

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*
(PMR) TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN
PENDERITA KANKER SERVIKS YANG SEDANG MENJALANI
KEMOTERAPI DI RSUD Dr. MOEWARDISURAKARTA**

Tesis

**Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Derajat Magister
Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**VINA YOLANDA SARI SIGALINGGING
20151050031**

**PROGRAM MAGISTER KEPERAWATAN
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
2017**

KATA PENGANTAR

Dengan segala kerendahan hati penulis panjatkan puji dan syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan kasih karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* Terhadap Tingkat Kecemasan Penderita Kanker Serviks Yang Sedang Menjalani Kemoterapi Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta”.

Dalam penyusunan proposal tesis ini telah banyak mendapat bantuan moril maupun materil dari berbagai pihak, maka dari itu saya menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. Gunawan Budianto, M.P. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Dr. Achmad Nurmandi, M.Sc selaku Direktur Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan ijin dalam penelitian ini.
3. FitriArofiati, S.Kep.Ns., MAN.,P.hD selaku Ketua Program Studi Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, yang telah memberikan arahan dan masukan demi tersempurnanya proposal tesis ini.
4. Shanti Wardaningsih, Ns.M.Kep.Sp.Kep.Jiwa., Ph.D selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, masukan dan bimbingan dengan penuh kesabaran demi terselesaikannya proposal tesis ini.
5. Yanuar Primanda, S.Kep., Ns., MNS., HNC selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan, masukan dan bimbingan dengan penuh kesabaran demi terselesaikannya tesis ini.
6. dr. Iman Permana, M.Kes., Ph.D., selaku Penguji I atas bimbingan, koreksi, masukan, arahan serta motivasi yang telah diberikan sehingga tesis ini terselesaikan.
7. Seluruh dosen Program Studi Magister Keperawatan Program Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu sehingga proposal tesis ini terwujud.

8. Orang tuaserta keluarga besar saya yang selalu membantu dalam segala hal serta senantiasa memanjatkan doa untuk kelancaran dalam pembuatan proposal tesis ini.
9. Rekan-rekan mahasiswa Magister Keperawatan Program PascaSarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang selalu memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas budi baik semua pihak yang telah memberikan kesempatan, dukungan dan bantuan dalam penyelesaian proposal tesis ini. Proposal tesis ini masih jauh dari sempurna, penulis mengharapkan kritik, saran dan masukan demi kesempurnaan penelitian ini. Akhirnya penulis berharap, semoga proposal tesis ini dapat bermanfaat bagi saya khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, Agustus 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. Penelitian Terkait.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	13
1. Kanker Serviks	13
a. Pengertian Kanker Serviks	13
b. Etiologi	13
c. Penyebaran Kanker Serviks.....	16
d. Faktor Risiko	18
e. Stadium Kanker Serviks.....	24
f. Deteksi Dini Kanker Serviks.....	27
g. Pencegahan.....	30
2. Kemoterapi.....	33
a. Pengertian.....	33

b. Tujuan.....	34
c. Mekanisme Kerja Kemoterapi.....	35
d. Efek Samping Kemoterapi	36
3. Kecemasan	37
a. Pengertian.....	37
b. FaktorPenyebab.....	38
c. Tingkat Kecemasan	42
d. ManajemenKecemasan.....	45
4. Latihan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR)	47
a. Pengertian.....	47
b. Manfaat.....	48
c. Prinsip Kerja.....	50
d. Mekanisme Fisiologi <i>Progressive Muscle Relaxation</i>	52
e. Pelaksanaan	53
5. Konsep keperawatan	54
B. Kerangka Teori	59
C. Kerangka Konsep.....	60
D. HipotesisPenelitian	61

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	62
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	64
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	65
D. Variabel Penelitian.....	65
E. Definisi Operasional	66
F. Instrumen Penelitian	67
G. Cara Pengumpulan Data	68
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	73
I. Pengolahan dan Analisa Data	73
J. EtikaPenelitian.....	76

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Karakteristik Responden.....	79
B. Tingkat Kecemasan Pada Semua Kelompok.....	81

C. Pengaruh Latihan Progressive Muscle Relaxation (PMR) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	83
--	----

BAB V PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden.....	85
B. Tingkat Kecemasan <i>Pre-Test</i> Pada Pasien Yang Sedang Menjalani Kemoterapi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol.....	88
C. Tingkat Kecemasan <i>Post-Test</i> Pada Pasien Yang Sedang Menjalani Kemoterapi Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol.....	92
D. Pengaruh <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR) Terhadap Tingkat Kecemasan	99
E. Pengaruh <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Sedang Menjalani Kemoterapi Menggunakan Pendekatan Teori Peplau (<i>Psychodynamic Nursing</i>).....	104
F. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian	107
G. Hambatan Penelitian	109

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	110
B. Saran	111

DAFTAR PUSTAKA	114
-----------------------------	-----

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Penelitian Terkait	10
Tabel 2.1 Stadium Kanker Serviks	25
Tabel 2.2 Pedoman Skrining Kanker Serviks	28
Tabel 2.3 Tingkat Kecemasan	44
Tabel 3.1 Definisi Operasional	66
Tabel 4.1 Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Penghasilan, Status Perkawinan, Asal Biaya Pengobatan, Dukungan Keluargadan Stadium Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol	79
Tabel 4.2 Tingkat Kecemasan Pada Responden Penelitian Sebelum Dan Sesudah Mengikuti Latihan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR) Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol	81
Tabel 4.3 Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Responden Penelitian Pada Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Latihan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR)	83
Tabel 4.4 Pengaruh <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR) Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol	84

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep	59
Gambar 2.2 Kerangka Teori	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 2	Permohonan Menjadi Asisten Penelitian
Lampiran 3	Kuesioner Data Demografi
Lampiran 4	Panduan Pelaksanaan Latihan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR)
Lampiran 5	Kuesioner Kecemasan
Lampiran 6	Lembar Isian Pelaksanaan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR)
Lampiran 7	<i>Standard Procedure Procedure</i> (SPO) Latihan <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR)
Lampiran 8	Lembar <i>Expert Judgement</i>
Lampiran 9	Hasil Statistik
Lampiran 10	Ijin Penelitian
Lampiran 11	Uji Etik
Lampiran 12	Uji Turnitin
Lampiran 13	Gambar Penelitian