

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION (PMR)
PADA PASIEN KANKER SERVIKS**

Studi dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan
Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025



Oleh:

LUH SRI ANGGAYONI JULIA PADMI
NIM. P07120324028

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2025**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
***PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR)**
PADA PASIEN KANKER SERVIKS

Studi dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan
Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025

Diajukan untuk memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners
Jurusan Keperawatan

Oleh:
LUH SRI ANGGAYONI JULIA PADMI
NIM. P07120324028

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR
2025

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION (PMR)
PADA PASIEN KANKER SERVIKS**

Studi dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan
Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025

Diajukan Oleh:

LUH SRI ANGGAYONI JULIA PADMI

NIM. P07120324028

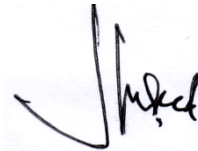
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



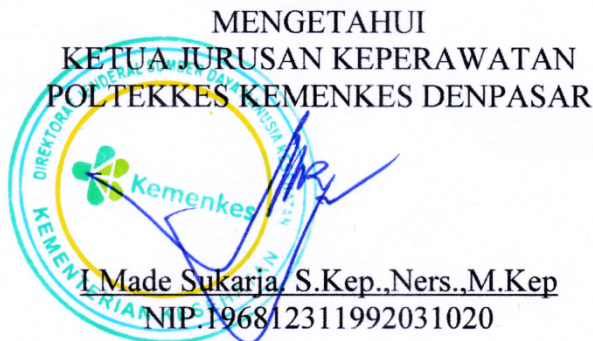
Dr. Drs I Wayan Mustika, M.Kes
NIP.196508111988031002

Pembimbing Pendamping:



Ketut Sudiantara, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 196808031989031003

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP.196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
***PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR)**
PADA PASIEN KANKER SERVIKS

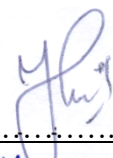
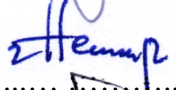
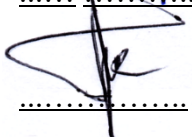
Studi dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan
Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025

Diajukan Oleh:
LUH SRI ANGGAYONI JULIA PADMI
NIM. P07120324028

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : RABU
TANGGAL : 30 APRIL 2025

TIM PENGUJI:

- | | | |
|--|-----------|--|
| 1. <u>Dr. Agus Sri Lestari, SST.,S.Kep.,Ns.,M.Erg</u>
NIP. 196408131985032002 | (Ketua) |
 |
| 2. <u>Dr. K.A.Henny Achjar. SKM.,M.Kep.,Sp.Kom</u>
NIP. 196603211988032001 | (Anggota) |
 |
| 3. <u>Dr. I Wayan Suardana., S.Kep., Ns., M.Kep</u>
NIP. 197201091996031001 | (Anggota) |
 |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR


I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NIP.196812311992031020

**NURSING CARE FOR ANXIETY WITH PROGRESSIVE MUSCLE
RELAXATION (PMR) THERAPY IN CERVICAL CANCER
PATIENTS IN THE WORK AREA OF NORTH KUTA
COMMUNITY HEALTH CENTER,
BADUNG REGENCY
IN 2025**

Luh Sri Anggayoni Julia Padmi

Nursing Profession Study Program Ministry of Health Polytechnic of Denpasar

Email: s.anggayoni@gmail.com

ABSTRACT

Cancer can be defined as a condition where body cells begin to grow abnormally and uncontrollably. Cervical cancer is the second most common malignant tumor in women in the world. This study aims to provide anxiety nursing care by administering progressive muscle relaxation (PMR) therapy to cervical cancer patients. The descriptive research design with a case study method is to describe anxiety nursing care with progressive muscle relaxation therapy in cervical cancer patients. This study was conducted on 2 cervical cancer patients. Based on the results of the case study, patients 1 and 2 complained of feeling confused, worried about the consequences of the conditions they were facing, difficulty concentrating, appearing restless, appearing tense, and having difficulty sleeping. The nursing diagnosis obtained was anxiety related to situational crises. The innovation intervention given was progressive muscle relaxation (PMR) therapy. Implementation was carried out for 3 days with a duration of 15-30 minutes a day. The evaluation obtained was that the patient felt calmer and had understood her current condition, the sleep patterns of both patients had improved, the patient appeared calmer and was able to concentrate well. The conclusion obtained was that progressive muscle relaxation (PMR) therapy can overcome anxiety in cervical cancer patients. The results of this study suggest that health workers can utilize innovative therapy to overcome anxiety nursing problems, especially in cervical cancer patients.

Keywords: Nursing Care, Anxiety, Progressive Muscle Relaxation (PMR) Therapy

**ASUHAN KEPERAWATAN ANSIETAS DENGAN TERAPI
PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION (PMR) PADA
PASIEN KANKER SERVIKS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KUTA UTARA
KABUPATEN BADUNG
TAHUN 2025**

Luh Sri Anggayoni Julia Padmi

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email: s.anggayoni@gmail.com

ABSTRAK

Kanker dapat diartikan kondisi dimana sel tubuh mulai tumbuh secara abnormal dan tidak terkontrol. Kanker serviks merupakan tumor ganas wanita kedua terbanyak di dunia. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan ansietas dengan pemberian terapi *progressive muscle relaxation* (PMR) pada pasien kanker serviks. rancangan penelitian deskriptif dengan metode studi kasus yaitu mendeskripsikan tentang asuhan keperawatan ansietas dengan terapi *progressive muscle relaxation* pada pasien kanker serviks. Penelitian ini dilakukan pada 2 orang pasien kanker serviks. Berdasarkan hasil studi kasus, didapatkan pasien 1 dan pasien 2 dengan keluhan merasa bingung, merasa khawatir dengan akibat kondisi yang dihadapi, sulit berkonsentrasi, tampak gelisah, tampak tegang, dan sulit tidur. Diagnosis keperawatan yang didapatkan yaitu ansietas berhubungan dengan krisis situasional. Intervensi inovasi yang diberikan yaitu terapi *progressive muscle relaxation* (PMR). Implementasi dilakukan selama 3 hari dengan durasi 15-30 menit sehari. Evaluasi yang didapatkan yaitu pasien merasa lebih tenang dan telah memahami kondisinya saat ini, pola tidur kedua pasien telah membaik, pasien tampak terlihat lebih tenang dan mampu berkonsentrasi dengan baik. Kesimpulan yang diperoleh yaitu terapi *progressive muscle relaxation* (PMR) dapat mengatasi ansietas pada pasien kanker serviks. Hasil penelitian ini disarankan bagi tenaga kesehatan dapat memanfaatkan terapi inovasi dalam mengatasi masalah keperawatan ansietas terutama pada pasien kanker serviks

Kata kunci: Asuhan Keperawatan, Ansietas, Terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Asuhan Keperawatan Ansietas dengan Terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) pada Pasien Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025” dengan tepat waktu. Penulis meyakini bahwa karya ilmiah akhir ners ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan, arahan, kritik, dan saran dari berbagai pihak. Melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners., M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan profesi Ners di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar.
2. Bapak I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini.
3. Ibu Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp.Mat., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Jurusan keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini.
4. Bapak Dr. Drs I Wayan Mustika., M.Kes., selaku pembimbing utama yang telah memberikan banyak waktu, bimbingan, arahan, tenaga, dan ilmu dalam proses penyelesaian karya ilmiah akhir ners ini.

5. Bapak Ketut Sudiantara., A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes., selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan banyak waktu, bimbingan, arahan, tenaga, dan ilmu dalam proses penyelesaian karya ilmiah akhir ners ini.
6. Ayah, Ibu dan Keluarga yang telah memberikan doa dan dukungan dari awal perkuliahan hingga proses penyelesaian karya ilmiah akhir ners ini.
7. Made Dwi Damayanti, SE, selaku sahabat penulis yang selalu memberikan semangat kepada penulis sampai proses penyelesaian karya ilmiah akhir ners ini.
8. I Wayan Setiawan Okta Pastika A. Md. Tra., ANT-III, selaku orang yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada penulis hingga terselesaikannya karya ilmiah akhir ners ini.
9. Gita Maharani, Parwati, dan Putri Widiastri, selaku teman penulis yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada penulis hingga terselesaikannya karya ilmiah akhir ners ini.
10. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan karya ilmiah akhir ners ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis menerima kritik dan saran demi perbaikan selanjutnya. Penulis berharap karya ilmiah akhir ners ini dapat bermanfaat bagi pembaca serta semua pihak yang membutuhkannya.

Denpasar, 15 April 2024

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Luh Sri Anggayoni Julia Padmi
NIM : P07120324028
Program Studi : Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2024/2025
Alamat : Jalan Tukad Irawadi Selatan No 81X, Denpasar Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya ilmiah akhir ners dengan judul Asuhan Keperawatan Ansietas dengan Terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) pada Pasien Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa KIAN ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan Ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 18 April 2025

Yang membuat pernyataan



Luh Sri Anggayoni Julia Padmi
NIM. P07120324028

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan umum.....	6
2. Tujuan khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
1. Manfaat teoritis.....	7
2. Manfaat praktis	7
E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Dasar Kanker.....	10
1. Pengertian kanker	10
2. Tanda dan gejala	10
3. Faktor risiko.....	11
4. Stadium.....	11
5. Pemeriksaan penunjang	13
6. Penatalaksanaan.....	14
B. Konsep Dasar Ansietas.....	15
1. Definisi	15

2. Penyebab.....	15
3. Tanda dan gejala	15
4. Kondisi klinis terkait.....	17
C. Asuhan Keperawatan Ansietas Pada Pasien Kanker Serviks	17
1. Pengkajian.....	17
2. Diagnosis keperawatan	23
3. Intervensi keperawatan	24
4. Implementasi keperawatan	27
5. Evaluasi keperawatan	27
D. <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR).....	27
1. Definisi	27
2. Standar operasional prosedur (SOP) <i>progressive muscle relaxation</i>	28
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA.....	33
A. Pengkajian Keperawatan	33
1. Identitas pasien	33
2. Penanggung jawab	34
3. Keluhan utama	34
4. Riwayat kesehatan	35
5. Genogram	36
6. Terapi obat	37
7. Data fisiologis – psikologis- perilaku- relasional-lingkungan.....	37
8. Pemeriksaan fisik.....	40
B. Analisis Keperawatan	41
C. Diagnosis Keperawatan	43
D. Intervensi Keperawatan	44
E. Implementasi Keperawatan.....	45
F. Evaluasi Keperawatan.....	56
BAB IV PEMBAHASAN.....	58
A. Analisis Asuhan Keperawatan Pasien dengan Ansietas.....	58
1. Pengkajian keperawatan	58
2. Diagnosis keperawatan	60
3. Perencanaan keperawatan.....	61
4. Implementasi keperawatan	62
5. Evaluasi keperawatan	64

B. Analisis Terapi <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR) pada Asuhan Keperawatan Pasien dengan Masalah Ansietas.....	66
BAB V PENUTUP.....	69
A. Simpulan.....	69
B. Saran.....	71
1. Bagi tenaga kesehatan.....	71
2. Bagi peneliti selanjutnya.....	71
3. Bagi masyarakat.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	72
DAFTAR LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Rencana Asuhan Keperawatan Ansietas dengan Terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) pada Pasien Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	24
Tabel 2	Identitas Pasien Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	33
Tabel 3	Identitas Penanggung Jawab Pasien Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	34
Tabel 4	Keluhan Utama Pasien Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	34
Tabel 5	Riwayat Kesehatan Ny.R dan Ny. W dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara.....	35
Tabel 6	Terapi Obat Ny.R dan Ny.W dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	34
Tabel 7	Data Fisiologis – Psikologis – Perilaku – Relasional – Lingkungan Ny.R dan Ny.W dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	37
Tabel 8	Tabel 8 Pemeriksaan Fisik Pada Ny. R dan Ny. W dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara.....	40
Tabel 9	Analisis Data Asuhan Keperawatan pada Ny. R dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara.....	42

Tabel 10	Analisis Data Asuhan Keperawatan pada Ny. W dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara.....	42
Tabel 11	Rencana Asuhan Keperawatan pada Ny. R dan Ny.W dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara.....	44
Tabel 12	Implementasi Keperawatan Pada Ny. R dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	46
Tabel 13	Implementasi Keperawatan pada Ny. W dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	51
Tabel 14	Evaluasi Keperawatan Pada Ny. R dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara.....	56
Tabel 15	Evaluasi Keperawatan Pada Ny. W dengan Kanker Serviks di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Gambar 1. Genogram pada Ny. R di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	36
Gambar 2	Genogram pada Ny. W di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2025.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Karya Ilmiah Akhir Ners.....	76
Lampiran 2 Anggaran Penelitian	77
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden	78
Lampiran 4 <i>Informed Consent</i>	79
Lampiran 5 SOP Terapi <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR)	82
Lampiran 6 Kuisisioner Tingkat Kecemasan.....	88
Lampiran 7 Surat Keterangan Studi Pendahuluan	92
Lampiran 8 Surat Ijin Penelitian	94
Lampiran 9 Surat Keterangan Penelitian	96
Lampiran 10 Dokumentasi.....	98
Lampiran 11 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	100
Lampiran 12 Lembar Bimbingan KIAN	101
Lampiran 13 Hasil Uji Turnitin.....	102
Lampiran 14 Surat Pernyataan Publikasi Repository.....	103