

BAB 7 KESIMPULAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh teknik relaksasi lima jari terhadap kecemasan dan skala nyeri pada pasien kanker payudara disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata nilai skor kecemasan sebelum dilakukan intervensi adalah $72,3 \pm 9,83$ dan setelah dilakukan intervensi $53,9 \pm 8,13$.
2. Rata-rata nilai skor skala nyeri sebelum dilakukan intervensi adalah $4,28 \pm 0,97$ dan setelah dilakukan intervensi $1,72 \pm 0,67$.
3. Berdasarkan hasil uji statistik kecemasan menggunakan uji *Paired T-test* didapat hasil *p value* 0,000 ($<0,05$).
4. Pada skala nyeri menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test* didapat hasil *p value* 0,000 ($<0,05$).

Pada hasil uji tersebut disimpulkan bahwa terdapat pengaruh teknik relaksasi lima jari terhadap kecemasan dan skala nyeri pada pasien kanker payudara.

7.1 Saran

7.1.1 Bagi Pasien Kanker Payudara

Diharapkan pada pasien kanker payudara yang mengalami kecemasan dan skala nyeri dapat melakukan teknik relaksasi lima jari selama 10-15 menit secara mandiri.

7.1.2 Bagi Keluarga

Bagi keluarga diharapkan dapat mendampingi pasien kanker payudara untuk menerapkan intervensi teknik relaksasi lima jari dalam upaya menurunkan kecemasan dan nyeri pada, seperti mengarahkan teknik relaksasi lima jari dapat memberikan dukungan positif pada pasien kanker sehingga dapat menurunkan kecemasan dan nyeri.

7.1.3 Bagi Perawat

Bagi perawat diharapkan dapat mengaplikasikan teknik relaksasi lima jari sebagai salah satu penatalaksanaan non farmakologi dalam menurunkan kecemasan dan skala nyeri pasien kanker.

7.1.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dilanjutkan kepada peneliti selanjutnya dengan menggunakan kelompok kontrol dan kelompok intervensi pada pasien kanker dengan menggunakan variabel yang berbeda, seperti menilai kualitas tidur, stress.

DAFTAR PUSTAKA

1. Krisdianto BF. Deteksi Dini Kanker Payudara dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). padang: Andalas University Press; 2019. 72 p.
2. Sudewo B. Basmi kanker dengan herbal. Jakarta; 2012. 114 p.
3. Suyanti, Sriasih, Armini. Hubungan Antara Dukungan Suami dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Kanker Serviks Yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sanglah. *J Ilm Kebidanan*. 2018;6 no. 1:1–46.
4. Distinarista H, Wuriningsih A, Laely AJ. Potret Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara. *J Kesehat Masy*. 2020;2 no. 1:77–80.
5. Zhang Y, Li H, Zhang J, Zhao C, Lu S, Qiao J, et al. The combinatory effects of natural products and chemotherapy drugs and their mechanisms in breast cancer treatment. *J Phytochem Rev* [Internet]. 2020;19(5):1179–97. Available from: <https://doi.org/10.1007/s11101-019-09628-w>.
6. Butar-butur D, Yustina I, Harahap IA. Hubungan Karakteristik Nyeri Dengan Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Dr. Pirngadi Medan. *Idea Nurs J*. 2015;6(1):51–60.
7. Natosba J, Rahmania EN, Lestari SA. The Effect of Progressive Muscle Relaxation and Hypnotherapy on Pain and Anxiety of Cervical Cancer Patients. *Keperawatan Indones*. 2019;Vol 8 No 1(P-ISSN : 2338-4700 E-ISSN : 2722-127X):153–61.
8. Infodatin. Beban Kanker di Indonesia. *Pus Data dan Inf Kemeterian Kesehat RI*. 2019;1–16.
9. Kemenkes R. Profil Kesehatan Indonesia 2020 [Internet]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. 139 p. Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>.
10. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2019. *Dinas Kesehat Provinsi Jawa Teng* [Internet]. 2020;1–123. Available from: www.dinkesjatengprov.go.id.
11. Dinkes. Profil Kesehatan. *Gerak Masy Hidup Sehat*. 2018;255.
12. Kardiyudiani NK, Fathonah S, Rahayu NW. Gambaran Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Post Mastektomi di RSUD Panembahan Senopati Bantul. *J Keperawatan Notokusumo*. 2018;VI(1):80–6.
13. Anwar C, Laifa F. Hubungan Informasi dan Umur dengan Kecemasan Ibu

Kanker Payudara pada Tindakan Kemoterapi di Rumah Sakit Umum Daerah Zainoel Abidin. *J Healthc Technol Med.* 2018;4(2):185.

14. Nugraha FS, Shidiq MJ, Rahayu S. Analisis Algoritma Klasifikasi Neural Network Untuk Diagnosis Penyakit Kanker Payudara. *J Pilar Nusa Mandiri.* 2019;15(2):149–56.
15. Zamani AM, Amaliah B. Implementasi Algoritma Genetika pada Struktur Backpropagation Neural Network untuk Klasifikasi Kanker Payudara. *Juenal Kesehatan.* 2012;1:227.
16. Setiawan SD. the Effect of Chemotherapy in Cancer Patient To Anxiety. *J Major[Internet].*2015;4(4):949.Availablefrom:<http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/587>.
17. Yogi P, Trifuaningsih D, Agustina DM. Hubungan Optimisme dengan Tingkat Kecemasan dan Depresi pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Umum Daerah. *Ilmuh Kesehatan [Internet].*2018;15:9.Availablefrom:<http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/587>.
18. Nuridayanti A, Fauzih PS, Puspitosari DR. Hubungan Nyeri Sendi dengan Tingkat Kecemasan pada Penderita Gout di Kabupaten Nganjuk. *J Keperawatan Notokusumo.* 2021;9(1):41–8.
19. Adawiyah R, Astuti F, Rosmiati Y. Hubungan Nyeri Dengan Kecemasan Pada Lansia Di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika Mataram Provinsi NTB. *J Ilm Ilmu Kesehatan.* 2020;5(1):40–5.
20. Pratiwi SR, Widianti E, Solehati T. Gambaran Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Pasien Kanker Payudara dalam Menjalani Kemoterapi. *J Pendidik Keperawatan Indones.* 2017;3(2):167.
21. Arge W, Malini H, Gusty RP, Keperawatan F, Andalas U, Keperawatan AF, et al. Pengalaman Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Stadium Lanjut. *J Endur.* 2022;6(3):512–25.
22. Dewi R, Rahayuwati L, Kurniawan T. Five-Finger Relaxation Technique on Fatigue and Pain of Breast Cancer Patients. *Int J Psychosoc Rehabil.* 2020;24(06):14053–9.
23. Dody S, Sri S, Etika E. Interevensi Terapi Musik Relaksasi Dan Suara Alam (Nature Sound) Terhadap Nyeri Dan Kecemasan Pasien. 2016. 448–462 p.
24. Wayan Sukmawati N, Made Ari Dwi Jayanti D, Putu Arwidiana D, Program Studi Keperawatan STIKes Wira Medika Bali M, Dosen Program Sarjana Keperawatan STIKes Wira Medika Bali S. Pengaruh Hypnotis 5 Jari Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Keluarga Pasien Skizofrenia di

- Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Timur. *J Nurs.* 2021;2:42–50.
25. Fitrianingrum DE, Rohmayanti, Mareta R. Hipnosis 5 jari berpengaruh pada penurunan nyeri post sectio caesarea. *Kieraha Medica J.* 2018;1(1):1–12.
 26. Hastuti RY, Arumsari A. Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi di STIKES Muhammadiyah Klaten. *J Ilmu Kesehat.* 2015;10(21):1–34.
 27. Utami S. Efektifitas Relaksasi Napas Dalam Dan Distraksi Dengan Latihan 5 Jari Terhadap Nyeri Post Laparotomi. *J Keperawatan Jiwa.* 2016;4(1):64–7.
 28. Halim AR, Khayati N. Pengaruh Hipnoterapi Lima Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Kanker Serviks. *J Ilmu Keperawatan.* 2020;1(3):159.
 29. Rizkiya K, PH L, Susanti Y. Pengaruh Tehnik 5 Jari Terhadap Tingkat Ansietas Klien Gangguan Fisik Yang Dirawat di RSUD Kendal. *J Keperawatan Muhammadiyah.* 2017;2(2):68–73.
 30. Dewi R, Rahayuwati L, Kurniawan T. The Effect of Five-Finger Relaxation Technique to The Sleep Quality of Breast Cancer Patients. *J Keperawatan Padjadjaran.* 2018;6(2):183–92.
 31. Juniarti H, Rizona F, Hikayati. Pengaruh Five Fingers Technique Terhadap Kecemasan Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Umum Dr. Mohammad Hosein. *J Nas Keperawatan.* 2019;5(1):1–167.
 32. Dewi R. Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur, Fatigue dan Nyeri pada Pasien Kanker Payudara. Yogyakarta: CV budi utama; 2021. 106 p.
 33. Marbun AS, Pardede JA, Perkasa SI. Efektifitas Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Kecemasan Ibu Pre Partum di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai. *J Keperawatan Prior.* 2019;2(2):92–9.
 34. Keliat BA, Helena N, Nurhaeni H. Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas. Jakarta: EGC; 2011.
 35. Nanda. Diagnosa keperawatan definisi dan klasifikasi 2018-2020 edisi 11. T Heather Herdman SK, editor. Jakarta: EGC; 2018.
 36. Saputra TS & NE. Manajemen Emosi: Sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup Anda. Jakarta: Bumi Aksara; 2012.
 37. Halter, Margaret Jordan, and Elizabeth M. Varcarolis. *Varcarolis Foundation of Psychiatric Mental Health Nursing* (7th ed.). St. Louis: Saunders Elsevier; 2014.

38. Stuart GW. Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Indonesia. Jakarta: Fakultas Keperawatan Indonesia; 2013.
39. Rossi V, Pourtois G. Transient state-dependent fluctuations in anxiety measured using STAI, POMS, PANAS or VAS: A comparative review. *Int J.* 2012;25(6):603–45.
40. Vitasari P, Wahab MNA, Herawan T, Othman A, Sinnadurai SK. *Procedia-Social and Behavioral Sciences. J Sci Direct.* 2011;15:3843–8.
41. Bahrudin M. Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Med.* 2018;13(1):7.
42. Suwondo B suryono, Meliala L, Sudadi. Buku ajar nyeri. yogyakarta: Indonesian pain society; 2017.
43. Amelia W, Irawaty D, Maria R. Pengaruh Guided Imagery Terhadap Skala Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Di Ruang Rawat Inap Bedah Wanita RSUP Dr.M.Djamil Padang. *J Keperawatan Muhammadiyah.* 2020;8(1):51.
44. Mustika DN, Kusumawati E, Istiana S. Deteksi Dini Kanker Serviks dan Kanker Payudara. Semarang: Cv. Sarana Perkasa; 2016. 18–20 p.
45. Ghofar A. Cara Mudah Mengenal dan Mengobati Kanker. Cetakan I, yogyakarta: Flamingo; 2015.
46. Fadilah PN, Astuti P, Santy WH. Pengaruh Teknik Relaksasi Hand Massage Terhadap Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Di Yayasan Kanker Indonesia Surabaya. *J Heal Sci.* 2016;9(2):221–6.
47. Mulyani NS. Kanker Payudara dan PMS Pada Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.
48. Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. 5th ed. Jakarta Selatan: Salemba Medika; 2020. 466 p.
49. Alghadir AH, Anwer S, Iqbal A, Iqbal ZA. Test-retest reliability, validity, and minimum detectable change of visual analog, numerical rating, and verbal rating scales for measurement of osteoarthritic knee pain. *J Pain Res.* 2018;11:851–6.
50. Hidayat AA. Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data. Jakarta: Salemba Medika; 2011.
51. Swarjana. Statistik Kesehatan. Yogyakarta: ANDI; 2016.
52. Rahmania EN, Natosba J, Adhistry K. Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Sebagai Penerapan Palliatif Care Terhadap Nyeri Dan Kecemasan

- Pasien Kanker Serviks. *Keperawatan Indones*. 2020;8(1):25–32.
53. Yudono DT. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pasien Ca Mammae Dengan Tindakan Kemoterapi. *J Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan*. 2019;11(02):53–63.
 54. Subekti RT. Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi. *J Kesehat Panca Bhakti Lampung*. 2020;8(1):1.
 55. Setyani FAR, P BDB, Milliani CD. Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara yang Mendapatkan Kemoterapi. *Carolus J Nurs* [Internet]. 2020;2(2):1706. Available from: <http://ejournal.stiksintcarolus.ac.id/index.php/CJON/article/view/44>.
 56. Astuti D, Ambarwati R, Hasanah N. Kemoterapi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pacarkeling Surabaya Anxiety of Breast Cancer Client Who Had Chemotherapy in the Work Area of. *J keperawatan*. 2019;XII(2):107–14.
 57. Nurpeni, Made RK, Prapti NKG, Kusmarjathi NK. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Kanker Payudara (Ca Mammae) di Ruang Angsoka Iii Rsup Sanglah Denpasar. *Psychology*. 2013;53(9):1689–99.
 58. Schreier AM, Johnson LA, Vohra NA, Muzaffar M, Kyle B. Post-Treatment Symptoms of Pain, Anxiety, Sleep Disturbance, and Fatigue in Breast Cancer Survivors. *Pain Manag Nurs* [Internet]. 2019;20(2):146–51. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2018.09.005>.
 59. Rismawan W, FAP C widya. Tingkat Kecemasan Pada Pasien Yang Akan Menjalani Kemoterapi Kanker Payudara Di Rumah Sakit Jasa Kartini Tasikmalaya. *J Kesehat Bakti Tunas Husada J Ilmu Ilmu Keperawatan, Anal Kesehat dan Farm*. 2020;20(2):261–8.
 60. Mulyani nani sri, Purnawan I, Upoyo arif setyo. Perbedaan Pengaruh Terapi Murottal selama 15 Menit dan 25 Menit terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Kanker Pasca Bedah. *Bionursing*. 2019;1(2):1–13.
 61. Latifah L, Ramawati D. Intervensi Emotional Freedom Technique (Eft) Untuk Mengurangi Nyeri Post Operasi Sectio Caesaria (Sc). *Indones Nurs J Educ Clin*. 2018;1(1):53.
 62. Wahyuningsih IS. Nyeri Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi. *Unissula Nurs Conf Call Pap \& Natl Conf* [Internet]. 2018;1(1):133–7. Available from: <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/unc/article/view/2904>.
 63. Agnita U, Irvani Dewi Y, Sari M. Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Pasien Kanker Payudara Dalam Menjalani Kemoterapi Di Ruang

- Cendrawasih I R, Sud Arifin Achmad Provinsi Riau. *J Ners Indones.* 2012;2(2):158–66.
64. Berticarahmi, Pujiarto. Asuhan Keperawatan pada Pasien Pre Operasi Prostatektomi dengan Masalah Keperawatan Ansietas Menggunakan Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Distraksi Lima Jari. *J Kesehat Panca Bhakti Lampung.* 2019;7(1):1.
 65. Lutfu U, Maliya A. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien dalam tindakan kemoterapi di Rumah Sakit Dr. Moewardi Surakarta. *Ber Ilmu Keperawatan.* 2018;1(4):11329. Available from: <https://journals.ums.ac.id/index.php/BIK/article/viewFile/3733/2403>.
 66. Adesta RO, Natalia Nua E. Pendidikan Kesehatan Melalui Media Online Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Pencegahan Kanker Serviks Pada Wus Di Sikka. *J Ilmu Keperawatan Matern.* 2021;4(1):15–26.
 67. Despitasi L, Dila N. Hubungan Dukungan Keluarga dan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dengan Keterlambatan Pemeriksaan Kanker Payudara Pada Penderita Kanker Payudara di Poli Bedah RSUP DR. M. Djamil Padang. *J Keperawatan Muhammadiyah.* 2017;2(1).
 68. Sidauruk JTS, Sitohang R, Simaremare ade pryta. Hubungan Usia Dengan Estrogen Receptor Pada Penderita Kanker Payudara di RSUD Dr. Pirngadi Medan Tahun 2018. *Nommensen J Med.* 2020;6(1):1–4.
 69. Sari SE, Harahap WA, Saputra D. Pengaruh Faktor Risiko Terhadap Ekspresi Reseptor Estrogen Pada Penderita Kanker Payudara Di Kota Padang. *J Kesehat Andalas.* 2018;7(4):461.
 70. Fajri I, Nurhamsyah D, Mudrikah KA, Aisyah S, Azjunia AR. Terapi non-farmakologi dalam mengurangi tingkat nyeri pada pasien kanker payudara stadium 2-4. *J Ilm Keperawatan Indones [Internet].* 2022;5(2):106–20. Available from: <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/article/view/6139>.
 71. Rahayu F, Tusya HD. Pengaruh Teknik Relaksasi Lima Hibrida Rsu Sembiring Delitua Tahun 2021. *J keperawatan.* 2021;70–6.
 72. Hamlin AS, Robertson TM. Pain and Complementary Therapies. *Crit Care Nurs Clin North Am [Internet].* 2017;29(4):449–60. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.cnc.2017.08.005>.
 73. Kurniawan D, Zulfitri R, Dewi AP. Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Kualitas Nyeri Pasien Kanker Payudara Dengan. *J Nurs Indones.* 2019;10(1):61–70.
 74. Puspitasari MR, Waluyo A. Pemberian Terapi Musik Dalam Mengurangi Nyeri Pasien Kanker. *Keperawatan [Internet].* 2016;6:217–24.

Available from: <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>.

75. Juhaeriah J, Tajulfikri M, Apriany D. Pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap kecemasan pada anak usia sekolah kelas v (lima) di SDN Melong mandiri. Pengabd Masy [Internet]. 2018;2(1):124–34. Available from: bhjj.
76. Sumirta IN, I Wayan Candra, Inlamsari NKD. Pengaruh Relaksasi Lima Jari terhadap Depresi pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA). J Gema Keperawatan [Internet]. 2018;11(1):110. Available from: <http://ejournal.poltek kes-denpasar.ac.id/index.php/JGK/article/view/255/110>.
77. Saswati N, Sutinah S, Dasuki D. Pengaruh Penerapan Hipnosis Lima Jari untuk Penurunan Kecemasan pada Klien Diabetes Melitus. J Endur. 2020;5(1):136.
78. Smeltzer S. Buku Ajar Medikal Bedah Brunner & Suddarth. Jakarta: EGC; 2010. 8 p.
79. Candra W, Harina GA, Sumirta N. Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa. Yogyakarta: Andi; 2017. 336 p.
80. Baqutayan SMS. The effect of anxiety on breast cancer patients. Indian J Psychol Med. 2012;34(2):119–23.
81. Delibegovic A, Sinanovic O. The influence of palliative care on the level of anxiety and depression in lung cancer patients. Medicinski. 2013;67(4):263–5.
82. Novita H, Tarigan BR, Sari A. Relationship Between Pain Control With Intensity Cancer Patients At Rsud Deli Serdang Lubuk Pakam in 2018. Keperawatan dan Fisioter. 2018;1(1):7–11.
83. Simanjuntak GV, Pardede JA, Sinaga J, Simamora M. Mengelola stres di masa pandemi COVID-19 dengan hipnotis lima jari (Manage stress during the COVID-19 pandemic with five finger hypnosis). J Community Engagem Heal. 2021;4(1):54–7.