



**APLIKASI TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA PASIEN
KANKER SERVIKS DENGAN KECEMASAN PRAKEMOTERAPI**

KARYA ILMIAH AKHIR

Oleh : SUCI AFRINA, S.Kep

NIM: 04064822225021

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA
2022**

PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister dan/atau doktor), baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan verbal Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Indralaya, 16 Januari 2023
Yang membuat pernyataan,



Suci Afrina

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS

LEMBAR PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR

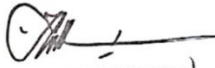
NAMA : SUCI AFRINA
NIM : 04064822225021
JUDUL : APLIKASI TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA
KANKER SERVIKS DENGAN KECEMASAN
PRAKEMOTERAPI

Karya Ilmiah Akhir ini telah dipertahankan dihadapan Penguji Karya Ilmiah Akhir Program Studi Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada Tanggal 7 Desember 2022 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, 7 Desember 2022

PEMBIMBING

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



(.....)

PENGUJI

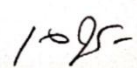
Karolin Adhity, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198807082020122008



(.....)

Mengetahui,

Koordinator Program Profesi Ners



Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 19830608200822002

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS

LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

NAMA : SUCI AFRINA
NIM : 04064822225021
JUDUL : APLIKASI TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA
KANKER SERVIKS DENGAN KECEMASAN
PRAKEMOTERAPI

Indralaya, 7 Desember 2022

PEMBIMBING

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

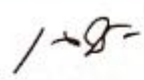

(.....)

Mengetahui,



Ketua Bagian Keperawatan
Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Profesi Ners


Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 19830608200822002

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, Allah SWT, atas taufik, hidayah, dan inayah-Nya sehingga penulis dapat kesempatan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul “Aplikasi Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Kanker Serviks Dengan Kecemasan Prakemoterapi”, sebagai salah satu syarat menyelesaikan program Profesi Ners di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membimbing, mendukung, dan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi, baik secara langsung maupun tidak langsung, diantaranya:

1. Ibu Hikayati S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kepala Bagian Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, yang telah memberi kesempatan untuk mengikuti pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
2. Ibu Jum Natosba, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp., Kep.Mat selaku pembimbimng yang sudah membimbing dan memberi semangat dalam menyusun karya ilmiah akhir ini
3. Ibu Karolin Adhisty, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji yang telah memberikan kritik dan saran yang menjadikan skripsi ini menjadi lebih baik sekaligus sebagai Dosen Akademik yang sudah membimbing dan memberi semangat setiap semseter

4. Seluruh dosen yang telah memberikan ilmunya untuk menyusun karya ilmiah akhir ini, staff serta keluarga besar Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
5. Kedua orangtua dan saudara yang telah memberikan dukungan, semangat, dan doanya
6. Teman-teman satu angkatan Profesi Ners 2022 yang saling berbagi pengalaman, pendapat, dan semangat

DAFTAR ISI

BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan.....	6
C. Metode Penulisan	7
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Kanker Servika.....	9
B. Kecemasan Prakemoterapi	16
C. Konsep Relaksasi Otot Progresif (ROP)	23
D. Konsep Asuhan Keperawatan	26
E. Penelitian Terkait.....	34
BAB III	42
A. Gambaran Hasil Asuhan Keperawatan	42
B. Gambaran Hasil Diagnosa Keperawatan.....	46
C. Gambaran Hasil Intervensi dan Implementasi Keperawatan	49
D. Gambaran Hasil Evaluasi Keperawatan	53
BAB IV	57
PEMBAHASAN	57
A. Pengkajian	57
B. Diagnosa Keperawatan.....	60
C. Intervensi dan Implementasi Keperawatan	62
D. Evaluasi Keperawatan	66
E. Implikasi Keperawatan	68
F. Dukungan dan Hambatan Selama Profesi Ners	69
BAB V	71
PENUTUP	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran	72
Daftar Pustaka	74

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Manuskrip
- Lampiran 2 Lembar Asuhan Keperawatan Pasien 1
- Lampiran 3 Lembar Asuhan Keperawatan Pasien 2
- Lampiran 4 Lembar Asuhan Keperawatan Pasien 3
- Lampiran 5 Lembar Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 6 Lembar Dokumentasi
- Lampiran 7 Lembar Konsul KIA
- Lampiran 8 Plagiarisme
- Lampiran 9 Lembar Artikel

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

Karya Ilmiah, Desember 2022

Suci Afrina, S.Kep

**APLIKASI TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA PASIEN
KANKER SERVIKS DENGAN KECEMASAN PRAKEMOTERAPI**

viii + 74 + 4 Tabel + 9 Lampiran

ABSTRAK

Pasien kanker servik yang akan menjalani kemoterapi mengalami kecemasan dengan keluhan merasa takut menghadapi kegagalan pengobatan, sulit bernapas, nafsu makan menurun, gelisah, dan sulit tidur. Kecemasan muncul akibat dampak fisik dari kemoterapi yakni mual muntah, rambut rontok, serta gangguan saluran pencernaan. Kecemasan yang berlebihan akan menimbulkan efek negatif pada proses dan hasil pengobatan kemoterapi. Tujuan penelitian ini untuk mengaplikasikan terapi relaksasi otot progresif kepada pasien kanker serviks. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus, pemilihan pasien dengan diagnosis medis kanker serviks dengan kecemasan di Ruang Enim Lantai 2 dan Ruang Rambang 2.2 Rumah Sakit dr. Mohammmad Hoesin Palembang. Hasil menunjukkan ada 4 diagnosis keperawatan yang terdiri dari 2 diagnosis aktual dan 2 diagnosis risiko. Salah satu intervensi yang diberikan kepada ketiga pasien untuk menangani kecemasan yakni terapi relaksasi otot progresif. Relaksasi otot progresif merupakan salah satu terapi relaksasi yang paling unggul digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan karena tidak memerlukan biaya mahal dan memanfaatkan proses menegangkan otot kemudian menurunkan ketegangan otot dan memberikan rasa rileks pada tubuh. Terapi diberikan selama 3 hari berturut-turut sebanyak 2 kali pagi dan sore dalam durasi 15-30 menit menunjukkan skor kecemasan Ny. R.S dari 24 (cemas sedang) menjadi 20 (cemas ringan). Pada pasien Ny. S. R dari 31 (cemas berat) menjadi 25 (cemas ringan). Pada pasien Ny. R dari 29 (cemas berat) menjadi 21 (cemas sedang). Pemberian terapi relaksasi otot progresif berpengaruh dalam penurunan tingkat kecemasan yang dirasakan pasien kanker serviks yang akan menjalani kemoterapi

Kata Kunci : Kanker Serviks, Kecemasan, Kemoterapi, Relaksasi Otot Progresif

Daftar Pustaka : 42 (2012-2022)

SRIWIJAYA UNIVERSITY
MEDICAL FACULTY
NERS PROFESSIONAL STUDY PROGRAM

Scientific Papers, Desember 2022

Suci Afrina, S.Kep

**APPLICATION OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON ANXIETY
PRECHEMOTHERAPY OF CERVIC CANCER PATIENTS**

viii + 74 + 4 Tabels +9 Attachments

ABSTRACT

Cervical cancer patients who will undergo chemotherapy experience anxiety with complaints of feeling afraid of facing treatment failure, difficulty breathing, decreased appetite, anxiety, and difficulty sleeping. Anxiety arises due to the physical impact of chemotherapy, namely nausea and vomiting, hair loss, and digestive tract disorders. Excessive anxiety will have a negative effect on the process and outcome of chemotherapy treatment. The purpose to apply progressive muscle relaxation therapy to cervical cancer patients. The methods used is descriptive qualitative with a case study approach, Selection of patients with medical diagnosis of cervical cancer with anxiety in Enim Room Floor 2 and Rambang Room 2.2 of Dr. Mohammad Hoesin Hospital Palembang. There are 4 nursing diagnoses consisting of 2 actual diagnoses and 2 risk diagnoses. One of the interventions given to the three patients to treat anxiety is progressive muscle relaxation therapy. Progressive muscle relaxation is one of the most superior relaxation therapies used to reduce anxiety levels because it does not require expensive costs and utilizes the process of tensing the muscles then reducing muscle tension and providing a sense of relaxation in the body. Therapy was given for 3 consecutive days twice in the morning and afternoon for a duration of 15-30 minutes, showing Mrs. R.S's anxiety score from 24 (moderate anxiety) to 20 (mild anxiety). In patient Mrs. S. R from 31 (severe anxiety) to 25 (mild anxiety). In patient Mrs. R from 29 (severe anxiety) to 21 (moderate anxiety). The provision of progressive muscle relaxation therapy has an effect in reducing the level of anxiety felt by cervical cancer patients who will undergo chemotherapy.

Keywords : *Cervical Cancer, Anxiety, Chemotherapy, Progressive Muscle Relaxation*

Bibliography : *42 (2012-2022)*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker serviks merupakan suatu penyakit yang terjadi di area bawah rahim yang menghubungkan rahim ke vagina. Penyakit kanker serviks merupakan pertumbuhan sel secara abnormal pada bagian serviks atau leher rahim yang disebabkan oleh *Human Papilloma Virus* (HPV) onkogenik dengan persentase 99,7% kejadian kanker serviks yang disebabkan oleh virus tersebut (Imelda & Santosa, 2020). Menurut data *Global Burden Of Cancer Study* (GLOBOCAN) dari WHO (2020), penyakit kanker serviks menduduki peringkat ke-5 di dunia serta angka insiden kejadian penyakit kanker serviks yakni 13,3 per 100.000, angka mortalitas untuk kanker serviks sebesar 7,3% yang merupakan angka tertinggi nomor 7 secara global. Sedangkan kanker serviks di Indonesia menduduki peringkat ke-2 setelah penyakit kanker payudara dengan persentase 17,2% dan jumlah total kasus sebanyak 396.914 kasus serta total kematian akibat kanker serviks sebanyak 234.511 kasus. Data Kemenkes RI (2020), menunjukkan jumlah wanita yang baru menderita kanker serviks yakni berkisaran 90-100 kasus per 100.000 penduduk serta sebanyak 40 ribu kasus kanker serviks terjadi setiap tahunnya (Windarti, Rahmawati, & Utami, 2021).

Pada umumnya penderita kanker serviks mengalami keterlambatan dalam diagnosis kanker serviks, sehingga penderita baru terdiagnosis pada stadium lanjut, hal ini akan menyebabkan penurunan persentase harapan hidup dan meningkatkan angka kasus kejadian kanker serviks (Windarti,

Rahmawati, & Utami, 2021). Keterlambatan diagnosa terjadi karena kanker serviks pada stadium awal tidak menunjukkan gejala terutama penderita tidak merasakan gejala dari kanker serviks, sedangkan gejala akan terasa ketika kanker sudah berada pada stadium lanjut (Imelda & Santosa, 2020). Stadium lanjut pada kanker serviks terjadi apabila sel kanker sudah menyebar ke luar serviks atau leher rahim. Apabila sel kanker sudah menyebar, maka harus segera mendapatkan penanganan medis. Salah satu pengobatan medis yang dianjurkan pada penderita kanker serviks stadium lanjut yakni kemoterapi (Imelda & Santosa, 2020).

Kemoterapi merupakan pengobatan dengan bahan sitostatik bertujuan untuk menekan pertumbuhan sel kanker yang diberikan melalui intravena atau per oral (Wahyuni, Huda, & Utami, 2015). Tindakan kemoterapi menimbulkan beberapa kosekuensi dan dampak pra tindakan maupun pasca tindakan yakni berupa rasa khawatir, cemas untuk menjalani kemoterapi dan takut ancaman terhadap kematian (Setiawan, 2015). Menurut Gale (1999 dalam Fauziah & Hertinjung, 2016), mengatakan bahwa sebagian besar penderita kanker akan menunjukkan reaksi yang bervariasi seperti takut, syok, cemas, perasaan berduka, marah, sedih, dan sampai ada yang menarik diri. Salah satu kecemasan yang muncul pada penderita kanker yang berkaitan dengan pengobatan seperti kemoterapi yakni memikirkan efek samping, perubahan gambaran diri dan kegagalan dari pengobatan (Syarif & Putra, 2014).

Kecemasan merupakan respon individu berupa perasaan yang tidak menyenangkan seperti perasaan gelisah, kesepian, tidak aman, dan merasa

tidak berdaya dalam menghadapi suatu peristiwa (Stuart, 2010 dalam Widia, 2022). Kecemasan dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan individu, pengetahuan dan pemahaman terkait stimulus cemas yang dialami, selain itu cemas juga dapat mempengaruhi konsep diri, pikiran, kepercayaan, dan peran diri (Lutfa & Maliya, 2008 dalam Saluy, Tahir, & Purnawinadi, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Martiningsih & Maemunah (2018), menyatakan bahwa penerapan relaksasi otot progresif untuk menurunkan kecemasan menunjukkan angka 6,30 dibandingkan dengan terapi suportif dengan angka 10,44 yang berarti relaksasi otot progresif lebih banyak menurunkan kecemasan orangtua terhadap anak yang sedang menjalani hospitalisasi di RSUD Dr. Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur. Menurut Pailak, Widodo, & Shibirun (2014), dalam penelitiannya yang membandingkan terapi relaksasi napas dalam dengan relaksasi otot progresif yang menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan dalam menurunkan kecemasan, Namun untuk hasil uji pada terapi relaksasi otot progresif yakni $p=0,000$ sedangkan pada relaksasi napas dalam yakni $p=0,001$. Meskipun hasil uji hanya berbeda 1 poin, banyaknya responden yang mengalami penurunan kecemasan masing-masing 10 responden. Pada penelitian perbandingan efektifitas terapi relaksasi otot progresif dan terapi benson dalam menurunkan stress oleh Qodrunnisa (2022), menyatakan bahwa ada perbedaan skor stress sebelum dan sesudah diberikan intervensi relaksasi otot progresif ($p=0,000$) dan intervensi relaksasi benson ($p=0,000$) serta tidak ada perbedaan rata-rata skor stres

antara kelompok relaksasi otot progresif dengan kelompok benson. Namun, relaksasi otot progresif lebih banyak diminati karena bisa dilakukan secara mandiri dan lebih unggul dibandingkan dengan terapi relaksasi lainnya, hal ini karena menurut Ilmi (2017 dalam Qodrunnisa, 2022), relaksasi ini menunjukkan pentingnya menekan stres secara sadar dengan melepaskan ketegangan pada otot tubuh.

Penelitian yang dilakukan Saputri, Setiyawan, & Wulanningrum (2021), menyatakan bahwa terapi relaksasi otot progresif yang diberikan pada individu yang mengalami kecemasan dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialaminya. Studi tentang pengaruh terapi relaksasi otot progresif yang juga dilakukan Yuniarti dan Rahmawati (2018), menunjukkan *p-value* 0,046 yang berarti bahwa terapi relaksasi otot progresif dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi. Penelitian lain tentang penanganan cemas dengan terapi relaksasi otot progresif dan terapi dzikir yang dilakukan oleh Yudono, Wardaningsih, dan Kurniasari (2019), didapatkan nilai *p-value* 0,000 menyatakan bahwa terapi tersebut dapat memberikan sensasi relaks dan menurunkan tingkat kecemasan yang dialami pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Teknik relaksasi merupakan teknik menenangkan pikiran dan melepaskan ketegangan sehingga memberikan sensasi relaks. Teknik relaksasi otot progresif merupakan teknik relaksasi dengan menegangkan dan melemaskan otot secara bertahap, berurutan, dan fokus perhatian pada proses perbedaan ketika otot ditegangkan dan dilemaskan (Kozier, *et al.* 2011 dalam Qodrunnisa, 2021).

Data pada studi pendahuluan dalam rekam medis di Ruang Rawat Obgyn : Ruang Enim Lantai 2 dan Ruang Rambang 2.2 RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang kasus kanker serviks sebanyak 39 kasus. Dari 39 kasus, 21 pasien akan menjalani kemoterapi yang pertama kali dan kemoterapi seri V-VI, 7 pasien akan menjalani tindakan *Bracctherapy*, dan 9 pasien lainnya diberikan transfusi darah, dan tindakan perbaikan keluhan utama. Coners melakukan anamnesa kepada pasien kanker serviks di Ruang Enim Lantai 2 dan Ruang Rambang 2.2 terkait perasaan khawatir, cemas, dan takut tentang tindakan dan penyakitnya. Pasien yang akan menjalani kemoterapi seri V-VI sebagian besar mengatakan tidak merasa cemas karena sudah mengetahui proses tindakan dan efek dari tindakan tersebut. Beberapa dari pasien juga sudah mampu mengatasi perasaan cemas dan efek dari tindakan kemoterapi. Pada pasien yang baru pertama kali akan menjalani kemoterapi sebagian besar mengatakan khawatir dan takut akan poses tindakan yang menyakitkan serta perkembangan penyakitnya menjadi buruk. Sehingga peneliti tertarik untuk menulis dan membahas secara komprehensif tentang asuhan keperawatan pada pasien dengan kanker serviks di RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang dengan intervensi keperawatan yang diberikan terapi relaksasi otot progresif untuk manajemen dan mengatasi masalah keperawatan kecemasan pada pasien kanker serviks yang akan menjalani kemoterapi.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan pelaksanaan praktik keperawatan maternitas yang berfokus pada asuhan keperawatan pada pasien kanker serviks yang mengalami kecemasan pre kemoterapi dan telaan *evidence based* di Ruang Enim Lantai 2 RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang

2. Tujuan Khusus

- a. Memberikan gambaran umum pengkajian keperawatan pada pasien dengan kanker serviks yang mengalami kecemasan pre kemoterapi di Ruang Enim Lantai 2 RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang
- b. Memberikan gambaran keperawatan pada pasien dengan kanker serviks yang mengalami kecemasan pre kemoterapi di Ruang Enim Lantai 2 RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang
- c. Memberikan gambaran intervensi dan implementasi asuhan keperawatan pada pasien dengan kanker serviks yang mengalami kecemasan pre kemoterapi di Ruang Enim Lantai 2 RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang
- d. Memberikan gambaran evaluasi asuhan keperawatan pada pasien dengan kanker serviks yang mengalami kecemasan pre kemoterapi di Ruang Enim Lantai 2 RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang

- e. Memaparkan informasi *evidence based* tentang pengaruh terapi relaksasi otot progresif dalam penurunan skor kecemasan pada pasien kanker serviks yang akan menjalani kemoterapi di Ruang Enim Lantai 2 RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang

C. Metode Penulisan

Metode yang digunakan pada penulisan ini yakni dengan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dengan tahapan sebagai berikut :

1. Pemilihan 3 kasus pasien dengan kriteria pasien kanker serviks yang belum pernah mengalami kemoterapi dan akan menjalani kemoterapi di Ruang Rawat Obgyn : Ruang Enim Lantai 2 dan Ruang Rambang 2.2
2. Analisis teori menggunakan studi literatur untuk memahami tentang kondisi pasien dan rencana asuhan keperawatan yang diberikan
3. Menulis asuhan keperawatan mulai dari pengkajian keperawatan, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, serta evaluasi keperawatan yang sesuai dengan format pada departemen statse keperawatan maternitas
4. Penegakan diagnosis keperawatan berdasarkan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia, tujuan dan kriteria hasil berdasarkan Standar Luaran Keperawatan Indonesia, serta

intervensi dan implementasi berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia

5. Mengaplikasikan asuhan keperawatan yang dimulai saat melakukan pengkajian hingga evaluasi serta hasil peneliti

Daftar Pustaka

- Awaliyah, A. U. H. (2022). *Korelasi Faktor Risiko Dengan Stadium Penderita Kanker Serviks Di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Tahun 2019*. [skripsi] Universitas Hasanuddin
- Baheti, D. K. *et al.* (2017). *Symptom Oriented Pain Management*. New Delhi: JAYPEE The Health Sciences Pubilisher
- Budiono. (2016). *Konsep dasar Keperawatan*. Jakarta: Kemenkes RI
- Doliarn'Do, D. A. B., Kurniajati, S., & Kristanti, E. E. (2018). Kompres Hangat Dan Relaksasi Nafas Dalam Efektif Menurunkan Nyeri Pasien Reumatoid Artritis. *Jurnal Penelitian Keperawatan*. 4(2): 137-146
- Fauziah, R. N., & Hertinjung, W. S. (2016). *Kecemasan Pada Penderita Kanker*. [naskah publikasi] Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Februanti, Sofia. 2019. Asuhan Keperawatan pada Pasien Kanker Serviks: Terintegrasi dengan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Standart Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), dan Standart Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) PPNI. Hal: 75.
- Hayat, A. (2014). Kecemasan Dan Metode Pengendaliannya. *KHAZANAH*. 7(1): 52-62
- Hermanto, A., Sukartini, T., & Yunitasari, E. (2020). Terapi Non Farmakologis Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Kanker Dengan Kemoterapi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*. 11(4): 334-337
- Imelda, F., & Santosa, H. (2020). *Deteksi Dini Kanker Serviks Pada Wanita*. Medan:CV. Anugrah Pangeran Jaya Press
- Jannah, S. R. (2019). *Asuhan Keperawatan Pasien Dengan Ca. Serviks Di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Abdul Wahab Sjahrane Samarinda*. [kia] Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Samarinda
- Komite Penanggulangan Kanker Nasional. (2016). *Panduan Penatalaksanaan Kanker Serviks*. Jakarta: Kemenkes
- Martaningsih, & Maemunah, F. (2018). *Perbedaan Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progesif Dan Terapi Supportif Terhadap Kecemasan Orangtua Dengan Anak Hospitalisasi Di RSUD. Dr. R. Soedjono Selong Kabupaten Lombok Timur*. [thesis] Universitas Brawijaya
- Mas'ud, A., & Mardiana. (2021). Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Mengalami Luka Kaki Diabetik Di Kabupaten Bone. *Jurnal Keperrawtan Muhammadiyah*. 6(4): 94-99
- Nurarif, A. H., & Kusua, H. (2015). *Aplikasi Asuhkan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & Nanda NIC-NOC*. Jogjakarta: MediAction
- Nursalam. (2017). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: pendekatan praktis edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika

- Pailak, H., Widodo, S., & Shibirun. (2014). Perbedaan Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Dan Napas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pasa Pasien Pre Operasi Di Rumah Sakit Telegorejo Semarang. *Jurnal Kesehatan*
- Pramono, C., Hamranani, S. S. T., & Sanjaya, M. Y. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Di RSUD Wonosari. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*. 2(2): 22-32
- Praptni, K. D., Sulistiowati, N. M. D., & Suarnata, I. K. (2015). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kemoterapi Di Rumah Singgah Kanker Denpasar.
- Qodrunnisa, I. (2021). *Perbandingan Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dan Relaksasi Benson Terhadap Stres Mahasiswa Sebagai Dampak Pembelajaran Dari Di Masa Pandemi Covid-19*. [skripsi] Universitas Sriwijaya
- Rahmania, E. N., Natosba, J., & Adhistry, K. (2020). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Sebagai Penerapan Palliative Care Terhadap Nyeri Dan Kecemasan Pasien Kanker Serviks. *BIMIKI*. 8(1): 25-32
- Ricky, Z., Rachmawaty, R., & Syam, Y. (2018). Efektifitas Progressive Muscle Relaxation Terhadap Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*. 7(2): 101-221
- Rustandi, B., Pitono, A. J., & Rahmad, M. N. (2018). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nilai Kecemasan Pada Pasien Ca Paru Yang Sedang Menjalani Kemoterapi Di RS. Dr. H. A. Rotinsulu Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan Aisyiah*. 5(1): 25-30
- Saluy, P., Tahir, P. I. A., & Purnawinadi, I. G. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien Kemoterapi. *Nutrix*. 5(2): 8-16
- Saputri, R. D. A., Setiyawan, & Wulanningrum, D. N. (2021). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Penderita Kanker. *Universitas Kusuma Husada Surakarta*
- Sari, N. M. R., Ludiana, & HS, S. A. S. (2021). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Paru Yang Menjalani Kemoterapi Di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*. 1(2): 175-187
- Setiawan, S. D. (2015). The Effect Of Chemotherapy In Cancer Patient To Anxiety. *J MAJORITY*. 4(4): 94-99
- Shurianto. L. B. (2017). *Karakteristik Pasien Karsinoma Serviks Berdasarkan Manifestasi Klinis Dan Histopatologi Di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung*. [kia] Universitas Jenderal Achmad Yani
- Simanullang, P. (2019). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation (PMR) Terhadap Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di

- RSU Martha Friska Brayana Medan. *Jurnal Darma Agung Husada*. 5(1): 1-8
- Sugiarti, N. P. M., & Faidah, N. (2018). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Lansia Di Banjar Bukit Sari Desa Sidan Kabupaten Gianyar. *Stikes Wira Medika Bali*
- Suryani, E., & Badi'ah, A. (2018). *Asuhan keperawatan anak sehat dan bekebutuhan khusus*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Susianti, & Aulia, W. (2017). Pengobatan Karsinoma Serviks. *Majority*. 6(2): 92-99
- Syarif, H., & Putra, A. (2014). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi : A Randomized Clinical Trial. *Idea Nursing Journal*. 5(3): 1-8
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: DPP PPNI
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: DPP PPNI
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: DPP PPNI
- Trijayanti, E., & Probosari, E. (2016). Hubungan Asupan Makan Dan Status Gizi Pada Pasien Kanker Serviks Post Kemoterapi. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. 5(4): 751-760
- Wahyuni, D., Huda, N., & Utami, G. T. (2015). Studi Fenomenologi Pengalaman Pasien Kanker Stadium Lanjut yang Menjalani Kemoterapi, 2(2)
- Wardani, R. P. (2020). *Seorang Wanita Berusia 59 Tahun P 5-5 Dengan Kanker Serviks*. [laporan kasus] Universitas Muhammadiyah Suakarta
- Widia, P. (2022). *Hubungan Pembelajaran Dalam Jaringan (Daring) Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*. [skripsi] Universitas Sriwijaya
- Windarti, I., Rahmawati, A., & Utami, N. (2021). *Pemberdayaan Perempuan Dalam Upaya Deteksi Kanker Serviks Melalui Metode Reproductive Organ Self Examination (ROSE) Di Desa Sidosari Kecamatan Natar Lampung Selatan*. [kia] Universitas Lampung
- Yudono, D. T., Wardaningsih, S., & Kurniasari, N. (2019). Pengaruh Terapi Psikoreligius (Dzikir) Dan Progressive Muscle Relaxation Dengan Pendekatan Caring Terhadap Kecemasan Pada Pasien Tindakan Kemoterapi. *Health Science And Pharmacy Journal*. 3(2): 34-41
- Yuniarti, E. V., & Rahmawati, I. (2018). Progressive Muscle relaxation Effect On The Level Anxiety Of Cancer Patients Undergoing Chemotherapy. *International Journal Of Nursing And Midwifery Science*. 2(1): 62-69