

**PENGARUH PEMBERIAN INTEGRASI TERAPI  
*DEEP BREATHING* DAN AROMATERAPI MAWAR  
TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN KANKER**

**SKRIPSI**



**OLEH:**  
**Theresia Ine Diaz**  
**NRP: 9103020022**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2024**

**PENGARUH PEMBERIAN INTEGRASI TERAPI  
*DEEP BREATHING* DAN AROMATERAPI MAWAR  
TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN KANKER**

**SKRIPSI**

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



**OLEH:**  
**Theresia Ine Diaz**  
**NRP: 9103020022**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
SURABAYA  
2024**

# SURAT PERNYATAAN

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Theresia Ine Diaz

NRP : 9103020022

Menyatakan dengan ini sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

**Pengaruh Pemberian Integrasi Terapi *Deep Breathing* dan Aromaterapi Mawar terhadap Kecemasan pada Pasien Kanker**

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri, apabila di kemudian 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 ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 28 Juni 2024

Yang membuat pernyataan,

A 1000 Rupiah revenue stamp (Meter Temp) with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text "1000", "METER TEMP", and "SF8ALX266423057".

Theresia Ine Diaz

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

### SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Theresia Ine Diaz

NRP : 9103020022

menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul :

Pengaruh Pemberian Integrasi Terapi *Deep Breathing* dan Aromaterapi Mawar terhadap Kecemasan pada Pasien Kanker

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

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

Surabaya, Juli 2024

Yang menyatakan

Theresia Ine Diaz

# HALAMAN PERSETUJUAN

## HALAMAN PERSETUJUAN

### SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN INTEGRASI TERAPI *DEEP BREATHING* DAN  
AROMATERAPI MAWAR TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN  
KANKER

OLEH:  
Theresia Ine Diaz  
NRP: 9103020022

Pembimbing Utama : Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep.



(.....)

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



(.....)

Surabaya, 28 Juni 2024

# HALAMAN PENGESAHAN


## HALAMAN PENGESAHAN

### SKRIPSI

#### PENGARUH PEMBERIAN INTEGRASI TERAPI *DEEP BREATHING* DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN KANKER

Skripsi yang ditulis oleh Theresia Ine Diaz NRP. 9103020022 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 8 Juli 2024 dan telah dinyatakan lulus oleh.

#### Tim Penguji

1. Ketua : Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep 
2. Sekretaris : Kristina Pae, S.Kep., Ns., M.Kep 
3. Anggota : Yesiana D. W. Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep 
4. Anggota : Nia Novita Sari, S.Kep., Ns., M.Kes 

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keperawatan



Yesiana D. W. Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK. 911.06.0600

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi yang telah disusun ini dengan penuh rasa syukur serta bangga saya dedikasikan kepada:

Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria atas berkat dan rahmat-Nya yang selalu menyertai setiap langkah hidup saya.

Almarhumah mama Irma, Opa Gregorius Diaz, Oma Aurelia Tapun, Mama Elen Diaz, Om Ica Baon, Kakak Ina, Ernest Pekamila, dan 2 keponakan.

Diri saya sendiri yang mampu melewati segala proses skripsi dengan sangat baik sampai mendapat gelar baru.

## **HALAMAN MOTTO**

*“Despite everything, this too will pass.”*



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Integrasi Terapi *Deep Breathing* dan Aromaterapi Mawar terhadap Kecemasan pada Pasien Kanker”. Skripsi ini disusun untuk melengkapi syarat dalam menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Dalam penyusunan laporan ini tentunya tidak terlepas dari kesulitan dan masalah sehingga dapat teratasi. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti atas nama Theresia Ine Diaz dengan NRP. 9103020022 sebagai penyusun dan peneliti skripsi ini ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan sebagai Dosen Pembimbing Pertama yang selalu penuh kesabaran memberikan waktu, bimbingan, motivasi, saran, dan masukan selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Nia Novita Sari, S.Kep., Ns., M.Kes sebagai Dosen Pembimbing Pendamping yang penuh kesabaran memberikan waktu dalam membimbing, memberikan saran, dan masukan selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua penguji atas dedikasi, bimbingan, dan evaluasi yang konstruktif selama proses penyusunan skripsi ini. Semua masukan yang telah diberikan sangat berharga dalam meningkatkan kualitas penelitian ini.
4. Ibu Kristina Pae, S.Kep., Ns., M.Kep selaku sekretaris penguji yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan dukungan yang luar biasa

selama proses pengerjaan skripsi ini. Bantuan dan saran yang diberikan sangat membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.

5. Kepala Puskesmas Kedungdoro, Puskesmas Pucang Sewu, dan Puskesmas Pacarkeling serta pihak puskesmas yang telah ikut membantu dalam memberikan izin dan arahan untuk melakukan penelitian secara *door to door*.
6. Seluruh pasien kanker yang telah ikut serta dan kooperatif selama masa penelitian berlangsung.
7. Bapak Gregorius Diaz, Mama Aurelia Tapun, dan Mama Helena Diaz, yang telah memberikan banyak kasih sayang serta doa, selama peneliti melakukan proses penyusunan skripsi ini.
8. Ernest Pekamila sebagai orang *special* atas cinta, dukungan, dan kesabaran yang tak ternilai selama proses pengerjaan skripsi ini. Kehadiranmu dan doronganmu telah memberikan kekuatan serta motivasi yang besar untuk menyelesaikan penelitian ini.
9. Semua teman-teman angkatan 2020, terkhususnya untuk Jennyfer Maria, Maria Nofita, Febielle Devna, Agnes Yenita, Elisasmitha Dasilva, Dinda Ayu yang memberikan bantuan, dan dukungan berupa motivasi juga canda tawa dalam penyusunan skripsi ini.
10. Do Kyungsoo, Baek Hyun, Suho, Park Chanyeol, Kim Jong-in, Kim Jong-dae, Kim Min-seok, Oh Se-hun, dan Zhang Yixing, melalui karya-karya mereka telah memberikan inspirasi dan semangat kepada saya selama menjalani proses penyusunan skripsi.

11. Diri sendiri atas ketekunan, dedikasi, dan kerja keras yang tidak kenal lelah dalam menyelesaikan skripsi ini. Usaha dan komitmen yang diberikan telah membuahkan hasil yang membanggakan.

Peneliti menyadari bahwa selama proses penyusunan skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Peneliti mengharapkan saran dan masukan demi kesempurnaan, sehingga skripsi ini dapat dikembangkan menjadi penelitian yang berguna.

Surabaya, 28 Juni 2024

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERNYATAAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
HALAMAN MOTTO .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN .....	xix
ABSTRAK.....	xx
<i>ABSTRACT</i> .....	xxi
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	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
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
2.1 Konsep Terapi <i>Deep Breathing</i> .....	8
2.1.1 Definisi Terapi <i>Deep Breathing</i> .....	8

2.1.2	Manfaat Terapi <i>Deep Breathing</i> .....	8
2.1.3	Mekanisme Terapi <i>Deep Breathing</i> .....	8
2.1.4	Indikasi Terapi <i>Deep Breathing</i> .....	9
2.1.5	Dosis Pemberian Terapi <i>Deep Breathing</i> .....	9
2.1.6	Langkah-Langkah Terapi <i>Deep Breathing</i> .....	10
2.2	Konsep Aromaterapi .....	10
2.2.1	Definisi Aromaterapi.....	10
2.2.2	Jenis-Jenis Aromaterapi .....	10
2.2.3	Manfaat Aromaterapi .....	11
2.2.4	Mekanisme Aromaterapi Mawar terhadap Kecemasan .....	11
2.2.5	Cara Pemberian Aromaterapi Mawar.....	12
2.2.6	Indikasi dan Kontraindikasi Aromaterapi Mawar.....	14
2.2.7	Dosis Pemberian Aromaterapi Mawar .....	14
2.3	Konsep Kecemasan .....	15
2.3.1	Definisi Kecemasan .....	15
2.3.2	Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan.....	15
2.3.3	Jenis-Jenis Kecemasan .....	18
2.3.4	Manifestasi Kecemasan.....	19
2.3.5	Mekanisme Kecemasan.....	19
2.3.6	Penatalaksanaan Kecemasan .....	20
2.3.7	Dampak Kecemasan .....	21
2.3.8	Alat Ukur Kecemasan .....	22
2.4	Konsep Kanker.....	23
2.4.1	Definisi Kanker .....	23
2.4.2	Stadium Kanker.....	23
2.4.3	Penyebab Kanker .....	24
2.4.4	Tanda dan Gejala Kanker.....	26
2.4.5	Patofisiologis Kanker .....	27
2.4.6	Komplikasi Kanker .....	28
2.4.7	Penatalaksanaan Kanker.....	28
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL dan HIPOTESIS .....</b>		<b>31</b>
3.1	Kerangka Konseptual .....	31
3.2	Pengaruh Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar Terhadap Kecemasan .....	32
3.3	Hipotesis.....	32
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>		<b>34</b>
4.1	Desain Penelitian.....	34
4.2	Identifikasi Variabel Penelitian.....	35
4.2.1	Variabel Bebas ( <i>Independent Variable</i> ).....	35
4.2.2	Variabel Terikat ( <i>Dependent Variable</i> ).....	35
4.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	35
4.4	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel .....	37
4.4.1	Populasi.....	37
4.4.2	Sampel.....	38
4.4.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	39
4.5	Kerangka Kerja Penelitian .....	40

4.6	Metode Pengumpulan Data .....	41
4.6.1	Prosedur Pengumpulan Data .....	41
4.6.2	Instrumen Penelitian.....	44
4.6.3	Waktu dan Lokasi Penelitian .....	47
4.7	Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	48
4.7.1	Uji Validitas Instrumen Kecemasan.....	48
4.7.2	Uji Reliabilitas Instrumen Kecemasan.....	48
4.8	Teknik Analisis Data.....	49
4.8.1	<i>Editing</i> .....	49
4.8.2	<i>Scoring</i> .....	49
4.8.3	<i>Entry Data</i> .....	50
4.8.4	Uji Hipotesis.....	50
4.9	Etika Penelitian .....	51
4.9.1	Prinsip Etika Penelitian .....	51
4.9.2	<i>Informed Consent</i> .....	52
<b>BAB 5</b>	<b>HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>53</b>
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian .....	53
5.1.1	Puskesmas Kedungdoro .....	53
5.1.2	Puskesmas Pucang Sewu.....	54
5.1.3	Puskesmas Pacarkeling .....	55
5.2	Hasil Penelitian .....	56
5.2.1	Data Umum .....	56
5.2.2	Data Khusus .....	60
<b>BAB 6</b>	<b>PEMBAHASAN .....</b>	<b>63</b>
6.1	Kecemasan Pasien Kanker Sebelum Dilakukan Integrasi Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar .....	63
6.2	Kecemasan Pasien Kanker Setelah Dilakukan Integrasi Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar .....	69
6.3	Pengaruh Pemberian Integrasi Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar Terhadap Kecemasan pada Pasien Kanker .....	72
6.4	Keterbatasan Penelitian .....	77
<b>BAB 7</b>	<b>SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>78</b>
7.1	Kesimpulan .....	78
7.2	Saran.....	78
7.2.1	Bagi Pasien Kanker dengan Kecemasan .....	78
7.2.2	Bagi Puskesmas.....	78
7.2.3	Bagi Keperawatan Paliatif.....	79
7.2.4	Bagi Penelitian Selanjutnya .....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....		<b>80</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....		<b>93</b>
<b>ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN</b> .....		<b>122</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 <i>Grading</i> Kanker .....	24
Tabel 4.1 Skema Desain Penelitian.....	34
Tabel 4.2 Definisi Operasional Pengaruh Pemberian Integrasi Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar Terhadap Kecemasan pada Pasien Kanker.....	36
Tabel 4.3 Pertanyaan Positif dan Negatif Sebelum Uji Validitas.....	45
Tabel 4.4 Kisi-Kisi Kecemasan Sebelum Uji Validitas.....	46
Tabel 4.5 Kisi-Kisi Instrumen Kecemasan Setelah Uji Validitas.....	47
Tabel 4.6 Pertanyaan Positif dan Negatif Setelah Uji Validitas.....	47
Tabel 5.1 Karakteristik Kecemasan Responden Sebelum dan Sesudah Pemberian Integrasi Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar di Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya pada Tanggal 6 Mei-3 Juni 2024.....	60
Tabel 5.2 Hasil Uji Normalitas dengan <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	61
Tabel 5.3 Hasil Uji Hipotesis <i>Paired T-Test</i> Kecemasan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Pemberian Integrasi Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar.....	64

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Pengaruh Pemberian Integrasi Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar Terhadap Kecemasan pada Pasien Kanker ..... 31
Gambar 4.1	Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Pemberian Integrasi Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar Terhadap Kecemasan pada Pasien Kanker..... 40
Gambar 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya pada tanggal 6 Mei-3 Juni 2024..... 56
Gambar 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya pada tanggal 6 Mei-3 Juni 2024..... 57
Gambar 5.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir di Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya pada tanggal 6 Mei-3 Juni 2024..... 57
Gambar 5.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kanker di Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya pada tanggal 6 Mei-3 Juni 2024..... 58
Gambar 5.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Stadium Kanker, di Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya pada tanggal 6 Mei-3 Juni 2024..... 58
Gambar 5.6	Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Kanker, di Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya pada tanggal 6 Mei-3 Juni 2024..... 59
Gambar 5.7	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit Lainnya Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya pada tanggal 6 Mei-3 Juni 2024..... 59
Gambar 5.8	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Pengobatan Kanker di Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya pada tanggal 6 Mei-3 Juni 2024..... 60



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Permintaan Menjadi Responden.....	93
Lampiran 2. Lembar Persetujuan menjadi Responden.....	94
Lampiran 3. Lembar Data Demografi.....	95
Lampiran 4. Lembar Kuesioner Kecemasan Sebelum Uji Validitas.....	96
Lampiran 5. Lembar Kuesioner Kecemasan Setelah Uji Validitas.....	98
Lampiran 6. Lembar Standar Operasional Prosedur (SOP) Integrasi Terapi <i>Deep Breathing</i> dan Aromaterapi Mawar.....	100
Lampiran 7. Lembar Tahap Kegiatan.....	101
Lampiran 8. Surat Pengantar Penelitian dari Fakultas ke DPMPTSP....	104
Lampiran 9. Surat Pengantar Penelitian dari Fakultas ke Dinas Kesehatan Kota Surabaya.....	105
Lampiran 10. Surat Pengantar Penelitian dari Fakultas ke Puskesmas Kedungdoro.....	106
Lampiran 11. Surat Pengantar dari Fakultas ke Puskesmas Pucang Sewu.....	107
Lampiran 12. Surat Pengantar dari Fakultas ke Puskesmas Pacarkeling.....	108
Lampiran 13. Surat Rekomendasi Izin Penelitian dari DPMPTSP.....	109
Lampiran 14. Surat Izin Penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Surabaya.....	110
Lampiran 15. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Puskesmas Kedungdoro.....	111

Lampiran 16.	Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Puskesmas Pucang Sewu.....	112
Lampiran 17.	Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Puskesmas Pacarkeling.....	113
Lampiran 18.	Rekapitulasi Data Demografi Responden.....	114
Lampiran 19.	Hasil Uji Validitas Kuesioner <i>Zung-SAS</i> .....	115
Lampiran 20.	Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner <i>Zung-SAS</i> .....	118
Lampiran 21.	Hasil Uji Normalitas dan Uji <i>Paired T-Test</i> .....	119
Lampiran 22.	Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	120

## DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	122
HALAMAN PERSETUJUAN.....	123
DAFTAR ISI.....	124
ABSTRAK.....	125
<i>ABSTRACT</i> .....	126
PENDAHULUAN.....	127
METODE PENELITIAN.....	128
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	128
SIMPULAN DAN SARAN.....	134
KEPUSTAKAAN.....	134
BIODATA PENULIS.....	136

## ABSTRAK

### **PENGARUH PEMBERIAN INTEGRASI TERAPI *DEEP BREATHING* DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN KANKER**

**oleh: Theresia Ine Diaz**

Terdiagnosanya kanker pada seseorang akan memberikan reaksi berupa respon psikologis seperti ansietas atau kecemasan terhadap keganasan penyakit dan kemungkinan akan kematian. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh integrasi terapi *deep breathing* dan aromaterapi mawar terhadap kecemasan pada pasien kanker. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pra-eksperimental (*one-group pretest-posttest design*). Populasi penelitian ini adalah semua pasien kanker di wilayah kerja Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, dan Pacarkeling, Surabaya sebanyak 98 orang. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan sampel 16 responden sesuai dengan kriteria inklusi. Variabel bebas penelitian ini adalah integrasi terapi *deep breathing* dan aromaterapi mawar, dan variabel terikat adalah kecemasan. Instrumen yang digunakan adalah SOP integrasi terapi *deep breathing* dan aromaterapi mawar, serta instrumen kecemasan Z-SAS yang telah diuji validitas. Rata-rata kecemasan *pretest*  $35,38 \pm 6,490$ , rata-rata *posttest*  $30,00 \pm 6,542$ , dengan rata-rata selisih  $-5,375 \pm 2,09364$  dan hasil uji *paired t-test* kecemasan didapatkan nilai *p-value* = 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) yang dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh integrasi terapi *deep breathing* dan aromaterapi mawar terhadap kecemasan pada pasien kanker, maka H<sub>0</sub> ditolak, H<sub>1</sub> diterima. Integrasi Terapi *deep breathing* dan aromaterapi mawar ini dapat memberikan efek tenang, rileks, dan bahagia kepada responden yang mampu menurunkan kecemasan pada pasien kanker.

Kata Kunci: *Deep Breathing*, Aromaterapi Mawar, Kecemasan, Kanker

## **ABSTRACT**

### **THE EFFECT OF INTEGRATING DEEP BREATHING THERAPY AND ROSE AROMATHERAPY ON ANXIETY IN CANCER PATIENTS**

**by: Theresia Ine Diaz**

*The diagnosis of cancer in a person will give a reaction in the form of psychological responses such as anxiety about the malignancy of the disease and the possibility of death. This study aims to explain the effect of integration of deep breathing therapy and rose aromatherapy on anxiety in cancer patients. This study used a pre-experimental research design (one-group pretest-posttest design). The population of this study were all cancer patients in the working area of Puskesmas Kedungdoro, Pucang Sewu, and Pacarkeling, Surabaya amount 98 people. The sampling technique used purposive sampling with a sample of 16 respondents according to the inclusion criteria. The independent variable of this study is the integration of deep breathing therapy and rose aromatherapy, the dependent variable is anxiety. The instruments used the SOP for the integration of deep breathing therapy and rose aromatherapy, and the Z-SAS anxiety instrument which had been tested for validity. The average pretest anxiety was  $35.38 \pm 6.490$ , the average posttest was  $30.00 \pm 6.542$ , with an average difference of  $-5.375 \pm 2.09364$  and the paired t-test results of anxiety obtained a p-value = 0.000 ( $\alpha < 0.05$ ) which means that there is an effect of integration of deep breathing therapy and rose aromatherapy on anxiety in cancer patients, then  $H_1$  is accepted. The integration of deep breathing therapy and rose aromatherapy can provide a calm, relaxed, and happy effect to respondents who are able to reduce anxiety in cancer patients.*

**Key words:** *Deep Breathing, Rose Aromatherapy, Anxiety, Cancer*