

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI
IMAJINASI TERBIMBING DAN MUSIK RELAKSASI ALAM
TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER**

SKRIPSI



**OLEH:
Margaretha Herlina Winki
NRP: 9103019023**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2023**

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI
IMAJINASI TERBIMBING DAN MUSIK RELAKSASI ALAM
TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan



OLEH:
Margaretha Herlina Winki
NRP: 9103019023

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2023**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Margaretha Herlina Winki

NRP : 9103019023

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

“Pengaruh Terapi Kombinasi Imajinasi Terbimbing Dan Musik Relaksasi Alam Terhadap Kecemasan Pasien Kanker” benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 03 Juli 2023

Yang membuat pernyataan,



Margaretha Herlina W
9103019023

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Margaretha Herlina Winki

NRP : 9103019023

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul: Pengaruh Terapi Kombinasi Imajinasi Terbimbing dan Musik Relaksasi Alam Terhadap Kecemasan Pasien Kanker

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau di media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan hak cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 17 Juli 2023

Yang menyatakan



Margaretha Herlina W

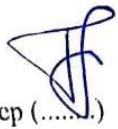
SKRIPSI


PENGARUH TERAPI KOMBINASI IMAJINASI TERBIMBING DAN MUSIK
RELAKSASI ALAM TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER

OLEH:

Margaretha Herlina Winki

NRP. 9103019023

Pembimbing Utama : Yesiana Dwi W. Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep (.....) 

Pembimbing Pendamping : Nia Novita Sari, S.Kep.. Ns., M.Kes 





Surabaya, 03 Juli 2023

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI PENGARUH TERAPI KOMBINASI IMAJINASI TERBIMBING DAN MUSIK RELAKSASI ALAM TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER

Skripsi yang ditulis oleh Margaretha Herlina Winki NRP.9103019023 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 10 Juli 2023 dan telah dinyatakan lulus oleh.

Tim Penguji

1. Ketua : Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep.

2. Sekretaris : Agustina Chriswinda Bura Mare, S.Kep., Ns., M.Kep.

3. Anggota : Yesiana Dwi Wahyu W, S.Kep., Ns., M.Kep.

4. Anggota : Nia Novita Sari., Ns., M.Kes


Mengesahkan



Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIK. 911.06.0600

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur, skripsi ini saya persembahkan kepada:

Tuhan Yesus dan Bunda Maria yang telah memberikan saya berkat,
melindungi serta menyertai saya dalam proses kehidupan saya.

Bapak Bernardus Peka, Mama Maria, Kakak Gaspar.

Kepada diri saya sendiri, terimakasih karena sudah bisa melawan rasa malas dan
sudah berusaha untuk menyelesaikan skripsi ini.

HALAMAN MOTTO

“Karena apa yang ditabur orang itu juga yang akan dituainya”

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini yang berjudul “Pengaruh Terapi Kombinasi Imajinasi Terbimbing dan Musik Relaksasi Alam Terhadap Kecemasan Pasien Kanker”. Adapun tujuan penulisan skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar S1 di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Dalam proses penulisan skripsi ini, peneliti mendapatkan banyak bantuan dan motivasi dari berbagai pihak, maka dari itu peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam membantu peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini, khususnya kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu W., S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya serta sebagai dosen pembimbing utama saya yang telah memberikan motivasi, saran dan semangat serta membantu penulis sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini
2. Ibu Nia Novita Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku dosen penasehat akademik saya serta sebagai dosen pembimbing pendamping yang juga telah memotivasi saya, memberikan saran dan memberi saya semangat sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Linda Juwita, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku ketua penguji skripsi yang telah memberikan arahan serta bimbingan kepada penulis dalam penyempurnaan penulisan skripsi ini.

4. Ibu Agustina Chriswinda Bura Mare, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku sekretaris penguji skripsi yang telah memberikan saran kepada penulis untuk penyempurnaan penulisan skripsi.
5. Seluruh dosen serta staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan dukungan kepada saya untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini.
6. Tempat penelitian yaitu Puskesmas Ngagel Rejo dan Puskesmas Dr. Soetomo yang telah memberi ijin kepada penulis serta membantu penulis selama proses penelitian.
7. Seluruh responden penelitian di Puskesmas Ngagel Rejo dan Puskesmas Dr Soetomo yang sudah bersedia menjadi responden penulis selama penelitian.
8. Bapak, mama dan kakak saya Gaspar yang selalu mendoakan saya, memberi nasehat, motivasi dan semangat kepada saya.
9. Teman-teman angkatan 2019 yang sudah memberi saya semangat selama berproses bersama di Fakultas keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala surabaya.

Dalam penulisan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu peneliti berharap kritik dan saran yang membangun dalam perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Surabaya, Juli 2023

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO	viii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH PENELITIAN	xvii
ABSTRAK	xviii
<i>ABSTRACT</i>	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Imajinasi Terbimbing.....	8
2.1 Imajinasi Terbimbing	8
2.1.2 Manfaat Imajinasi Terbimbing	8
2.1.3 Dosis Imajinasi Terbimbing	8
2.1.4 Langkah-langkah Imajinasi Terbimbing.....	9
2.2 Konsep Musik Relaksasi Alam	10
2.2.1 Pengertian Musik Relaksasi Alam.....	10
2.2.2. Manfaat Musik Relaksasi Alam.....	10
2.2.3 Dosis Musik Relaksasi Alam.....	11

2.2.4 Langkah-langkah Musik Relaksasi Alam	11
2.3 Konsep Kecemasan	11
2.3.1 Pengertian Kecemasan	11
2.3.2. Etiologi Kecemasan	12
2.3.3 Faktor Risiko Kecemasan	13
2.3.4 Tanda dan Gejala Kecemasan	13
2.3.5 Patofisiologi Kecemasan	14
2.3.6 Penatalaksanaan Kecemasan	14
2.4 Konsep Kanker	16
2.4.1 Pengertian Kanker	16
2.4.2 Jenis-Jenis Kanker	17
2.4.3 Penyebab Kanker	18
2.4.4 Tanda dan Gejala Kanker	19
2.4.5 Patofisiologi Kanker	20
2.4.6 Pemeriksaan Diagnostik Kanker	20
2.4.7 Penatalaksanaan Kanker	21
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	23
3.1 Kerangka Konseptual	23
3.2 Pengaruh Imajinasi Terbimbing dan Musik Relaksasi Alam Terhadap Kecemasan Pasien Kanker	24
3.3 Hipotesis	25
BAB 4 METODE PENELITIAN	26
4.1 Desain Penelitian	26
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian	27
4.2.1 Variabel Independen (Bebas)	27
4.2.2 Variabel Dependen (Terikat)	27
4.3 Definisi Operasional	27
4.4 Populasi, Sampel, Teknik Pengambilan Sampel	28
4.4.1 Populasi	28
4.4.2 Sampel	28
4.4.3 Teknik Pengambilan Sampel	31
4.5 Kerangka Kerja Penelitian	31
4.6 Metode Pengumpulan Data	32
4.6.1 Teknik Pengumpulan Data	32
4.6.2 Instrumen Penelitian	34
4.6.3 Waktu dan Lokasi	35
4.7 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	36
4.7.1 Uji Validitas	36
4.7.2 Uji Reliabilitas	36
4.8 Teknik Analisis Data	37
4.8.1 <i>Editing</i>	37
4.8.2 Skoring	38
4.8.3 <i>Tabulating</i>	38
4.8.4 Uji Hipotesis	39
4.9 Etika Penelitian	39

4.9.1 Prinsip Manfaat	39
4.9.2 Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia (<i>Respect Human Dignity</i>)	40
4.9.3 Prinsip Keadilan.....	41
BAB 5 HASIL PENELITIAN	42
5.1 Karakteristik Lokasi Penelitian	42
5.2 Hasil Penelitian	45
BAB 6 PEMBAHASAN	54
6.1 Kecemasan Sebelum Diberikan Intervensi Terapi Kombinasi Imajinasi Terbimbing dan Musik Relaksasi Alam.....	54
6.2 Kecemasan Sesudah Diberikan Intervensi Terapi Kombinasi ImajinasiTerbimbing dan Musik Relaksasi Alam Terhadap Kecemasan pasien Kanker.....	57
6.3 Pengaruh Terapi Kombinasi Imajinasi Terbimbing dan Musik Relaksasi Alam Terhadap Kecemasan	60
6.4 Keterbatasan Penelitian.....	62
BAB 7 SIMPULAN DAN SARAN	63
7.1 Simpulan	63
7.2 Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	74
ARTIKEL PENELITIAN	105

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Desain penelitian Pengaruh Terapi Kombinasi Imajinasi Terbimbing dan Musik Relaksasi Alam Terhadap Kecemasan pasien Kanker	26
Tabel 4.2 Definisi Operasional	28
Tabel 4.3 Kisi-kisi Kuesioner <i>Zung Self-rating Anxiety Scale</i>	35
Tabel 4.4 <i>Skoring Kuesioner Zung Self-rating Anxiety Scale</i>	38
Tabel 5.1 Distribusi Data Kecemasan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi Terapi Kombinasi Imajinasi Terbimbing dan Musik Relaksasi Alam terhadap Kecemasan Pasien Kanker pada Bulan Mei-Juni 2023	51
Tabel 5.2 Hasil Uji Normalitas Kecemasan dengan <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	52
Tabel 5.3 Hasil Uji Hipotesis dengan <i>Paired Samples Test</i>	53

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual	31
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian	41
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas.....	46
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Ngagel Rejo Surabaya dan Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya pada Bulan Mei-Juni 2023	46
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Puskesmas Ngagel Rejo Surabaya dan Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya Pada Bulan Mei-Juni 2023	47
Gambar 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan di Puskesmas Ngagel Rejo Surabaya dan Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya pada Bulan Mei-Juni 2023.....	47
Gambar 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kanker di Puskesmas Ngagel Rejo Surabaya dan Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya pada Bulan Mei-Juni 2023.....	48
Gambar 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Stadium Kanker di Puskesmas Ngagel Rejo Surabaya dan Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya pada Bulan Mei-Juni 2023	48
Gambar 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Kanker Di Puskesmas Ngagel Rejo Surabaya Dan Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya Pada Bulan Mei-Juni 2023	49
Gambar 5.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Terapi Yang Sudah Atau Pernah Diperoleh Di Puskesmas Ngagel Rejo Surabaya Dan Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya Pada Bulan Mei-Juni 2023	49
Gambar 5.9 Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggal Bersama Di Puskesmas Ngagel Rejo Surabaya Dan Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya Pada Bulan Mei-Juni 2023	50
Gambar 5.10 Karakteristik Responden Berdasarkan Keluhan Fisik Yang Di rasakan Puskesmas Ngagel Rejo Surabaya Dan Puskesmas Dr. Soetomo Surabaya Pada Bulan Mei-Juni 2023.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Penjelasan Menjadi Responden	74
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	76
Lampiran 3. Lembar Data Demografi	77
Lampiran 4. Kuesioner <i>Zung Self-rating Anxiety Scale</i>	79
Lampiran 5. SOP Imajinasi Terbimbing dan Musik Relaksasi Alam	81
Lampiran 6. Lampiran Kegiatan Pelaksanaan Intervensi	84
Lampiran 7. Data Demografi Pasien Kanker yang Mengalami Kecemasan.....	86
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas Kuesioner <i>Zung Self-rating Anxiety Scale</i>	89
Lampiran 9. Hasil Uji Reliabilitas, Hasil Uji Normalitas, Hasil Uji <i>Paired Samples Test</i>	94
Lampiran 10. Surat Pengantar Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu	95
Lampiran 11. Surat Pengantar Dinas Kesehatan Kota Surabaya	96
Lampiran 12. Surat Balasan Penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu	97
Lampiran 13. Surat Ijin Penelitian Dinas Kesehatan Kota Surabaya.....	98
Lampiran 14. Surat Pengantar Puskesmas Ngagel Rejo	100
Lampiran 15. Surat Pengantar puskesmas Dr. Soetomo.....	101
Lampiran 16. Surat Balasan Penelitian Puskesmas Ngagel Rejo	102
Lampiran 17. Surat Balasan Penelitian Puskesmas Dr. Soetomo	103
Lampiran 18. Foto Kegiatan Penelitian	104

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN.....	105
ABSTRAK.....	106
<i>ABSTRACT</i>	107
PENDAHULUAN.....	108
METODE PENELITIAN.....	108
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	110
PEMBAHASAN112
KESIMPULAN DAN SARAN.....	115

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI KOMBINASI IMAJINASI TERBIMBING DAN MUSIK RELAKSASI ALAM TERHADAP KECEMASAN PASIEN KANKER

oleh: Margaretha Herlina Winki

Kanker dengan prognosis buruk membuat pasien cenderung cemas. Tujuan penelitian untuk membuktikan pengaruh terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam terhadap kecemasan pasien kanker. Desain penelitian menggunakan pra-eksperimental *one group pre test-post test*. Populasi penelitian sebanyak 56 pasien kanker. Teknik *sampling* menggunakan *purposive sampling* dengan 24 sampel. Variabel independen penelitian yaitu imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam. Variabel dependen yaitu kecemasan. Intervensi terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam diberikan selama 2 minggu dengan 3 kali pertemuan selama 1 minggu durasi 15 menit. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Zung Self-rating Anxiety Scale (SAS)* untuk mengukur kecemasan, SOP sebagai panduan dalam melakukan intervensi. Penelitian ini sudah dilakukan uji normalitas dan hasil berdistribusi normal dan uji hipotesis yang dipakai adalah *Paired T-Test*. Nilai *mean* kecemasan *pre-test* 51.04 ± 8.051 dan *mean* nilai *post-test* 37.95 ± 7.652 , selisih nilai *mean* -13.08 ± 6.84 . Hasil uji *paired T-Test* didapatkan nilai $p=0.000$ ($\alpha < 0,05$) berarti ada pengaruh terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam terhadap kecemasan pasien kanker. Intervensi terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam dapat merangsang pelepasan hormon *endorphin* yang dapat membuat bahagia, senang sehingga dapat menurunkan kecemasan.

Kata Kunci: Imajinasi Terbimbing, Kanker, Kecemasan, Musik Relaksasi Alam

ABSTRACT

THE EFFECT OF GUIDED IMAGERY AND NATURE RELAXATION MUSIC COMBINATION THERAPY ON CANCER PATIENTS ANXIETY

by: Margaretha Herlina Winki

Cancer with poor prognosis makes patients anxious. Purpose study to prove effect of combination therapy guided imagination and natural relaxation music cancer patients' anxiety. Research design used pre-experimental one group pre test-post test. Population 56 cancer patients. Sampling technique used purposive sampling with 24 samples. Independent variables study guided imagination and nature relaxation music. Dependent variable is anxiety. Combination therapy intervention guided imagination and nature relaxation music given for 2 weeks with 3 meetings 1 week duration of 15 minutes. The instrument used the Zung Self-rating Anxiety Scale (SAS) questionnaire to measure anxiety, SOP as guide conducting intervention. Study has done normality test and results are normally distributed and hypothesis test used Paired T-Test. Mean pre-test anxiety value 51.04 ± 8.051 and mean post-test value was 37.95 ± 7.652 , the difference mean value -13.08 ± 6.84 . The results of paired T-Test test obtained value $p = 0.000$ ($\alpha < 0.05$) means effect of combined therapy of guided imagination and natural relaxation music on the anxiety of cancer patients. Combination therapy intervention of guided imagination and nature relaxation music can stimulate the release of endorphin hormones can make happy, happy can reduce anxiety.

Key words: *Anxiety, Cancer, Guided Imagination, Natural Relaxation Music*