

ABSTRAK**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

Pendahuluan: Dampak psikologis yang timbul pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi seperti kecemasan dan stress. Relaksasi autogenik autogenik kombinasi terapi musik merupakan terapi non farmakologi untuk mengurangi kecemasan dan stress. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi terhadap kecemasan dan stres pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi. **Metode:** penelitian ini terdiri dari dua tahap penelitian, tahap 1 adalah studi kualitatif deskriptif dan tahap 2 adalah penelitian kuantitatif dengan metode *quasi experiment (control group pre-post test with control group design)*. Sampel pada penelitian ini adalah pasien kanker serviks sejumlah 80 sampel dengan tehnik *purposive sampling*. Pembagian sampel ke dalam empat kelompok dengan jumlah yang sama berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang dikumpulkan selama 1 bulan. Pengumpulan data menggunakan panduan relaksasi autogenik, musik mp3, kuesioner ZSAS dan PSS. Analisa data hasil penelitian ini 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:** Ada pengaruh relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi untuk mengurangi kecemasan dan stres pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi. **Kesimpulan:** Intervensi relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi memberikan efek tenang, bersemangat dan meningkatkan pikiran positif pada pasien sehingga kecemasan dan stres pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi dapat berkurang. **Rekomendasi:** Intervensi relaksasi autogenik kombinasi terapi musik religi merupakan intervensi yang aman, murah dan efektif untuk mengurangi kecemasan dan stress pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi.

Kata kunci: relaksasi autogenik, terapi musik, kecemasan, stress

ABSTRACT**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**

Introduction: Psychological impacts that appear in cancer patients undergoing chemotherapy such as anxiety and stress. Autogenic relaxation combination of music therapy is a non-pharmacological therapy to reduce anxiety and stress. The purpose of this research is to know the effects of autogenic relaxation combination religious music therapy to reduce anxiety and stress in cervical cancer patients undergoing chemotherapy. **Method:** This study consisted of two-stage of research, stage 1 is descriptive qualitative and stage 2 is quantitative research with a quasi-experiment method (control group pre-post test with control group design). The samples in the study were 80 cervical cancer patients with purposive sampling techniques divided into three intervention groups and one control group. Data collection using autogenic relaxation guides, MP3 music, ZSAS, and PSS questionnaires. Analysis of the results of the study used Paired T-Test for normal data, and abnormal data using the Wilcoxon test and for analyzing the effect of intervention using Independent T-Test for normal data and Mann-Whitney test for abnormal data. **Results:** There were significant effects of autogenic relaxation combination of religious music therapy to reduce anxiety and stress in cervical cancer patients undergoing chemotherapy. **Conclusion:** Autogenic relaxation combination of religious music therapy gives the effect of calm, vibrant, and positive mind boosting in patients that can reduce anxiety and stress in cervical cancer patients undergoing chemotherapy. **Recommendation:** Autogenic relaxation combination of religious music therapy is a safe, inexpensive, and effective intervention to reduce anxiety and stress in cervical cancer patients undergoing chemotherapy.

Keywords: *autogenic relaxation, music therapy, anxiety, stress*