seseorang yang kehilangan bagian tubuh akan menunjukkan beberapa reaksi psikologis, seperti marah, merasa tidak berguna, kecemasan, hingga ada yang mengalami depresi. Respons ansietas terhadap post amputasi dapat pula merupakan hasil adaptasi klien dengan perubahan fisik dan lingkungannya. Adaptasi klien dan care giver dapat berupa: penyesuaian diri, perubahan gaya hidup dan aktivitas yang masih dimungkinkan untuk dilakukan lagi setelah terjadi gangguan kondisi kesehatannya. Terapi *thought stopping* merupakan sebuah tehnik penghentian pikiran yang dapat digunakan ketika seseorang ingin menghilangkan pikiran yang mengganggu atau negatif dan pikiran yang tidak diinginkan secara sadar. Tujuan karya ilmiah ini untuk melakukan literatur review terkait jurnal pengaruh *thought stopping* terhadap penurunan ansietas pada pasien post amputasi. Jenis penelitian ini adalah literatur review dengan tehnik rapid review dari 5 jurnal pada database Google Scholar. Hasil literature review menunjukkan pengaruh terapi *thought stopping* terhadap penurunan ansietas pada pasien *post* amputasi. Terapi *thought stopping* selain mengurangi ansietas juga memberikan efek positif jangka pendek seperti relaksasi, kualitas tidur, suasana hati dan pemikiran negatif berkurang. Disarankan agar dalam pelayanan kesehatan terapi *thought stopping* dapat dipertimbangkan untuk menjadi salah satu intervensi mandiri keperawatan dalam mengatasi ansietas pada pasien *post* amputasi.

Kata Kunci: *thought stopping*, ansietas, *post* amputasi

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
AUGUST 2020**

Name : Isra Djumaira

No. Bp : 1941312021

**APPLICATION THOUGHT STOPPING THERAPY
FOR ANXIETIC REDUCTION**

ABSTRACT

A person who loses a body part will show several psychological reactions, such as anger, feeling useless, anxiety, and someone experiencing depression. Anxiety response to post amputation can also be the result of the client's adaptation to physical and environmental changes. Adaptation of clients and caregivers can be in the form of: adjustments, lifestyle changes and activities that are still possible to do again after a health condition disturbances. Thought stopping therapy is a thought stopping technique that can be used when a person consciously wants to eliminate disturbing or negative thoughts and unwanted thoughts. The purpose of this scientific paper is to conduct a literature review related to the journal of the effect of thought stopping on reducing anxiety in post-amputation patients

This type of research is a literature review with a rapid review technique from 5 journals in the Google Scholar database. The results of the literature review show the effect of therapy thought stopping on reducing anxiety in patients post-amputation. In therapy thought stopping addition to reducing anxiety, also has short-term positive effects such as relaxation, sleep quality, reduced mood and negative thoughts. It is suggested that thought stopping therapy can be considered as one of the independent nursing interventions in overcoming anxiety in post-amputation patients.

Keywords : *thought stopping, anxiety, and post amputation*