

SKRIPSI

***LITERATURE RIVIEW*: TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM
MENGATASI KECEMASAN PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI
KEMOTERAPI**

Penelitian Keperawatan Medikal Bedah



**ENIKA SINTIA
BP.1911316053**

PEMBIMBING :

- 1. Ns. Rika Fatmadona, M.Kep, Sp.Kep.MB**
- 2. Reni Prima Gusty, S.Kp, M.Kes**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2021**

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JANUARI, 2021

Nama : Enika Sintia
No.Bp : 1911316053

Literature Riview: Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi

ABSTRAK

Tindakan kemoterapi merupakan penatalaksanaan kanker yang memberikan dampak fisik dan psikologi bagi penderita kanker yang sedang menjalaninya. Salah satu dampak psikologi yang muncul yaitu kecemasan. Terapi relaksasi non farmakologi yang dapat menurunkan kecemasan pada pasien kanker salah satunya terapi relaksasi otot progresif. Penelitian ini bertujuan untuk meriview terapi relaksasi otot progresif dalam mengatasi kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Metode penelitian *literature riview* ini dengan mencari artikel menggunakan 3 database yaitu *Pubmed*, *Science Direct*, dan *Google Scholar* dengan rentang waktu 2015-2016. Artikel dicari menggunakan kata kunci yang sudah ditentukan, selanjutnya artikel di ekstraksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan menggunakan protokol PRISMA. Sehingga ditemukan 4 artikel yang akan dianalisis. Penelitian ini difokuskan pada pasien kanker usia 15-60 tahun yang mengalami kecemasan dalam menjalani kemoterapi. Hasil penelitian dari 4 artikel memaparkan bahwa tingkat kecemasan pasien kanker yang menjalani kemoterapi mayoritasnya berada pada tingkat kecemasan sedang hingga berat. Didapatkan terapi relaksasi otot progresif lebih berpengaruh untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien kanker terutama pada tingkat kecemasan berat menjadi sedang dan kecemasan sedang menjadi ringan. Dengan durasi waktu latihan 15-25 menit yaitu 1-2 kali sehari selama 3 minggu. Kesimpulan penelitian bahwa terapi relaksasi otot progresif dapat dijadikan intervensi keperawatan dalam menurunkan kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dan pada tingkat kecemasan berat terapi relaksasi otot progresif dapat dijadikan sebagai terapi pendamping. Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk dapat menjadikan terapi relaksasi otot progresif sebagai intervensi keperawatan untuk menurunkan kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

Kata Kunci : Terapi relaksasi otot progresif, kecemasan, kanker, kemoterapi

Daftar Pustaka: 49

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
JANUARY, 2021

Name : Enika Sintia
No. Bp : 1911316053

Literature Riview: Progressive Muscle Relaxation Therapy in Reducing Anxiety in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy

ABSTRACT

Chemotherapy is a cancer treatment that has physical and psychological impacts on cancer patients who are undergoing it. One of the psychological effects of chemotherapy is anxiety. Non-pharmacological therapy that can reduce anxiety in cancer patients is progressive muscle relaxation therapy. This study aims to meriview progressive muscle relaxation therapy in reducing anxiety in cancer patients undergoing chemotherapy. This research method of literature review is by searching for articles using 3 databases, namely Pubmed, Scientdirect, and Google scholar with a range of 2015-2020. Articles are searched by using predetermined keywords. Then the article is extracted based on inclusion and exclusion criteria using PRISMA protocol. So found 4 articles to be analyzed. The study focused on adult cancer patients who experienced chemotherapy anxiety. The results of the study were obtained from 4 articles explaining that the anxiety level of cancer patients undergoing chemotherapy is at mild, moderate, and severe levels. It was found that progressive muscle relaxation therapy was more influential in the intervention group to reduce the anxiety level of cancer patients at mild, moderate and severe anxiety levels who underwent chemotherapy with a duration of 15-25 minutes, namely 1-2 times in an interval of 3 week. The conclusion of the study is that progressive muscle relaxation therapy can be used as a nursing intervention in reducing victims in cancer patients undergoing chemotherapy and at the level of weight reduction progressive muscle therapy can be used as companion therapy. It is recommended that health workers be able to make progressive muscle relaxation therapy as a nursing intervention to reduce anxiety in cancer patients undergoing chemotherapy.

Keywords : Progressive Muscle Relaxation, Anxiety, Cancer, Chemotherapy
References : 49