

TESIS

**PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK KOMBINASI TERAPI MUSIK
RELIGI TERHADAP KECEMASAN DAN STRES PADA PASIEN
KANKER SERVIKS YANG MENJALANI KEMOTERAPI
DI RUMAH SAKIT UMUM Dr. SAIFUL ANWAR
MALANG**



ANDRIK HERMANTO

NIM. 131814153096

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2020

TESIS

**Untuk Memperoleh Gelar Magister Keperawatan (M. Kep)
dalam Program Studi Magister Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga**

**ANDRIK HERMANTO
NIM. 131814153096**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tesis ini adalah hasil karya saya sendiri,
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Andrik Hermanto
NIM : 131814153096

Tanda tangan : 

Tanggal : 27 Agustus 2020

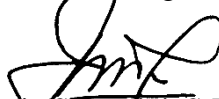
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING TESIS

**PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK KOMBINASI TERAPI MUSIK
RELIGI TERHADAP KECEMASAN DAN STRES PADA PASIEN
KANKER SERVIKS YANG MENJALANI KEMOTERAPI
DI RUMAH SAKIT UMUM Dr. SAIFUL ANWAR
MALANG**

Oleh :
ANDRIK HERMANTO
NIM: 131814153096

**TESIS INI TELAH DISETUJUI
PADA TANGGAL 18 Agustus 2020**
Oleh

Pembimbing Ketua



Dr. Tintin Sukartini, S.Kp., M.Kes
NIP. 197212172000032001

Pembimbing Kedua



Dr. Esti Yunitasari, S.Kp., M.Kes
NIP : 197706172003122002

Mengetahui,
Koordinator Program Studi



Dr. Tintin Sukartini, S.Kp., M.Kes
NIP. 197212172000032001

HALAMAN PENGESAHAN TESIS

Tesis ini diajukan oleh:

Nama : Andrik Hermanto
NIM : 131814153096
Program Studi : Magister Keperawatan
Judul : Pengaruh Relaksasi Autogenik Kombinasi Terapi Musik
Religi Terhadap Kecemasan Dan Stres Pada Pasien
Kanker Serviks Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah
Sakit Umum Dr. Saiful Anwar Malang

Tesis ini telah diuji dan dinilai oleh:

Panitia Penguji,

1. Ketua Penguji: Prof. Dr. Kusnanto, S.Kp., M.Kes

()


NIP: 196808291989031002

2. Anggota: Dr. Tintin Sukartini, S.Kp., M.Kes

()

NIP: 197212172000032001

3. Anggota: Dr. Esti Yunitasari, S.Kp., M.Kes

()

NIP: 197706172003122002

4. Anggota: Dr. Mira Triharini, S.Kp., M.Kep

()

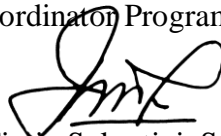
NIP: 197904242006042002

5. Anggota: Ni Ketut Alit Armini, S.Kp., M.Kes

()

NIP: 197410292003122002

Mengetahui,
Koordinator Program Studi

()

Dr. Tintin Sukartini, S.Kp., M.Kes

NIP. 197212172000032001

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Airlangga, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Andrik Hermanto
NIM : 131814153096
Program Studi : Magister Keperawatan
Departemen : Keperawatan Medikal Bedah (KMB)
Fakultas : Keperawatan
Jenis karya : Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Airlangga **Hak Bebas Royalti Non eksklusif** (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Pengaruh Relaksasi Autogenik Kombinasi Terapi Musik Religi Terhadap Kecemasan Dan Stres Pada Pasien Kanker Serviks Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Umum Dr. Saiful Anwar Malang”

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan) dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Airlangga berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di: Surabaya

Pada tanggal: 27 Agustus 2020

Yang menyatakan,



Andrik Hermanto

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas terselesaikannya penyusunan naskah tesis penelitian yang berjudul “Pengaruh Relaksasi Autogenik Kombinasi Terapi Musik Religi Terhadap Kecemasan Dan Stres Pada Pasien Kanker Serviks Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Umum Dr. Saiful Anwar Malang”. Penulisan naskah tesis penelitian ini sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister Keperawatan pada Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.

Naskah tesis penelitian ini dapat penulis selesaikan berkat dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih atas segala bantuan materi maupun non materi, dorongan dan doa dalam menyelesaikan naskah tesis penelitian ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Moh. Nasih, SE., MT., Ak., CMA., selaku Rektor Universitas Airlangga Surabaya beserta para Wakil Rektor Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada saya untuk menempuh pendidikan Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya.
2. Prof. Dr. Nursalam, M.Nurs., (Hons), selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga; Dr. Kusnanto, S.Kp., M.Kes selaku Wakil Dekan I; Eka Misbahatul M. Has, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Wakil Dekan II Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga; Dr. Ah Yusuf, S.Kp., M.Kes., selaku Wakil

Dekan III Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga beserta seluruh staf yang telah memberikan kesempatan, fasilitas dan kelancaran kepada penulis dalam menempuh pendidikan Program Magister Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya.

3. Dr. Tintin Sukartini, S.Kp., M.Kes., selaku Koordinator Program Studi Magister Keperawatan Universitas Airlangga dan pembimbing ketua yang telah bersedia memberi arahan, perhatian, kasih sayang, waktu luang, memberikan ilmu yang sangat bermanfaat, memberikan fasilitas dan motivasi dalam menyelesaikan naskah tesis penelitian ini.
4. Dr. Esti Yunitasari, S.Kp., M.Kes., selaku pembimbing kedua yang senantiasa memberikan inspirasi, motivasi, bimbingan, penguatan dan ilmu yang sangat bermanfaat dalam mengerjakan naskah tesis penelitian ini.
5. Rumah Sakit Umum dr. Saiful Anwar Malang yang telah memberikan ijin, fasilitas dan bantuannya dalam penyelesaian tesis ini.
6. Responden penelitian yang bersedia meluangkan waktu, tenaga dan dukungan informasi untuk melengkapi data penelitian ini.
7. Bapak Ibu staff pengajar dan karyawan Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberi banyak ilmu dan pemahaman dalam meningkatkan pengetahuan di bidang keperawatan.

Besar harapan penulis semoga pengajuan tesis penelitian ini dapat menjadi langkah awal dalam penyusunan Tugas Akhir dalam menempuh pendidikan di Program Studi Magister Keperawatan Universitas Airlangga. Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala semua kebaikan yang telah memberikan kesempatan,

dukungan, dan bantuan dalam menyelesaikan proses penulisan naskah tesis penelitian ini.

Surabaya, Juni 2020

Penulis

RINGKASAN**PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK KOMBINASI TERAPI MUSIK RELIGI TERHADAP KECEMASAN DAN STRES PADA PASIEN KANKER SERVIKS YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RUMAH SAKIT UMUM
Dr. SAIFUL ANWAR MALANG**

**Oleh:
Andrik Hermanto**

Kanker serviks sampai saat ini masih ancaman tersendiri bagi para wanita. Kanker serviks menjadi penyebab kematian kedua di dunia pada wanita setelah penyakit kanker payudara. Pasien yang menderita kanker perlu melakukan terapi pengobatan dalam upaya penyembuhannya. Salah satu pengobatan yang dianjurkan yaitu kemoterapi. Pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi akan mengalami efek samping secara fisik dan psikologis selama menjalani kemoterapi.

Pada pasien kanker, dampak fisiologis dari kemoterapi tersebut seperti muncul seperti rasa lelah, lesu, kerontokan rambut, gangguan usus dan rongga mulut seperti mual muntah, mukositis rongga mulut, gangguan menstruasi, serta gangguan pada organ lain. Sedangkan dampak psikologis yang timbul pada pasien kanker seperti gelisah, cemas dan stres. Relaksasi autogenik merupakan relaksasi penyembuhan berbasis sugesti hipnosis yang terdiri dari 6 latihan mental yang bertujuan menghilangkan kemarahan, ketegangan, dan stres. Terapi musik merupakan salah satu teknik relaksasi yang digunakan untuk memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik serta kesehatan emosi.

Pengaruh relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi terhadap kecemasan dan stres pada pasien kanker serviks menggunakan teori adaptasi Roy. Relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi merupakan intervensi keperawatan dengan mekanisme koping yang baik sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan yang dapat menghasilkan respon adaptif pada pasien.

Penelitian ini terdiri dari tahap 1 dan tahap 2, penelitian pada tahap 1 mempunyai tujuan untuk menyusun modul intervensi yang akan dibuat sebagai panduan intervensi pada penelitian tahap 2. Proses pada tahap 1 terdiri dari studi literatur, studi lapangan, konsultasi pakar, *focus group discussion* dan penyusunan modul intervensi. Penelitian pada tahap 2 adalah memberikan intervensi pada pasien kanker serviks yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi diberikan intervensi relaksasi autogenik, terapi musik religi dan relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi, sedangkan kelompok kontrol diberikan intervensi ruangan relaksasi napas dalam saja. Pengambilan sampel responden penelitian menggunakan metode *purposive sampling*, analisa data menggunakan *Paired T-Test* untuk data yang berdistribusi normal sedangkan untuk

data yang berdistribusi tidak normal menggunakan uji *Wilcoxon* dan menganalisa pengaruh intervensi menggunakan uji *Independent T-Test* untuk data yang berdistribusi normal sedangkan uji *Mannwhitney* untuk data yang berdistribusi tidak normal.

Hasil penelitian tahap 1 yaitu studi kualitatif deskriptif menjelaskan bahwa dari studi lapangan terhadap 6 partisipan yaitu merasakan kecemasan karena takut terjadi mual dan muntah serta rambutnya rontok. Selain itu, pasien mengatakan bahwa proses kemoterapi menyakitkan sehingga pasien takut melakukan kemoterapi. Selain merasakan cemas, beberapa partisipan mengatakan bahwa dirinya stress menghadapi penyakitnya. Stress tersebut beberapa dipengaruhi karena memikirkan keluarga, pembiayaan pengobatan serta memikirkan kematian. Partisipan juga menyatakan bahwa untuk mengurangi kecemasan dan stress hanya diberikan informasi untuk menenangkan diri dengan tarik napas dalam. Standar prosedur operasional secara tertulis pada intervensi standar ruangan untuk mengatasi kecemasan dan stress masih belum ada, sehingga perawat biasanya melakukan intervensi napas dalam pada pasien. Issue strartegis yang didapatkan dilakukan konsultasi pakar dari pendidikan dan lapangan serta *focus group discussion* sehingga terbentuklah modul intervensi. Hasil penelitian tahap 2 melakukan analisis statistik pada variabel-variabel yang diukur dengan *quasi experiment (control group pre-post test with control group design)*, hasil uji *Paired T-Test* dan uji *Wilcoxon* mendapatkan $p\text{-value} < 0.05$ menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna pada pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sedangkan pada uji *Independent T-Test* dan uji *Mannwhitney* menunjukkan adanya pengaruh relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi untuk mengurangi kecemasan dan stres pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi.

Pemberian relaksasi autogenik mampu menghambat kerja dari sistem saraf simpatis sehingga hormon yang berlebihan dalam tubuh akan menurun dan mencapai titik keseimbangan sedangkan terapi musik menstimulus pengeluaran endorphine dan serotonin dalam tubuh yang mempengaruhi ketegangan atau kondisi rileks pada individu.

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu relaksasi autogenik memberikan efek tenang, bersemangat dan meningkatkan pikiran positif pada pasien sehingga efektif untuk mengurangi stres pada pasien kanker serviks. Sedangkan relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi sangat efektif untuk mengurangi kecemasan. Intervensi relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi dapat digunakan sebagai intervensi tambahan di ruangan pada pasien kanker serviks yang mengalami kecemasan dan stress. Dengan adanya penelitian tersebut, diharapkan tenaga kesehatan mampu mengenali tanda dan gejala kecemasan dan stress yang dirasakan oleh pasien serta dapat menerapkan intervensi relaksasi autogenik kombinasi terapi music religi untuk mengurangi kecemasan dan stress pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi.

SUMMARY

**THE EFFECT OF AUTOGENIC RELAXATION COMBINATED
RELIGIOUS MUSIC THERAPY AFFECT ANXIETY AND STRESS IN
CERVICAL CANCER PATIENTS UNDERGOING CHEMOTHERAPY IN Dr.
SAIFUL ANWAR GENERAL HOSPITAL MALANG**

By: Andrik Hermanto

Cervical cancer is still a threat to women. Cervical cancer is the second leading cause of death in women after breast cancer in the world. Patients suffering from cancer need to carry out medical therapy to cure it. One of the recommended treatments is chemotherapy. Cervical cancer patients who undergo chemotherapy will experience physical and psychological side effects during chemotherapy.

In cancer patients, the physiological effects of chemotherapy include feeling tired, lethargic, hair loss, intestinal and oral disorders such as nausea, vomiting, oral mucositis, menstrual disorders, and disorders of other organs. Meanwhile, the psychological impacts that arise on cancer patients include anxiety, anxiety, and stress. Autogenic relaxation is a hypnotic suggestion-based healing relaxation consisting of 6 mental exercises aimed at relieving anger, tension, and stress. Music therapy is a relaxation technique used to improve, maintain, developmental, physical, and emotional health.

The effect of autogenic relaxation combined with religious music therapy on anxiety and stress in cervical cancer patients uses Roy's adaptation theory. Autogenic relaxation combined with religious music therapy is a nursing intervention with a good coping mechanism so that it can improve the quality of health that can produce adaptive responses in patients.

This research consists of phase 1 and Phase 2, the research on stage 1 has the objective to compile an intervention module that will be made as a guide intervention in Phase 2 research. The process at Stage 1 consists of a literature study, field study, expert consultation, focus group discussion, and preparation of intervention module. Research in stage 2 is to provide intervention in cervical cancer patients that are divided into intervention groups and control groups. In the intervention group given autogenic relaxation, religious music therapy, and the relaxation of the autogenic combination of religious music therapy, while the control group was given a standard room intervention deep breathing relaxation only. A sampling of research respondents using consecutive sampling method, data analysis using Paired T-Test for normal data and Wilcoxon test for abnormal data, for analyzing the effect of intervention using Independent T-Test for normal data and Mann-Whitney test for abnormal data.

The results of the phase 1 study explained that from field study to 6 participants were feeling anxiety for fear of nausea and vomiting and hair loss. Besides, patients

said the chemotherapy process is painful and makes the patient afraid to do chemotherapy. In addition to feeling anxious, some participants said that she was stressed to confront his illness. Stress is influenced by the family, financing, and thinking of death. Participants also stated that to reduce anxiety and stress was only given information to calm down with deep breath relaxation. There are no written standard operating procedures to reduce anxiety and stress, nurses usually do basic information in patients. Issue strategies obtained by expert consultation from education and field as well as focus group discussion to form an intervention module. The results of phase 2 research conducted statistical analysis on variables measured by the test quasi (control group pre-post test with control group design), Paired T-Test testing results and Wilcoxon test gets a P-value of < 0.05 indicating a meaningful difference in the intervention group and control group. The Independent T-Test and Mann-Whitney test showed the effects of autogenic relaxation of the combination of religious music therapy to reduce anxiety and stress in cancer patients undergoing chemotherapy.

Autogenic relaxation can inhibit the sympathetic nervous system to excessive hormones in the body will decline and reach a balance point and music therapy stimulus the production of endorphine and serotonin in the body that make the individual calm and relax.

The conclusion on this research is the relaxation of the autogenic combination of religious music therapy gives the effect of calm, vibrant, and positive mind boosting in patients, anxiety, and stress in cervical cancer patients undergoing chemotherapy can be reduced. Autogenic relaxation combination of religious music therapy can be used as an alternative intervention in cervical cancer patients who has an anxiety and stress problem. In this research, health workers are expected to be able to recognize the signs and symptoms of anxiety and stress felt by patients and can implement autogenic relaxation interventions in combination with religious music therapy to reduce anxiety and stress in cervical cancer patients undergoing chemotherapy.