

**PENERAPAN TERAPI *BUTTERFLY HUG* TERHADAP PENURUNAN
KECEMASAN DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA AMAN NYAMAN
KELUARGA PENDERITA *CA MAMMAE* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
GAMPING II**

Via Novita Sari¹, Abdul Ghofur², Bondan Palestin³
^{1,2,3}Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293, (0274)587293
Email : sarivianovita01@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: *Ca mammae* merupakan salah satu penyakit kronis yang tidak hanya menimbulkan gangguan fisik, tetapi juga masalah psikologis berupa kecemasan. Kecemasan yang tidak teratasi dapat menurunkan kualitas hidup, mengganggu pola tidur, serta menghambat proses pengobatan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan adalah terapi *Butterfly Hug* yang memberikan stimulasi bilateral untuk meningkatkan relaksasi dan rasa nyaman.

Tujuan: Melaksanakan asuhan keperawatan keluarga melalui penerapan terapi *Butterfly Hug* terhadap penurunan kecemasan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman dan nyaman pada penderita *Ca Mammae* di wilayah kerja Puskesmas Gamping II.

Metode: Studi kasus deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Subjek penelitian terdiri dari dua pasien lansia penderita *Ca Mammae* yang menjalani kemoterapi. Pengukuran tingkat kecemasan menggunakan instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Terapi *Butterfly Hug* diberikan selama empat kali kunjungan rumah dengan ritme lambat (± 1 tepukan per detik) dalam waktu 5-10 menit pada tiap sesinya.

Hasil: Kedua responden mengalami ansietas kategori sedang sebelum intervensi. Pada Ny. T terjadi penurunan skor HARS dari 22 menjadi 20, sedangkan pada Ny. S terjadi penurunan skor HARS dari 21 menjadi 19. Setelah penerapan terapi *Butterfly Hug*, kedua pasien melaporkan merasa lebih tenang, nyaman, lebih rileks, mampu mengendalikan kecemasan, dan dapat melakukan teknik *Butterfly Hug* secara mandiri. Keluarga juga menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mendukung pengobatan dan perawatan pasien.

Kesimpulan: Penerapan terapi *Butterfly Hug* terbukti membantu menurunkan tingkat kecemasan pada penderita *Ca Mammae* dari kategori sedang menjadi ringan serta meningkatkan rasa aman dan nyaman. Terapi ini dapat digunakan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang mudah dilakukan secara mandiri di rumah dengan dukungan keluarga.

Kata kunci: *Butterfly Hug*, ansietas, kecemasan, *Ca Mammae*, rasa aman nyaman, keperawatan keluarga.

THE APPLICATION OF BUTTERFLY HUG THERAPY TO REDUCE ANXIETY IN MEETING THE NEEDS FOR A SENSE OF SAFETY AND COMFORT AMONG FAMILIES OF BREAST CANCER PATIENTS IN THE SERVICE AREA OF THE GAMPING II COMMUNITY HEALTH CENTER

Via Novita Sari¹, Abdul Ghofur², Bondan Palestin³
^{1,2,3}Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293, (0274)587293

Email : sarivianovita01@gmail.com

ABSTRACT

Background: Breast cancer is a chronic disease that causes not only physical distress but also psychological issues such as anxiety. Unresolved anxiety can lower quality of life, disrupt sleep patterns, and hinder the treatment process. One non-pharmacological intervention that can be used to reduce anxiety is Butterfly Hug therapy, which provides bilateral stimulation to enhance relaxation and a sense of comfort.

Objective: To provide family nursing care through the application of Butterfly Hug therapy to reduce anxiety and meet the needs for safety and comfort in breast cancer patients within the service area of the Gamping II Community Health Center.

Methods: A descriptive case study was conducted using the nursing process approach, which included assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The study subjects consisted of two older adult patients with breast cancer undergoing chemotherapy. Anxiety levels were measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). The Butterfly Hug therapy was administered during four home visits at a slow rhythm (approximately one tap per second) for 5–10 minutes in each session.

Results: Both respondents experienced moderate anxiety prior to the intervention. Mrs. T's HARS score decreased from 22 to 20, while Mrs. S's HARS score decreased from 21 to 19. After the implementation of Butterfly Hug therapy, both patients reported feeling calmer, more comfortable, and more relaxed; they were able to manage their anxiety and perform the Butterfly Hug technique independently. Families also demonstrated improved ability to support patient treatment and care.

Conclusion: The application of Butterfly Hug therapy was proven to help reduce anxiety levels in breast cancer patients from moderate to mild and to increase feelings of safety and comfort. This therapy can be used as a non-pharmacological nursing intervention that is easy to perform independently at home with family support.

Keywords: Butterfly Hug, anxiety, breast cancer, sense of safety and comfort, family nursing.