

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN AFIRMASI
POSITIF TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER PAYUDARA
YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD PANEMBAHAN
SENOPATI BANTUL**



**SALMA ANINDYA PUTRI
P07120122057**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN AFIRMASI
POSITIF TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER PAYUDARA
YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD PANEMBAHAN
SENOPATI BANTUL**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan



**SALMA ANINDYA PUTRI
P07120122057**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN AFIRMASI
POSITIF TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER PAYUDARA
YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD PANEMBAHAN
SENOPATI BANTUL

Disusun oleh :

SALMA ANINDYA PUTRI

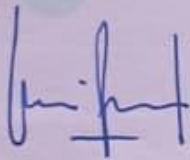
NIM P07120122057

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

Rabu, 28 Mei 2025

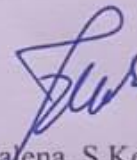
Menyetujui,

Pembimbing Utama



Dr. Umi Istianah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.MB
NIP. 197108071994032002

Pembimbing Pendamping



Ida Mardalena, S.Kep., Ners., M.Si
NIP. 197107181994032003

Yogyakarta, 27 Agustus 2025

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp. Kom.
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN AFIRMASI POSITIF TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD PANEMBAHAN SENOPATI BANTUL

Disusun oleh :

SALMA ANINDYA PUTRI

NIM P07120122057

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 28 Mei 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Nurun Laasara, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196702091990032100

(.....)

Anggota,
Dr. Umi Istianah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.MB
NIP. 197108071994032002

(.....)

Anggota,
Ida Mardalena, S.Kep., Ners., M.Si
NIP. 197107181994032003

(.....)

Yogyakarta, 27 Agustus 2025

Ketua Jurusan Keperawatan


Bondan Palesti, SKM., M.Kep., Sp. Kom.
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : SALMA ANINDYA PUTRI

NIM : P07120122057

Tanda Tangan : 

Tanggal : 28 Agustus 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SALMA ANINDYA PUTRI
NIM : P07120122057
Program Studi : D-III Keperawatan
Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DAN
AFIRMASI POSITIF TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER
PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD
PANEMBAHAN SENOPATI BANTUL**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/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 : Yogyakarta
Pada tanggal : 27 Agustus 2025

Yang menyatakan,



SALMA ANINDYA PUTRI
NIM P07120122057

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan bertujuan memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi D-III Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah membantu dengan memfasilitasi dan memberikan berbagai kemudahan selama proses pendidikan untuk mahasiswa dan mahasiswinya.
2. Dr. Atthobari, M.PH., Sp.MK selaku Direktur Rumah Sakit Umum Daerah Panembahan Senopati Bantul yang telah memberikan kesempatan penulis untuk dapat melakukan penelitian di Rumah Sakit Umum Daerah Panembahan Senopati Bantul
3. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang senantiasa mendukung dan membimbing penulis selama proses pendidikan dan penelitian.
4. Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang senantiasa mendukung seluruh mahasiswa prodi D-III keperawatan dalam menjalani pendidikan dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Nurun Laasara, S.Kep Ns, M.Kep selaku Penguji Karya Tulis Ilmiah ini yang telah memberikan arahan dan bimbingan karya tulis ilmiah ini hingga selesai.
6. Dr. Umi Istianah, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.MB selaku Pembimbing Utama penulis yang telah membimbing dan mendampingi perjalanan penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Ida Mardalena, S.Kep.,Ners.M.Si selaku Pembimbing Kedua penulis yang telah membimbing dan mendampingi perjalan penulis dalam penyusunan Karya Tulis Imiah ini.

8. Bapak Desriwandi Enicon dan Ibu Ari Kusumawati selaku kedua orang tua penulis yang senantiasa berkorban dan berjasa dalam menemani perjalanan selama penulis menempuh pendidikan, kedua orang tua yang senantiasa memanjatkan doa dan memberikan dukungan mental dan maupun material yang tak terhingga, jerih payah dan semangat dalam membesarkan satu – satunya putri tercinta untuk senantiasa semangat dalam menjalani proses penyusunan karya tulis ilmiah ini dan menjadi tenaga kesehatan terbaik dimasa depan.
9. Aji Sadeva Ramadhan selaku kakak yang selalu menjadi pendengar yang bijaksana dan Hafizh Kuswandi selaku adik yang senantiasa membuat penulis semangat dan termotivasi dalam menempuh pendidikan dan proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Seluruh sahabat dan teman-teman yang telah memberikan dukungan material dan moral bagi penulis, terkhususnya kepada Joanito Goik Ximenes Pinto yang senantiasa menemani suka duka dan senantiasa memberikan dukungan juga motivasi dalam bentuk apapun yang sangat berarti meski terlampau jarak yang jauh dan waktu yang berbeda dalam kelancaran proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Serta kepada seluruh pihak yang sengaja maupun tidak sengaja dipertemukan dan membantu proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata, penulis menyadari berbagai kekurangan dalam karya tulis ilmiah ini, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga karya tulis ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu kepada siapapun yang membaca dan yang ingin mengembangkannya.

Yogyakarta, 10 Januari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
<i>ABSTRACT</i>	<i>xiii</i>
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	2
A. Latar Belakang	2
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Studi Kasus	6
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian	7
F. Keaslian Penulisan	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Telaah Pustaka.....	13
B. Konsep Asuhan Keperawatan pada pasien dengan kecemasan.....	44
C. Kerangka Teori.....	56
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	57
A. Rancangan Studi Kasus.....	57
B. Subjek Studi Kasus	57
C. Fokus Studi	58

D. Definisi Operasional.....	58
E. Instrumen Studi Kasus	60
F. Metode Penelitian.....	61
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus.....	64
H. Analisis Data dan Penyajian Data	65
I. Etika Studi Kasus	65
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	68
A. Hasil Studi Kasus	68
B. Pembahasan.....	95
C. Keterbatasan Studi Penelitian	104
BAB V PENUTUP.....	106
A. Kesimpulan	106
B. Saran.....	106
DAFTAR PUSTAKA	108
LAMPIRAN.....	115

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penulis	10
Tabel 2.1 Tabel TNM pada kanker payudara	20
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	58
Tabel 4.1 Tabel Evaluasi Ny. C dan Ny. N.....	103

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway/WOC (Web of Caution) Kanker Payudara	42
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Anggaran Penelitian.....	116
Lampiran 2. Jadwal Kegiatan	117
Lampiran 3. Surat Izin Studi Pendahuluan	118
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian RSUD Panembahan Senopati Bantul.....	119
Lampiran 5. Kwitansi Studi Pendahuluan.....	120
Lampiran 6. Surat Permohonan <i>Ethical Clearence</i>	121
Lampiran 7. Surat Permohonan Izin Penelitian	122
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian RSUD Panembahan Senopati Bantul	123
Lampiran 9. Kwitansi Izin Penelitian	124
Lampiran 10. Surat Keterangan Layak Etik.....	125
Lampiran 11. Surat Permohonan Responden.....	126
Lampiran 12. Informed Consent Ny. C.....	127
Lampiran 13. Informed Consent Ny. N.....	128
Lampiran 14. Asuhan Keperawatan Studi Kasus.....	129
Lampiran 15. Lembar Kuisisioner Kecemasan HARS Ny. C.....	151
Lampiran 16. Kuisisioner Kecemasan HARS Ny. N.....	153
Lampiran 17. Lembar Observasi Skor Kecemasan.....	155
Lampiran 18. Pedoman Wawancara.....	156
Lampiran 19. Lembar Bukti Mengikuti Ujian Seminar Proposal	158
Lampiran 20. Lembar Konsultasi dan Bimbingan	160
Lampiran 21. SOP Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Afirmasi Positif.....	162
Lampiran 22. Leaflet Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Afirmasi Positif.....	170