

**PENGARUH *EXPRESSIVE WRITING THERAPY* TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN KEMOTERAPI
DI RSUP Dr. MOHAMMAD HOESIN PALEMBANG**



SKRIPSI

OLEH :

ANASTHASIA ANGELICA

04021282025039

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA (JUNI, 2024)**

**PENGARUH *EXPRESSIVE WRITING THERAPY* TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PASIEN KEMOTERAPI DI
RSUP Dr. MOHAMMAD HOESIN PALEMBANG**



Skripsi

**Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

Oleh :

**ANASTHASIA ANGELICA
04021282025039**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BAGIAN KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
(JUNI, 2024)**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Anasthasia Angelica

NIM : 04021282025039

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, 2024

Yang membuat pernyataan,



Anasthasia Angelica

04021282025039

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI


NAMA : ANASTHASIA ANGELICA
NIM : 04021282025039
JUDUL : PENGARUH *EXPRESSIVE WRITING THERAPY* TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN PASIEN KEMOTERAPI DI RSUP Dr.
MOHAMMAD HOESIN PALEMBANG

PEMBIMBING SKRIPSI

1. Herliawati S.Kp., M.Kes
NIP. 197402162001122002


(.....)

2. Jum Natosba, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat
NIP. 198407202008122003


(.....)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : ANASTHASIA ANGELICA
NIM : 04021282025039
**JUDUL : PENGARUH EXPRESSIVE WRITING THERAPY
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN
KEMOTERAPI DI RSUP Dr. MOHAMMAD HOESIN
PALEMBANG**

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguj Skripsi Program Studi Keperawatan Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal Juni 2024 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya, Juni 2024

PEMBIMBING SKRIPSI

1. Herliawati, S.Kp., M.Kes
NIP. 197402162001122002 (.....)
2. Jum Natosba, S.Kep., Ns. M. Kep., Sp.Kep.Mat
NIP. 198407202008122003 (.....)


PENGUJI SKRIPSI

1. Zulian Effendi, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198807072023211019 (.....)

Mengetahui,

Ketua Bagian Keperawatan

Hikayat, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 19760220200212200

Koordinator Program Studi Keperawatan

Eka Yulia Fitri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**Skripsi, Juni 2024
Anasthasia Angelica**

**Pengaruh *Expressive Writing Therapy* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien
Kemoterapi di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang
xvii + 85 + 7 tabel + 2 skema + 14 lampiran**

ABSTRAK

Kemoterapi menjadi pilihan utama oleh pasien kanker untuk mengobati penyakitnya. Pasien yang menjalani kemoterapi tidak hanya mengalami masalah pada kondisi fisiknya akan tetapi juga pada keadaan psikologisnya, yaitu kecemasan. Terapi non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan pasien adalah *expressive writing therapy*. *Expressive writing therapy* merupakan sebuah proses terapi dengan menggunakan metode menulis ekspresif untuk mengungkapkan perasaan emosional dengan tujuan mengurangi kecemasan yang dialami individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pengaruh *expressive writing therapy* terhadap tingkat kecemasan pasien kemoterapi di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang. Penelitian ini menggunakan desain *Pre-Eksperimental* dengan teknik *One Group Pretest-Posttest*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan metode *non probability sampling* dengan teknik *insidental sampling*. Setiap responden diberi perlakuan berupa *expressive writing therapy* selama 2 hari dengan durasi 10-30 menit. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* untuk mengetahui tingkat kecemasan pasien. Hasil analisis data menggunakan uji *Marginal Homogeneity* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi dengan nilai *p-value* 0,000 ($\alpha < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh *expressive writing therapy* terhadap tingkat kecemasan pasien kemoterapi, sehingga terapi ini dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan pasien kemoterapi.

Kata Kunci : Kecemasan, *Expressive Writing Therapy*, Kemoterapi

Daftar Pustaka : 80 (2012 – 2024)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURISING DEPARTMENT
NURSING STUDY PROGRAM**

***Thesis, June 2024
Anasthasia Angelica***

The Effects of Expressive Writing Therapy on Anxiety Level Chemotherapy Patients at RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang

xvii + 85 + 7 tables + 2 schemes + 14 appendice

ABSTRACT

Chemotherapy is the main choice by cancer patients to treat their disease. Patients who undergoing chemotherapy not only experience problems with their physical condition but also with their psychological condition, namely anxiety. Non-pharmacological therapy that can be used to reduce patients anxiety is expressive writing therapy. Expressive writing therapy is a therapeutic process that use expressive writing methods to express emotional feelings with the aim to reduce the anxiety experienced by individuals. The purpose of the study was to determine the effectiveness of the influence of expressive writing therapy on the anxiety level of chemotherapy patients at RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang. This research used a Pre-Experimental design with One Group Pretest-Posttest technique. The samples in this study were 30 people with a sampling technique using a non-probability sampling method with an incidental sampling technique. Each respondent was given treatment in the form of expressive writing therapy for 2 days with a duration of 10-30 minutes. The instrument was used in this research was the Hamilton Anxiety Rating Scale questionnaire to determine the patient's anxiety level. The result of data analysis used the Marginal Homogeneity test showed that there were significant differences before and after the intervention with a p-value of 0.000 ($\alpha < 0.05$). These result showed that there were was an effect of expressive writing therapy on the anxiety level of chemotherapy patients, so that this therapy can be used to reduce the anxiety of chemotherapy patients.

Keywords : Anxiety, Expressive Writing Therapy, Chemotherapy

Bibliography : 80 (2012 – 2024)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji syukur atas izin Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya serta bimbingan sehingga dapat mencapai tahap penyelesaian tugas akhir. Shalawat serta salam senantiasa dijunjungkan pada Rasullulah SAW.

Skripsi ini saya persembahkan untuk mengungkapkan rasa terimakasih dan apreasi kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penulisan tugas akhir ini.

- 1. Kedua orang tua yang kucinta dan kusayangi, mamaku Shirley Caroline dan papaku Henky Hernandi. Terimakasih atas doa-doa yang selalu kalian langitkan, terimakasih atas dukungan yang telah kalian berikan baik secara mental maupun materi, terimakasih karena tidak pernah menuntut dan selalu mendukung apapun yang anak kalian inginkan.*
- 2. Adikku, Fabian, yang selalu hadir dan selalu mau membantu. Terimakasih ya, semoga pendidikanmu berjalan dengan baik dan cita-citamu tercapai.*
- 3. Opaku Agus Suyanto dan almh omaku Kartini, terimakasih sudah menjadi orang tua pengganti semasa kecilku. Tulisan sederhana ini kupersembahkan untuk kalian berdua.*
- 4. Dosen pembimbingku ibu Herliawati, S.Kp., M.Kes dan ibu Jum Natosba, S.Kep., Ns., M.Kep, Sp.Kep.Mat. Terimakasih telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan tugas akhir ini.*

5. *Teman-teman terdekatku Erina, Deva, Angely, Pratiwi, Nidia. Terimakasih telah senantiasa menemani dan mendengarkan diriku selama masa perkuliahan ini. Semangat meraih cita-cita untuk kita bersama!*
6. *Seseorang yang menemaniku dari awal proses penulisan hingga dititik penghujung, Rifqi Kelana. Terimakasih atas semangat dan bantuan yang selalu diberikan, terimakasih atas waktu yang sudah diluangkan untuk diriku. Semangat! Kamu juga pasti bisa sampai ke titik ini.*
7. *Diriku sendiri, Anasthasia Angelica. Terimakasih kepada diriku yang selalu bertahan dalam berbagai macam kondisi dan terus berjuang hingga sampai ke tahap ini. Tak sedikit tenaga dan air mata yang terkuras, jangan jadikan perjalanan ini sia-sia.*

-you know that I see it, I know you're a star-

Best Part

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkah dan rahmat karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “pengaruh *expressive writing therapy* terhadap tingkat kecemasan pasien kemoterapi di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang”. Shalawat serta salam senantiasa tercurah pada Rasulullah SAW beserta para sahabat hingga akhir zaman. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Herliawati, S.Kp., M.Kes selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberi arahan dalam menyusun tugas akhir ini.
3. Ibu Jum Natosba, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberi arahan dalam menyusun tugas akhir ini.
4. Bapak Zulian Effendi, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji yang telah meluangkan waktunya untuk memberi saran serta masukkan kepada peneliti.
5. Seluruh dosen dan staf administrasi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
6. Seluruh staf RSUP Dr. Mohammad Hoesin yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di instalasi rawat inap ruang kemoterapi.

7. Mama, Papa, Adek, terima kasih atas doa yang diberikan, dukungan baik materi maupun ucapan semangat dan motivasi kepadaku dalam menyusun tugas akhir ini.
8. Teman-teman terdekatku, terima kasih sudah mau mendengarkan keluh kesahku dalam pengerjaan proposal penelitian ini. Semangat untuk kita.
9. Teman-teman PSIK Angkatan 2020 serta seluruh pihak yang terlibat dalam penulisan tugas akhir ini.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu kritik dan saran sangat dibutuhkan agar tugas akhir ini dapat menjadi lebih baik sehingga dapat berguna untuk kedepannya.

Indralaya, Juni 2024

Anasthasia Angelica

DAFTAR ISI

COVER	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR SKEMA	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
1. Tujuan Umum	7
2. Tujuan Khusus	8
D. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktisi	8
a. Bagi Peneliti	8
b. Bagi Pasien.....	9
c. Bagi Instansi Pendidikan Keperawatan.....	9
E. Ruang Lingkup Pendidikan.....	9

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Kanker.....	11
1. Pengertian Kanker.....	11
2. Mekanisme Kanker.....	11
3. Jenis-jenis Kanker.....	12
4. Stadium Kanker.....	13
5. Faktor Penyebab Kanker.....	14
6. Tanda dan Gejala Kanker.....	15
7. Pengobatan Kanker.....	17
B. Kemoterapi.....	17
1. Pengertian Kemoterapi.....	17
2. Jenis-jenis Kemoterapi.....	18
3. Cara Pemberian Kemoterapi.....	19
4. Jenis Obat Kemoterapi.....	20
5. Dampak Kemoterapi.....	22
C. Kecemasan.....	23
1. Pengertian Kecemasan.....	23
2. Tingkat Kecemasan.....	24
3. Patofisiologi Kecemasan.....	24
4. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	26
5. Tanda dan Gejala Kecemasan.....	28
6. Faktor yang Dapat Mengurangi Kecemasan.....	29
7. Alat Ukur Kecemasan.....	30
D. <i>Expressive Writing Therapy</i>	33
1. Pengertian <i>Expressive Writing Therapy</i>	33
2. Tujuan <i>Expressive Writing Therapy</i>	33
3. Pelaksanaan <i>Expressive Writing Therapy</i>	34
4. Keunggulan <i>Expressive Writing Therapy</i>	36
5. Manfaat <i>Expressive Writing Therapy</i>	36
6. Penggunaan <i>Expressive Writing Therapy</i> untuk Kecemasan.....	37
E. Penelitian Terkait.....	38
F. Kerangka Teori.....	40

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	41
A. Kerangka Konsep	41
B. Desain Penelitian.....	42
C. Hipotesis.....	43
D. Definisi Operasional.....	43
E. Populasi dan Sampel	45
1. Populasi	45
2. Sampel.....	46
F. Tempat Penelitian.....	48
G. Waktu Penelitian	48
H. Etika Penelitian	48
I. Instrument dan Alat Pengumpulan Data	50
1. Data Primer	50
2. Data Sekunder	50
J. Uji Validitas dan Reabilitas	51
K. Prosedur Pengumpulan Data	51
L. Pengolahan Data.....	54
1. Pengolahan Data.....	54
2. Analisis Data	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	58
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	58
B. Hasil Penelitian	58
C. Pembahasan.....	62
D. Keterbatasan Penelitian	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	86

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terkait	38
Tabel 3.1 Desain <i>pre-eksperimental</i> dengan <i>one group pretest-posttest</i>	42
Tabel 3.2 Definisi Operasional	44
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, Pekerjaan dan Siklus Kemoterapi	58
Tabel 4.2 Tingkat kecemasan pasien kemoterapi sebelum diberikan <i>expressive writing therapy</i>	59
Tabel 4.3 Tingkat kecemasan pasien kemoterapi sesudah diberikan <i>expressive writing therapy</i>	59
Tabel 4.4 Perbedaan tingkat kecemasan pasien kemoterapi sebelum dan sesudah diberikan <i>expressive writing therapy</i>	60

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	40
Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	41

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 2. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 3. Lembar Kuesioner HARS
- Lampiran 4. SOP *Expressive Writing Therapy*
- Lampiran 5. Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 6. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7. Keterangan Layak Etik
- Lampiran 8. Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 9. Hasil Uji Plagiarisme
- Lampiran 10. Lembar Monitoring Penelitian
- Lampiran 11. Hasil Uji Statistik
- Lampiran 12. *Abstract* Lembaga Bahasa
- Lampiran 13. Lembar Konsultasi
- Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Biodata Diri

Nama : Anasthasia Angelica
Tempat Tanggal Lahir : Palembang, 3 Juli 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jl. Ki Gede Ing Suro, Lr. Rela, 32
Ilir, Ilir Barat II, Kota Palembang,
Sumatera Selatan
Telp/HP : +62 812-7937-6540
Email : aglanasthasia@gmail.com
Institusi : Universitas Sriwijaya
Fakultas/Prodi : Kedokteran/Keperawatan
Nama Orang Tua
 Ayah : Henky Hernandi
 Ibu : Shirley Caroline
Jumlah Saudara : 1
Anak Ke : 1

B. Riwayat Pendidikan

1. SD Xaverius 4 Palembang (2008-2014)
2. SMP Negeri 4 Muara Enim (2014-2017)
3. SMA Negeri 2 Muara Enim (2017-2020)
4. Universitas Sriwijaya (2020-2024)

C. Riwayat Organisasi

1. Kepala Biro Danus BEM KM IK FK Unsri (2022-2023)
2. Anggota UKM Basket Universitas Siwijaya (2022-2024)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker merupakan penyakit tidak menular yang ditandai dengan adanya sel atau jaringan tidak normal yang sifatnya ganas, tumbuh dengan cepat, tidak dapat dikendalikan dan dapat menyebar lebih dari satu titik di dalam tubuh penderita. Penyebaran (metastasis) sel kanker dapat melalui pembuluh darah maupun pembuluh getah bening. Massa tumor terbentuk dari semua unsur yang membentuk organ dan berkembang, kemudian menggandakan diri yang merupakan asal terjadinya sel kanker (Kemenkes, 2019).

Kanker adalah penyebab kematian utama di seluruh dunia, menyebabkan hampir 10 juta kematian pada tahun 2020. Kanker muncul dari transformasi sel normal menjadi sel tumor melalui proses multi-tahap yang umumnya berkembang dari lesi prakanker menjadi tumor ganas. International Agency for Research on Cancer (IARC), merupakan badan penelitian kanker internasional yang mendapatkan tugas dari World Health Organization (WHO). IARC memprediksi di dunia jumlah seluruh penderita kanker akan bertambah pada tahun 2040 sebanyak 28,9 juta (WHO, 2022). Global Burden of Cancer (GLOBOCAN) mengungkapkan bahwa adanya jumlah kejadian sebesar 19,3 juta dan 10 juta kematian yang diakibatkan oleh kanker hingga tahun 2020 (Sung et al., 2021).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKEDSAS) kejadian kanker di Indonesia mengalami kenaikan presentase dari 1,4% pada tahun 2013 menjadi 1,49% pada tahun 2018. Prevalensi kanker di Indonesia menunjukkan adanya peningkatan dari 1,4% per 1000 penduduk di tahun 2013 menjadi 1,79% per 1000 penduduk pada tahun 2018 (Kemenkes, 2019). Berdasarkan catatan Dinas Kesehatan (Dinkes) Sumatera Selatan terdapat 3.200 pengidap kanker dalam rentang waktu enam tahun terakhir sejak 2016 lalu. Pada tahun 2022 kasus penderita kanker di Sumatera Selatan tercatat lebih dari 100 ribu jiwa (Rosnita, 2022).

Pengobatan kanker memakan waktu yang cukup lama, hal tersebut menjadi pembeda kanker dengan penyakit lainnya. Beberapa pengobatan kanker diantaranya kemoterapi, radioterapi dan operasi (Hafsah, 2022). Dari beberapa pengobatan kanker, pasien menjadikan kemoterapi sebagai pilihan utama untuk mengobati penyakitnya (Utami et al., 2013). Kemoterapi merupakan salah satu terapi yang diberikan sesudah tindakan pembedahan guna untuk mencegah atau membunuh perkembangan dari sisa sel-sel kanker yang masih ada di dalam tubuh (Sumarni et al., 2022). Pengobatan ini dilakukan saat sel kanker sudah menyebar dan tidak dapat diatasi dengan cara operasi.

Kemoterapi bertujuan untuk membunuh sel-sel kanker namun juga merusak sel-sel yang normal (Kolin et al., 2016). Seluruh sel yang membelah dan tumbuh secara cepat pada tubuh, yang meliputi sel-sel kanker maupun sel-sel yang normal, seperti sel darah yang baru pada sum-

sum tulang, di perut, mulut, rambut, kulit, serta organ reproduksi, semua dipengaruhi oleh kemoterapi (Karacin et al., 2020). Adanya kelemahan sistem kekebalan tubuh dan berkurangnya fungsional tubuh pasien disebabkan oleh sebagian besar obat kemoterapi yang bersifat immunosupresif (Al-Quteimat & Amer, 2020). Kim dkk., (2016) menyatakan bahwa kemoterapi sangat efektif dalam mencegah penyebaran sel kanker ke organ yang lain.

Pasien kanker yang menjalani kemoterapi biasanya mengalami berbagai gejala akibat dari penyakit atau dari kemoterapi itu sendiri. Gejala ini mempengaruhi pasien, baik secara fisik maupun emosional dan lebih jauh lagi memberikan pengaruh negatif terhadap pengobatan, prognosis penyakit dan kualitas hidup pasien (Rulianti et al., 2013). Pasien yang menjalani kemoterapi tidak hanya mengalami masalah pada kondisi fisiknya akan tetapi juga pada keadaan psikologisnya, dimana salah satunya adalah pasien mengalami kecemasan atau ansietas (Yolanda & Karwur, 2013).

Kecemasan merupakan respon emosi seseorang yang timbul karena sedang berhadapan dengan konflik, masalah dan ketegangan (Stanton et al., 2020). Penderita yang akan dan sedang menjalani kemoterapi dapat mengalami kecemasan karena merasa takut akan gagal dalam pengobatan dan takut akan cepat mati dalam keadaan yang menyedihkan (Misgiyanto & Susilawati, 2019). Kecemasan yang dialami pasien tidak terlepas dari faktor intrinsik yaitu usia, pengalaman, konsep diri dan peran serta faktor ekstrinsik yaitu kondisi medis, tingkat pendidikan, akses informasi, proses

adaptasi, tingkat sosial ekonomi, jenis tindakan dan komunikasi terapeutik. Kecemasan yang dialami pasien sering kali berkaitan dengan nyeri yang dirasakan serta berbagai macam prosedur atau tindakan yang harus dijalani pasien (Elan Furwanti, 2014). Mohamed & Baqutayan (2012), menyatakan bahwa pasien kanker mengalami kecemasan pada kondisi yang berbeda diantaranya ketika melakukan tes deteksi kanker, saat menunggu hasil tes deteksi, mendapat diagnosis, melakukan proses rangkaian perawatan, serta mencegah kambuhnya kanker.

Berdasarkan hasil penelitian Rahmawati & Lestari (2015) dari 90 responden pasien kanker yang menjalani kemoterapi sebanyak 3 orang (3,3%) mengalami cemas berat, sebanyak 27 orang (30%) mengalami cemas sedang, sebanyak 53 orang (58,9%) mengalami cemas ringan dan sebanyak 7 orang (7,8%) tidak mengalami cemas. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afida (2018) bahwa mayoritas pasien kanker yang menjalani kemoterapi masih menunjukkan adanya kecemasan. Gangguan kecemasan sering kali dirasakan dan umum terjadi pada saat kondisi kronis ditandai dengan berkurangnya minat, perubahan pada suasana hati, hilangnya kesenangan serta hilangnya keinginan secara terus menerus, sehingga diperlukan upaya penatalaksanaan untuk mengatasi kecemasan yang sedang dialami (Nurlina et al., 2021).

Beberapa cara untuk mengurangi kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi yaitu terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi adalah terapi obat, yaitu dengan cara memberikan obat pada seseorang yang mengalami kecemasan seperti obat anti-depresan atau

obat anti-ansietas (Vildayanti et al., 2018). Terapi non-farmakologi merupakan penyembuhan tanpa memberikan obat-obatan pada pasien (Fajri et al., 2022). Terapi non-farmakologi dapat berupa relaksasi, distraksi masase, terapi hangat dan dingin, serta stimulasi saraf elektrik transkutan (Mayasari, 2016).

Salah satu terapi non-farmakologi yang dapat digunakan adalah *expressive writing therapy*. *Expressive writing therapy* merupakan sebuah proses terapi dengan menggunakan metode menulis ekspresif untuk mengungkapkan perasaan emosional dengan tujuan mengurangi kecemasan yang dialami individu (Anggrawati & Kasih, 2022). Seseorang yang mengalami kesulitan dalam mengungkapkan emosinya dapat diturunkan tingkat kecemasannya melalui *expressive writing therapy*. Dalam *setting* klinis, terapi menulis pengalaman emosional atau menulis ekspresif dapat diartikan sebagai suatu terapi dengan aktivitas menulis mengenai pikiran dan perasaan yang mendalam terhadap pengalaman-pengalaman yang berkaitan dengan kejadian-kejadian yang menekan atau bersifat traumatik (Susilowati & Hasanat, 2011).

Expressive writing therapy sering kali dikaitkan dengan kelebihan tentang kesehatan, peningkatan sistem imun tubuh, peningkatan nilai mata pelajaran, dan menumbuhkan rasa optimis pada orang tua yang mengalami kecemasan (Muna, 2021). Teknik yang digunakan *expressive writing therapy* yaitu dengan menuangkan semua yang dirasakan dalam bentuk tulisan sehingga permasalahan psikologis seperti kecemasan yang dirasakan dapat berkurang bahkan teratasi (Danarti et al., 2018). Hasil

penelitian yang dilakukan oleh Sari & Sumirta (2019) sebanyak 15 orang (93,75%) berada pada kategori cemas sedang, setelah diberikan *expressive writing therapy* terlihat adanya penurunan tingkat kecemasan yaitu menjadi kategori ringan, sebanyak 12 orang (75%). Penelitian serupa dilakukan oleh Danarti dkk., (2018) diperoleh skor rerata sebelum diberikannya *expressive writing therapy* 14,06 dan sesudah diberi *expressive writing therapy* terjadi penurunan skor rerata yaitu 7,61.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang pada November 2023 didapatkan data pasien kemoterapi selama 3 bulan terakhir sebanyak 465 orang. Data yang diperoleh dari hasil wawancara pada pasien kemoterapi didapatkan 7 dari 10 orang pasien mengalami kecemasan saat sebelum, saat menjalani dan saat sesudah kemoterapi. Dan saat wawancara pasien menunjukkan ekspresi seperti takut, gelisah dan salah satu pasien bahkan hampir menangis. Hampir semua pasien mengatakan kecemasan yang dirasakan akibat dari rasa takut saat dilakukan kemoterapi dan efek samping dari kemoterapi tersebut. Dari hasil wawancara juga didapatkan saat pasien merasa cemas tindakan yang dilakukan oleh perawat adalah menyuruh agar tetap tenang dan memutar musik religi di ruang rawat inap kemoterapi.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh *expressive writing therapy* terhadap tingkat kecemasan pasien kemoterapi di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang.

B. Rumusan Masalah

Kanker merupakan penyakit yang sangat berbahaya hingga dapat menyebabkan kematian. Salah satu penatalaksanaan yang sering digunakan untuk mengatasi kanker adalah kemoterapi. Selama proses kemoterapi pasien akan menghadapi masalah fisik dan juga masalah psikologis, salah satunya adalah kecemasan atau ansietas. Kecemasan yang dialami pasien sangat berpengaruh dalam proses kemoterapi. Dalam hal ini, untuk mengatasi kecemasan yang dialami pasien kemoterapi diperlukan terapi non-farmakologi. Terapi non-farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kemoterapi adalah *expressive writing therapy*.

Berdasarkan uraian yang ada, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah dengan diberi *expressive writing therapy* dapat mengurangi kecemasan yang dialami oleh pasien kemoterapi di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pengaruh *expressive writing therapy* terhadap tingkat kecemasan pasien kemoterapi di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi (usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, siklus kemoterapi) pada pasien kemoterapi yang mengalami kecemasan.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan pasien kemoterapi sebelum diberikan *expressive writing therapy*.
- c. Mengetahui tingkat kecemasan pasien kemoterapi setelah diberikan *expressive writing therapy*.
- d. Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan *expressive writing therapy*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Setelah dilakukan pemberian *expressive writing therapy* diharapkan kecemasan yang dialami pasien kemoterapi dapat berkurang atau tidak lagi merasakan cemas saat menjalani kemoterapi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber referensi bagi peneliti lain yang akan meneliti tentang terapi yang efektif untuk pasien kemoterapi yang mengalami kecemasan.

2. Manfaat Praktisi

- a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dilakukan guna untuk menerapkan ilmu yang dipelajari selama menempuh pendidikan, menambah pengalaman

dan wawasan baru tentang pengaruh *expressive writing therapy* terhadap tingkat kecemasan pasien kemoterapi.

b. Bagi Pasien

Penelitian ini dapat dijadikan pasien sebagai cara untuk mengatasi kecemasan yang sedang dialami dengan menggunakan *expressive writing therapy*.

c. Bagi Instansi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi pertimbangan dan bahan masukan untuk pembelajaran keperawatan, khususnya keperawatan jiwa yang membahas tentang pasien kemoterapi yang mengalami kecemasan.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini termasuk ke dalam ruang lingkup keperawatan jiwa. Peneliti melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Expressive Writing Therapy* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kemoterapi di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang”. Subjek penelitian ini adalah pasien yang menjalani kemoterapi di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang. Penelitian ini dilakukan pada Maret - April 2024. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektifitas dari *expressive writing therapy* terhadap tingkat kecemasan pasien kemoterapi di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *pre-eksperimental* dengan teknik *pre-test* dan *post-test*. Setiap

subjek akan diberikan kuesioner untuk mengukur tingkat kecemasan yang dialami sebelum dan sesudah diberikan *expressive writing therapy*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, N. F., Murdiana, S., & Ridfah, A. (2020). Intervensi Menulis Ekspresif untuk Menurunkan Kecemasan Menjalani Kemoterapi pada Pasien Penderita Kanker Payudara. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 4(1), 43–60. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v4i1.2403>
- ACS. (2023). *Types of Cancer Treatment*. America Cancer Society. <https://www.cancer.org/cancer/managing-cancer/treatment-types.html>
- Afida, R. I. N. (2018). Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Dengan Kemoterapi di RS Tingkat III Jember Baladhika Husada Jember. In *digital repository auaniversitas jember*. universitas jember.
- Al-Quteimat, O. M., & Amer, A. M. (2020). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Cancer Patients. *American Journal of Clinical Oncology: Cancer Clinical Trials*, 43(6), 452–455. <https://doi.org/10.1097/COC.0000000000000712>
- Ambarwati, winarsih nur, & Wardani, erlinda kusuma. (2014). Efek samping kemoterapi secara fisik pasien penderita kanker servik. *Prosiding Seminar Nasional & Internasional*, 2(2), 97–106.
- Amin, M. Al, & Juniati, D. (2017). Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting Dari Citra Wajah Dengan Deteksi Tepi Canny. *Jurnal Ilmiah Matematika*, 2(6), 437–446. <https://media.neliti.com/media/publications/249234-model-infeksi-hiv-dengan-pengaruh-percoba-b7e3cd43.pdf>
- Anggrawati, D., & Kasih, F. (2022). Model Bimbingan Kelompok dalam Menggunakan Metode Role Playing untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi pada Peserta Didik. *Journal of Education Research*, 2(4), 132–140. <https://doi.org/10.37985/jer.v2i4.64>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Assyifa, F., Fadilah, S., Wasilah, S., Fitria, Y., & Muthmainah, N. (2023). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Pskps Fk Ulm Tingkat Akhir Dalam Pengerjaan Tugas Akhir. *Homeostasis*, 6(2), 333. <https://doi.org/10.20527/ht.v6i2.9980>
- Chrisnawati, G., & Aldino, T. (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI*, 5(2), 277–282. <https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>
- Claresta, L. J., & Purwoko, Y. (2017). Pengaruh Konsumsi Cokelat Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Praujian. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 6(2), 737–747.

- Conti, R. M., Bernstein, A. C., Villaflor, V. M., Schilsky, R. L., Rosenthal, M. B., & Bach, P. B. (2013). Prevalence of Off-Label Use and Spending in 2010 Among Patent-Protected Chemotherapies in a Population-Based Cohort of Medical Oncologists. *Journal of Clinical Oncology*, *31*(9), 1134–1139. <https://doi.org/10.1200/JCO.2012.42.7252>
- Danarti, N. K., Sugiarto, A., & Sunarko. (2018). Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Depresi, Cemas, dan Stres. *Journal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *1*(1), 48–61.
- Demak, I. . P. ., & Suherman. (2016). *Hubungan Umur, Jenis Kelamin Mahasiswa dan Pendapatan Orangtua dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Pendidikan Sarjana Program Studi Pendidikan Dokter FKIK Universitas Tadulako*.
- Elan Furwanti. (2014). Gambaran tingkat kecemasan pasien di instalasi gawat darurat (IGD) RSUD Panembahan Senopati Bantul. *Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat*, *7*(2).
- Elliya, R. (2017). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Stress Pada Pasien Pre-Operasi Di Ruang Mawar Rsud Dr . H Abdul Moeloek Provinsi Lampung tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Holistik*, *11*(3), 155–161.
- Fajri, I., Nurhamsyah, D., Mudrikah, K. A., Aisyah, S., & Azjunia, A. R. (2022). Terapi non-farmakologi dalam mengurangi tingkat nyeri pada pasien kanker payudara stadium 2-4: literature review. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, *5*(2), 106–120. <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/article/view/6139>
- Fortuna, A. D., Saputri, M. E., & Wowor, T. J. F. (2022). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Warga Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021 Di Kecamatan Sukmajaya Kota Depok. *Jurnal Keperawatan*, *10*(1), 34. <https://doi.org/10.35790/jkp.v10i1.38850>
- Hafsah, L. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, *5*(1), 21–28. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i1.22338>
- Hidayat, Y. M. (2013). Prinsip Dasar Kemoterapi. *Bandung Controversies And Consensus In Obstetrics & Gynecology*, 253–273.
- ICCC. (2017). *Tanda dan Gejala Kanker Secara Umum*. Indonesia Cancer Care Comunity. <https://iccc.id/tanda-dan-gejala-kanker-secara-umum>
- ICCC. (2023). *Tahapan Perkembangan Kanker*. Indonesia Cancer Care Comunity. <https://iccc.id/tahapan-perkembangan-kanker>
- Isnawati, I., Widyastuti, W., & Ridfah, A. (2023a). Efektivitas Menulis Ekspresif Secara Daring Untuk Menurunkan Kecemasan Akibat Pandemi Covid-19. *Jurnal RAP (Riset Aktual ...)*, *14*(1), 18–38. <https://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/114464%0Ahttps://>

/ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/download/114464/107920

- Isnawati, Widyastuti, & Ridfah, A. (2023b). Efektivitas Menulis Ekspresif Secara Daring Untuk Menurunkan Kecemasan Akibat Pandemi Covid-19. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi)*, 14(1), 18–38.
- Karacin, C., Bilgetekin, I., B Basal, F., & Oksuzoglu, O. B. (2020). How does COVID-19 fear and anxiety affect chemotherapy adherence in patients with cancer. *Future Oncology*, 16(29), 2283–2293. <https://doi.org/10.2217/fon-2020-0592>
- Kemenkes. (2022). *Gundah Gulana Menghadapi Kemoterapi*. Kemenkes RI. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/277/gundah-gulana-menghadapi-kemoterapi#:~:text=Kemoterapi merupakan bagian dari terapi pengobatan penyakit kanker.&text=Kemoterapi merupakan salah satu cara,ke seluruh bagian tubuh lain.
- Kemenkes, P. (2019). *Apa itu Kanker?* Kemenkes RI. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-kanker-dan-kelainan-darah/apa-itu-kanker>
- Kemenkes, R. (2019). *Penyakit Kanker di Indonesia Berada Pada Urutan 8 di Asia Tenggara dan Urutan 23 di Asia*. <http://p2p.kemkes.go.id/penyakit-kanker-di-indonesia-berada-pada-urutan-8-di-asia-tenggara-dan-urutan-23-di-asia/>
- Kim, H. S., Kim, J. H., Kim, J. W., & Kim, B. C. (2016). Chemotherapy in Elderly Patients With Gastric Cancer. *Journal of Cancer*, 7(1), 88–94. <https://doi.org/10.7150/jca.13248>
- Kolin, M. Y. K., Warjiman, & Mahdalena. (2016). Kualitas Hidup Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi Tahun 2014. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 69–74.
- Kurniawan, Y., & Kumolohadi, R. (2015). Spiritual-Emotional Writing Therapy Pada Subjek Yang Mengalami Episode Depresif Sedang Dengan Gejala Somatis. *Humanitas*, 12(2), 142–157. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v12i2.3844>
- Kuzairi, Yulianto, T., & Safitri, L. (2016). Aplikasi Metode Adams Bashforth-Moulton (Abm) Pada Model Penyakit Kanker. *Jurnal Matematika "MANTIK,"* 2(6), 14–21. <https://doi.org/10.15642/mantik.2016.2.1.14-21>
- Maharani, S. N. A., Noviekayati, I., & Meiyuntariningsih, T. (2017). Efektivitas Expressive Writing Therapy Dalam Menurunkan Tingkat Stress Pada Remaja Dengan Albino Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Introvert Dan Ekstrovert. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(2), 98–110.
- Maringka, P. C., Wiyono, W. I., & Antasionasti, I. (2020). Penilaian Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker di Ruang Irina Delima RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Biomedik:JBM*, 12(2), 139.

<https://doi.org/10.35790/jbm.12.2.2020.29286>

- Mastan, J. A., Rotty, L. W. A., Haroen, H., Hendratta, C., & Lasut, P. (2024). Tingkat Depresi, Cemas, dan Stres pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi. *Medical Scope Journal*, 6(2), 197–202. <https://doi.org/10.35790/msj.v6i2.53335>
- Mayasari, C. D. (2016). The Importance of Understanding Non-Pharmacological Pain Management for a Nurse. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 1(1), 35–42. <https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/download/13/5>
- Melathy, C. E., & Astuti, T. P. (2014). Pengaruh Menulis Ekspresif terhadap Kecemasan pada Penderita Diabetes Mellitus tipe II. *Jurnal EMPATI*, 3(4), 106–118.
- Misgiyanto, & Susilawati, D. (2019). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Kanker Serviks Paliatif. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(2), 92–100.
- Mohamed, S., & Baqutayan, S. (2012). *Review Article The Effect of Anxiety on Breast Cancer Patients*. 34(2). <https://doi.org/10.4103/0253-7176.101774>
- Muna, K. (2021). *Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Suspect Covid 19 Di Instalasi Gawat Darurat*. Universitas Islam Sultan Agung.
- NCI. (2020). *Cancer Registration & Surveillance Modules*. SEER Training Modules. <https://training.seer.cancer.gov/treatment/chemotherapy/types.html>
- Niman, S. M., Septianingsih, & Tania, C. (2019). The Effect of Expressive Writing Therapy on Anxiety Levels of Bullying Victims. *Journal of Mental Nursing*, 7, 179–184.
- Nisaa, C., Masruroh, F., & Praktikto, H. (2022). Expressive Writing Therapy Untuk Meningkatkan Kemampuan Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Pada Pasien Skizofrenia Paranoid. *Ar-Risalah: Media Keislaman, Pendidikan Dan Hukum Islam*, 20(1), 196–207.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurlina, Syam, Y., & Saleh, A. (2021). Terapi Musik Efektif Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kanker. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2), 634–642.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*

(4th ed.). Salemba Medika.

- Otto, A. K., Laurenceau, J. P., Siegel, S. D., & Belcher, A. J. (2015). Capitalizing on Everyday Positive Events Uniquely Predicts Daily Intimacy and Well-Being in Couples Coping with Breast Cancer. *J Fam Psychol*, *29*(1), 69–79.
- Parwata, I. M. O. A. (2014). Kanker dan Antikanker. *Jurnal Universitas Udayana*, 1–40.
- Pratiwi, S. R., Widiati, E., & Solehati, T. (2017). Gambaran Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Pasien Kanker Payudara dalam Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, *3*(2), 167. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9422>
- Rabiepoor, S., Vatankhah-Alamdary, N., & Khalkhali, H. R. (2020). The Effect of Expressive Writing on Postpartum Depression and Stress of Mothers with a Preterm Infant in NICU. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, *27*(4), 867–874. <https://doi.org/10.1007/s10880-019-09688-2>
- Rahayu, S. M., & Suprapti, T. (2020). Kualitas Hidup Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di Bandung Cancer Society. *Jurnal Wacana Kesehatan*, *5*(2), 551. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i2.148>
- Rahmawati, & Lestari. (2015). Mekanisme koping berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien kanker di RS Urip Sumoharjo Lampung. *Motorik*, *10*, 20.
- Ratna, R., Supadmi, W., & Yuniarti, E. (2021). Kualitas Hidup Pasien Kanker Rawat Jalan yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Kota Yogyakarta. *Majalah Farmaseutik*, *17*(2), 278–286. <https://doi.org/10.22146/farmaseutik.v17i2.62832>
- Retnoningtyas, D. W., Atmaja, A. A. G. A. A., Pratiwi, A. A. I., & Rahayu, K. D. A. (2017). Pengaruh expressive writing terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Psikologi "Mandala,"* *1*(1), 14–25.
- Rohmah, L. F., & Pratikto, H. (2019). Expressive Writing Therapy Sebagai Media Untuk Meningkatkan Kemampuan Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Pada Pasien Skizofrenia Hebefrenik. *Jurnal Psibernetika*, *12*(1), 20–28. <https://doi.org/DOI: http://dx.doi.org/10.30813/psibernetika.v12i1.1584> Hasil
- Rosnita, M. (2022). *World Cancer Day, Pengidap Kanker di Sumsel Capai Ratusan Ribu Jiwa*. RMOLSUMSEL. <https://www.rmolsumsel.id/world-cancer-day-angka-pengidap-kanker-di-sumsel-capai-ratusan-ribu-jiwa>
- Rulianti, Almasdy, & Murni. (2013). *Artikel Penelitian Hubungan Depresi dan Sindrom Dispepsia pada Pasien Penderita Keganasan Yang Menjalani Kemoterapi di RSUP DR. M. Djamil Padang*. *2*(3), 137–140.
- Rusidi, D., Anas, M., & Sinring, A. (2022). Penerapan Teknik Expressive Writing untuk Mengurangi Kecemasan Komunikasi pada Siswa Man 2 Parepare.

Pinisi Journal Of Education, 1–9.

- Ruslany, C., Fauzi, T. M., & Damanik, I. (2019). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Pasien Ca Mammae yang Sedang Melakukan Tindakan Kemoterapi. *Jkm*, 12(1), 1–8. <https://ejurnal.methodist.ac.id/index.php/jkm/article/view/621%0Ahttps://ejurnal.methodist.ac.id/index.php/jkm/article/download/621/489>
- Sari, N. M. D. K., & Sumirta, I. N. (2019). Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Odha. *Jurnal Gema Keperawatan*, 22–27.
- Setiawan, S. D. (2015). The Effect of Chemotherapy in Cancer Patient to Anxiety. *J Majority*, 4(4), 94–99.
- Simanullang, P., & Manullang, E. (2020). Tingkat Kecemasan Pasien Yang Menjalani Tindakan Kemoterapi Di Rumah Sakit Martha Friska Pulo Brayan Medan. *Jurnal Darma Agung Husada*, 7(2), 71–79.
- Stanton, R., To, Q. G., Khalesi, S., Williams, S. L., Alley, S. J., Thwaite, T. L., Fenning, A. S., & Vandelanotte, C. (2020). Depression, anxiety and stress during COVID-19: Associations with changes in physical activity, sleep, tobacco and alcohol use in Australian adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17114065>
- Subekti, R. (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan*. 1–9.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (23rd ed.). Alfabeta.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RD*.
- Sumarni, Hartati, Supriyo, & Harnany, A. S. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Lintas Keperawatan*, 3(2), 1–6. <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/LIK/article/view/9267>
- Sung, H., Ferlay, J., Siegel, R. L., Laversanne, M., Soerjomataram, I., Jemal, A., & Bray, F. (2021). Global Cancer Statistics 2020: GLOBOCAN Estimates of Incidence and Mortality Worldwide for 36 Cancers in 185 Countries. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*, 71(3), 209–249. <https://doi.org/10.3322/caac.21660>
- Supriyanto, W. (2014). *Kanker Deteksi Dini, Pengobatan dan Penyembuhannya*. Parama Ilmu.
- Susanti, R., & Supriyantini, S. (2013). Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara Di Muka Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 9(2), 119–129.
- Susilowati, T. G., & Hasanat, N. U. (2011). Pengaruh Terapi Menulis Pengalaman

- Emosional Terhadap Penurunan Depresi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Juni*, 38(2011), 92–107.
- Utami, Andriyani, & Fatmawati. (2013). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Kemoterapi Pada Pasien Kanker Serviks Di RSUD Dr. Moewardi. 10(1), 30–38.
- Vellyana, D., Lestari, A., & Rahmawati, A. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Preoperative di RS Mitra Husada Pringsewu. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 108. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i1.403>
- Vildayanti, H., Puspitasari, i m, & Sinuraya, r k. (2018). Review : Farmakoterapi Gangguan Anxietas. *Farmaka Suplemen*, 16(1), 196–212.
- WHO. (2022). *Kanker*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cancer>
- Yolanda, & Karwur. (2013). Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Serviks pada Golongan Ekonomi Rendah yang Mengikuti Program Kemoterapi di Rumah Sakit Umum Daerah Dr.Moewardi. *Institutional Repository, Universitas Satya Wacana*, 5(2), 68–81. file:///D:/jurnal s/16 oktober 2023/(Yolanda & Karwur, 2013).pdf
- Yudono, D. T. (2019). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pasien Ca Mamae Dengan Tindakan Kemoterapi. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(2), 53–63. <https://doi.org/10.35960/vm.v11i02.461>
- Yulianti, S., Rizky, E. Y., & Khairari, N. D. (2023). Analisis Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Perawat Pasca Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Selong. *ProHealth Journal*, 20(1), 25–32. <https://doi.org/10.59802/phj.2023201106>
- Zain, N. K. (2020). Pengaruh Penerapan Expressive Writing Therapy Pada Siswa SMA Islam Sabilurrosyad Malang Yang Mengalami Communication Apprehension. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.