

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI PERILAKU KOGNITIF TERHADAP TINGKAT KELELAHAN PADA PASIEN KANKER YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD BALI MANDARA TAHUN 2026



Oleh :

NI PUTU NANDA PRATIWI
NIM. P07120222043

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2026**

SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI PERILAKU KOGNITIF TERHADAP
TINGKAT KELELAHAN PADA PASIEN KANKER
YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD
BALI MANDARA TAHUN 2026**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

**Oleh :
NI PUTU NANDA PRATIWI
NIM. P07120222043**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2026**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI
PENGARUH TERAPI PERILAKU KOGNITIF TERHADAP
TINGKAT KELELAHAN PADA PASIEN KANKER
YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD
BALI MANDARA TAHUN 2026**

Diajukan oleh:

NI PUTU NANDA PRATIWI
NIM. P07120222043

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



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

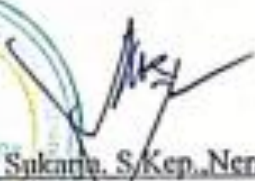
Pembimbing Pendamping:



Ns. I Wayan Sukawana, S.Kep.M.Pd
NIP. 196709281990031001

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



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

LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI DENGAN JUDUL
PENGARUH TERAPI PERILAKU KOGNITIF TERHADAP
TINGKAT KELELAHAN PADA PASIEN KANKER
YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RSUD
BALI MANDARA TAHUN 2026

Diajukan oleh:

NI PUTU NANDA PRATIWI
NIM. P07120222043

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 12 JUNI 2026

TIM PENGUJI :

- | | |
|--|----------------------|
| 1. <u>I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp, M.Kep, Sp.MB</u>
NIP. 197108141994021001 | (Ketua
Penguji) |
| 2. <u>I Wayan Surasta, SKP., M.Fis</u>
NIP. 196512311987031015 | (Anggota
Penguji) |
| 3. <u>Ns. Ni Made Wedri, A.Per.Pen., S.Kep., M.Kes</u>
NIP. 196106241987032002 | (Anggota
Penguji) |



MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



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

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Putu Nanda Pratiwi

NIM : P07120222043

Program Studi : Sarjana Terapan

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2026

Alamat : Jl. Bedahulu XVI No.2b, Denpasar Utara

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif terhadap Tingkat Kelelahan pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Bali Mandara Tahun 2026 adalah benar **Karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi 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.



**Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif terhadap Tingkat Kelelahan
pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi
di RSUD Bali Mandara Tahun 2026**

ABSTRACT

Fatigue is one of the most prevalent and distressing adverse effects experienced by patients with cancer undergoing chemotherapy, significantly affecting their quality of life, daily functioning, and psychological well-being. This study aimed to examine the effect of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) on fatigue levels among patients with cancer undergoing chemotherapy at Bali Mandara Regional General Hospital in 2026. A quasi-experimental study employing a non-equivalent control group design was conducted. The study involved 52 participants, comprising 26 patients in the intervention group and 26 patients in the control group, selected through purposive sampling. The intervention group received Cognitive Behavioral Therapy, while the control group received standard hospital care. Data were analyzed using the Paired Samples t-test and Independent Samples t-test. The findings demonstrated a statistically significant reduction in fatigue levels among patients in the intervention group following the administration of Cognitive Behavioral Therapy ($p < 0.001$). In contrast, no statistically significant difference was observed in the control group ($p = 0.170$). Furthermore, post-intervention comparisons between the intervention and control groups revealed a statistically significant difference in fatigue levels ($p < 0.001$). These findings indicate that Cognitive Behavioral Therapy exerts a significant effect in reducing fatigue among patients with cancer undergoing chemotherapy at Bali Mandara Regional General Hospital in 2026. Healthcare professionals, particularly nurses, are encouraged to provide education and implement Cognitive Behavioral Therapy as a non-pharmacological intervention to effectively alleviate fatigue in patients with cancer undergoing chemotherapy.

Keywords: *cognitive behavioral therapy, fatigue, cancer, chemotherapy.*

**Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif terhadap Tingkat Kelelahan
pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi
di RSUD Bali Mandara Tahun 2026**

ABSTRAK

Kelelahan merupakan salah satu efek samping yang paling sering dialami oleh pasien kanker yang menjalani kemoterapi dan dapat mempengaruhi kualitas hidup, aktivitas sehari-hari, serta kondisi psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi perilaku kognitif terhadap tingkat kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RSUD Bali Mandara Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan desain quasi experimental dengan pendekatan *non-equivalent control group design*. Sampel penelitian berjumlah 52 pasien yang terdiri dari 26 pasien pada kelompok intervensi dan 26 pasien pada kelompok kontrol, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Kelompok intervensi diberikan terapi perilaku kognitif, sedangkan kelompok kontrol memperoleh perawatan standar rumah sakit. Analisis data menggunakan uji *Paired Sample t-test* dan *Independent Sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok intervensi terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kelelahan sebelum dan sesudah diberikan terapi perilaku kognitif ($p < 0,001$). Pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang signifikan ($p = 0,170$). Perbandingan setelah intervensi menunjukkan perbedaan signifikan ($p < 0,001$). Terdapat pengaruh terapi perilaku kognitif terhadap tingkat kelelahan pasien kanker kemoterapi di RSUD Bali Mandara Tahun 2026. Saran kepada perawat khususnya praktisi kesehatan di RSUD Bali Mandara adalah memberikan penyuluhan terapi perilaku kognitif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan tingkat kelelahan yang tepat kepada pasien kanker.

Kata kunci: terapi perilaku kognitif, kelelahan, kanker, kemoterapi.

**Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif terhadap Tingkat Kelelahan
pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi
di RSUD Bali Mandara Tahun 2026**

RINGKASAN PENELITIAN

Oleh: Ni Putu Nanda Pratiwi

Kanker merupakan penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian di dunia. Peningkatan jumlah kasus kanker di Indonesia, termasuk di Provinsi Bali, menyebabkan semakin banyak pasien yang menjalani terapi kemoterapi. Meskipun kemoterapi berperan penting dalam pengobatan kanker, terapi ini sering menimbulkan berbagai efek samping, salah satunya adalah kelelahan atau Cancer Related Fatigue (CRF). Kelelahan pada pasien kanker merupakan kondisi subjektif yang ditandai dengan perasaan lemah, berkurangnya energi fisik dan mental, serta tidak membaik meskipun telah beristirahat yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah terapi perilaku kognitif. Terapi ini berfokus pada perubahan pola pikir negatif serta perilaku maladaptif menjadi pola pikir dan perilaku yang lebih adaptif. Melalui terapi perilaku kognitif, pasien diharapkan mampu mengelola stres, meningkatkan kemampuan coping, dan mengurangi persepsi kelelahan yang dirasakan selama menjalani kemoterapi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi perilaku kognitif terhadap tingkat kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RSUD Bali Mandara Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi experimental non-equivalent control group design*. Penelitian dilakukan di Gedung Pelayanan Kanker Terpadu RSUD Bali Mandara. Sampel penelitian berjumlah 52 responden yang terdiri dari 26 responden kelompok

intervensi dan 26 responden kelompok kontrol yang dipilih menggunakan teknik *consecutive sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Tingkat kelelahan diukur menggunakan kuesioner *Brief Fatigue Inventory* (BFI) yang terdiri dari 9 item pertanyaan. Kelompok intervensi diberikan terapi perilaku kognitif selama dua minggu, sedangkan kelompok kontrol memperoleh perawatan standar rumah sakit. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Paired Sample t-test* dan *Independent Sample t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia paling banyak yaitu 52 tahun, sedangkan pada kelompok kontrol usia paling banyak adalah 38. sebagian besar pada kedua kelompok adalah berjenis kelamin perempuan yaitu pada kelompok intervensi (73,1%) dan kelompok kontrol (61,5%). Kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling banyak yaitu kelompok intervensi (65,4%) dan kelompok kontrol (46,2%). Frekuensi Kemoterapi yang paling sering dialami oleh pasien adalah dalam siklus 3x yaitu kelompok intervensi (38,5%) dan kelompok kontrol (46,2%). Pekerjaan yang paling banyak adalah IRT dengan kelompok intervensi (38,5%) dan kelompok kontrol (42,3%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata skor tingkat kelelahan sebelum diberikan terapi perilaku kognitif pada kelompok intervensi yaitu 57,3 dengan standar deviasi 6,34, sedangkan pada kelompok kontrol yaitu memiliki rata - rata 60,5 dengan standar deviasi 5,52. Pada rerata skor tingkat kelelahan setelah diberikan terapi perilaku kognitif pada kelompok intervensi yaitu 32,46 dengan standar deviasi 6,77, sedangkan pada kelompok kontrol yaitu memiliki rata - rata 61,08 dengan standar deviasi 5,15. Hasil analisis didapatkan bahwa data berdistribusi normal dengan hasil kelompok intervensi diperoleh nilai rata-rata

penurunan skor kelelahan sebesar 24,846 dengan hasil uji *Paired Sample t-test* menunjukkan nilai $t = 25,661$ dan $p < 0,001$, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kelelahan sebelum dan sesudah diberikan terapi perilaku kognitif. Sebaliknya, pada kelompok kontrol tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antara pengukuran sebelum dan sesudah pengamatan ($t = -1,413$; $p = 0,170$). Hasil uji *Independent Sample t-test* pada pengukuran setelah intervensi menunjukkan nilai $t = 24,194$ dengan $p < 0,001$, yang menunjukkan adanya perbedaan tingkat kelelahan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah perlakuan diberikan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terapi perilaku kognitif berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di RSUD Bali Mandara Tahun 2026. Terapi perilaku kognitif dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif untuk membantu mengurangi kelelahan pada pasien kanker selama menjalani kemoterapi. Perawat diharapkan dapat mengintegrasikan terapi perilaku kognitif ke dalam praktik keperawatan sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup pasien kanker. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, periode intervensi yang lebih panjang, serta mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi kelelahan, seperti kualitas tidur, tingkat nyeri, dukungan sosial, dan kondisi psikologis pasien.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul **”Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif terhadap Kelelahan pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Bali Mandara Tahun 2026”** dengan baik dan tepat waktunya. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, serta bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Erika Yulita Ichwan, SST, M.Keb selaku direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Denpasar.
2. Bapak I Made Sukarja. S.Kep., Ners., M. Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar dan selaku pembimbing utama yang telah memberikan banyak masukan, arahan, motivasi serta dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan penyusunan proposal penelitian ini.
3. Ibu Nengah Runiari, S. Kp, S. Pd, M. Kep, Sp. Mat selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan yang telah memberikan arahan serta bimbingan secara tidak langsung selama penulis menjalani pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar.

4. Bapak Ns. I Wayan Sukawana, S.Kep.M.Pd selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, masukan, pengetahuan serta dukungan dalam menyelesaikan proposal ini.
5. Direktur Rumah Sakit Umum Daerah Bali Mandara yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan studi pendahuluan
6. Kepada keluarga saya yang selalu memberikan dukungan, doa, kasih sayang, serta pengorbanan yang tiada henti sehingga penulis dapat mencapai tahap ini.
7. Kepada sahabat – sahabat penulis yang senantiasa memberikan semangat, bantuan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
8. Mahasiswa angkatan semester VIII Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah memberikan dukungan, semangat serta kebersamaan selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Denpasar, 12 Juni 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Kanker.....	8
B. Konsep Kelelahan pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi....	12
C. Konsep Terapi Perilaku Kognitif pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi	17
D. Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif terhadap Tingkat Kelelahan pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi	24
BAB III KERANGKA KONSEP.....	25
A. Kerangka Konsep.....	25
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel	26
C. Hipotesis	28
BAB IV METODE PENELITIAN	29

A.	Jenis Penelitian.....	29
B.	Alur Penelitian	30
C.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
D.	Populasi dan Sampel Penelitian	31
E.	Jenis dan Metode Pengumpulan Data	32
F.	Pengolahan dan Analisis Data.....	35
G.	Etika Penelitian	37
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....		39
A.	Hasil Penelitian	39
B.	Pembahasan.....	48
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN		56
A.	Simpulan	56
B.	Saran	57
DAFTAR PUSTAKA.....		59

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional.....	27
Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	41
Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	41
Tabel 4. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Kemoterapi..	43
Tabel 5. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	43
Tabel 6. Klasifikasi Responden Berdasarkan Jenis Kanker	42
Tabel 7. Klasifikasi Skor Tingkat kelelahan sebelum diberikan terapi perilaku kognitif	44
Tabel 8. Klasifikasi Skor Tingkat kelelahan setelah diberikan terapi perilaku kognitif	45
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas	45
Tabel 10. Hasil Analisis Uji Paired T-Test Kelompok Intervensi	46
Tabel 11. Hasil Analisis Uji Paired T-Test Kelompok Kontrol	47
Tabel 12. Hasil Analisis Uji Independent T-Test terhadap Nilai Selisih Skor Kelelahan pada Kelompok Intervensi dan Kontrol.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif terhadap Kelelahan pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi	25
Gambar 2. Rancangan penelitian Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif terhadap Kelelahan pada pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Bali Mandara Tahun 2026	29
Gambar 3. Alur Penelitian Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif terhadap Kelelahan pada pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Bali Mandara Tahun 2026	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	65
Lampiran 2. Realisasi Anggaran Penelitian	66
Lampiran 3. Surat Permohonan Menjadi Responden	67
Lampiran 4. Informed Consent (PSP).....	68
Lampiran 5. Lembar Pengumpulan Data	72
Lampiran 6. Surat Permohonan Izin Pengambilan Data Studi Pendahuluan.....	81
Lampiran 7. Surat Permohonan Ijin Penelitian	82
Lampiran 8. Persetujuan Etik.....	83
Lampiran 9. Master Tabel	84
Lampiran 10. Output SPSS	93
Lampiran 11. Bukti Valid Bimbingan	96
Lampiran 12. Bukti Penyelesaian Administrasi	97
Lampiran 13. Hasil Turnitin.....	98
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	101
Lampiran 15. Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	102