



**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
TINGKAT NYERI PADA PASIEN KANKER PARU
DI RSUD DR. MOEWARDI SURAKARTA**

SKRIPSI

Oleh :

FATIKHA RIMA SYIFA

011201015

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2024**



**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
TINGKAT NYERI PADA PASIEN KANKER PARU
DI RSUD DR MOEWARDI SURAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
sarjana keperawatan(S. Kep)

Oleh :

FATIKHA RIMA SYIFA

011201015

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* (PMR)
TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN KANKER
PARU DI RSUD DR. MOEWARDI SURAKARTA**

Disusun oleh :

FATIKHA RIMA SYIFA

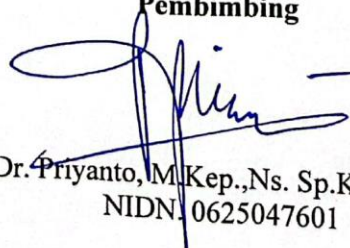
NIM. 011201015

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
★ UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk
diujikan.

Ungaran, 19 Januari 2024

Pembimbing



Dr. Priyanto, M.Kep.,Ns. Sp.Kep. MB
NIDN. 0625047601

HALAMAN PENGESAHAN

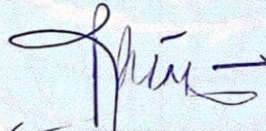
Skripsi Berjudul :
**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
PENURUNAN NYERI PADA PASIEN KANKER PARU DI RSUD DR.
MOEWARDI SURAKARTA**

Oleh :
FATIKHA RIMA SYIFA
011202015

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari :
Tanggal :

Tim Penguji :
Ketua/Pembimbing Utama



Dr. Ns. Priyanto, M.Kep., Sp.Kep. MB
NIDN. 0625047601

Anggota/Penguji I

Anggota/Penguji II



Ns. Faridah Aini, M.Kep., Sp.KMB
NIDN.0629037605



Ns. Puji Lestari, S.Kep., M.Kes., (Epid)
NIDN. 0022038101

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan

Dekan Fakultas Kesehatan



Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402



Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Fatikha Rima Syifa
NIM : 011201015
Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul "**Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Kanker Paru Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta**" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing



Dr. Ns. Priyanto, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.MB
NIDN. 0625047601

Ungaran, 23 Januari 2024
Yang membuat pernyataan



Fatikha Rima Syifa
011201015

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fatikha Rima Syifa

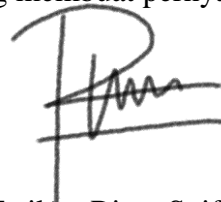
NIM : 011201015

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media / formatkan, merawat, mempublikasikan skripsi saya yang berjudul **“Pengaruh Relaksasi otot progresif Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Kanker Paru Di RSUD DR. Moewardi Surakarta”** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 23 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



Fatikha Rima Syifa

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi :

Nama : Fatikha Rima Syifa

Tempat, tanggal lahir : Kab.Semarang, 09 Januari 2002

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Jalan Tanjung, RT 07/ RW 01 Dusun Pabelan

Riwayat Pendidikan :

1. TK Tunas Bangsa Pabelan : 2007 – 2008
2. SD Negeri 01 Pabelan : 2008 – 2014
3. SMP Negeri 04 Salatiga : 2014 – 2017
4. SMA Negeri 02 Salatiga : 2017 – 2020
5. Universitas Ngudi Waluyo : 2020 – 2024

Data Orang Tua :

Nama ayah : Mangun S (Alm)

Nama ibu : Sri Sumiyati

Pekerjaan : Wirausaha/Pedagang

Alamat : Jalan Tanjung, RT 07/ RW 01 Dusun Pabelan

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2023
Fatikha Rima Syifa
011201015

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
TINGKAT NYERI PADA PASIEN KANKER PARU
DI RSUD DR. MOEWARDI SURAKARTA**

ABSTRAK

Latar Belakang: Nyeri merupakan keluhan utama yang sering dikeluhkan pasien Carcinoma paru. Relaksasi otot progresif memiliki pengaruh yang signifikan dalam mengurangi nyeri pada pasien kanker paru. Oleh karena itu peran perawat sebagai pelaksana, pengelola, peneliti, dan pendidik sangat diperlukan untuk membantu pasien dan keluarga dalam upaya mengatasi nyeri.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat nyeri kanker paru di RSUD Dr. Moewardi Surakarta

Metode : Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuasi intervensi (*Quasi experiment design*). Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah 21 kelompok intervensi dan kontrol. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar kuesioner dengan uji *normalitas* dan *simple paired t-test*.

Hasil : Hasil penelitian di dapatkan nyeri sesudah diberi perlakuan dalam kelompok intervensi kategori berat sebanyak 1 responden (4,8%) dan didapatkan kelompok control sesudah diberikan dalam kategori berat sebanyak 17 orang (81%).

Kesimpulan : Menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap pemberian terapi dalam menurunkan kualitas nyeri pasien kanker paru di RSUD Dr. Moewardi Surakarta, karena hasil uji statistik menggunakan t-test nilai signifikasinya sebesar 0.000 yaitu $< 0,05$.

Saran : Penelitian ini disarankan untuk diterapkan dalam pelayanan di rumah sakit baik sebagai terapi non fisiologi tunggal maupun kombinasi dengan metode nonfarmakologi yang lain dalam tingkat nyeri pada pasien kanker paru.

Kata Kunci : Relaksasi otot progresif , Nyeri, Kanker Paru

Ngudi Waluyo University
S1 Nursing Study Program, Faculty of Health
Thesis, January 2023
Fatikha Rima Syifa
011201015

**EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON PAIN
REDUCTION IN LUNG CANCER PATIENTS AT DR. MOEWARDI
HOSPITAL SURAKARTA**

ABSTRACT

Background: Pain is the main complaint that is often complained by pulmonary carcinoma patients. Progressive muscle relaxation has a significant influence in reducing pain in lung cancer patients. Therefore the role of nurses as implementers, managers, researchers, and educators is very necessary to assist patients and families in pain management efforts.

Objective : The study was to determine the effect of progressive muscle relaxation on reducing lung cancer pain at Dr. Moewardi Surakarta Hospital

Method: This type of research uses quasi-intervention research design (Quasi experiment design). Quasi Experiment or quasi intervention. The population and sample in this study were 21 intervention and control groups. This research instrument uses a questionnaire sheet with normality test and simple paired t-test.

Results: The study obtained pain after being treated in the heavy category intervention group as many as 1 respondents (4,8%) and obtained control group after being given in category bclosely as many as 17 people (81%).

Conclusion: The conclusion shows a significant influence on the provision of therapy in reducing the quality of pain of lung cancer patients at Dr. Moewardi Surakarta Hospital, because the results of statistical tests using t-tests have a significance value of 0.000, which is < 0.05 .

Suggestion: This research is recommended to be applied in hospital services, either as a single non-pharmacological therapy or in combination with other non-pharmacological methods for reducing pain in lung cancer patients.

Keywords : Progressive Muscle Relaxation, Pain, Lung Cancer

KATA PENGANTAR

Segala puji kita panjatkan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayat, serta karunia-Nya, shalawat serta salam senantiasa kita tujukan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang selalu kita nantikan syafa'atnya sehingga skripsi dengan judul **“Pengaruh Relaksasi otot progresif Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Kanker Paru Di RSUD DR. Moewardi Surakarta”** ini dapat terselesaikan dengan baik. Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari arahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
2. Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Dr. Priyanto, M.Kep.,Ns. Sp.Kep. MBM selaku pembimbing, terimakasih atas bimbingan, kritik dan saran, selalu meluangkan waktunya disela kesibukan. Menjadi salah satu dari anak bimbinganmu merupakan nikmat yang sampai saat ini selalu saya syukurkan. Semoga selalu dilimpahkan kesehatan
5. Dosen dan seluruh staf Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat dan sudah membantu penulis dalam kelancaran pembuatan skripsi ini

6. Kepada Alm. Mangun Suradi, seseorang yang biasa saya sebut bapak dan berhasil membuat saya bangkit dari kata menyerah, banyak hal yang menyakitkan saya lalu tanpa sosok bapak babak belur dihajar kenyataan yang terkadang tidak sejalan. Rasa iri dan rindu yang sering kali membuat saya terjatuh tertampar realita. Tapi itu semua tidak mengurangi rasa bangga dan terima kasih atas kehidupan yang bapak berikan. Maka, tulisa ini penulis persembahkan untuk malaikat pelindung di surga. Pak, jika kehidupan selanjutnya benar - benar ada, mari bertemu kembali dan tetaplah menjadi bapakku sampai kapanpun, lindungi aku lagi, peluk aku lagi dan pastikan tidak lagi berpisah. Sampai bertemu di lain waktu pak, dari putri kecilmu yang selalu merindukanmu.
7. Kepada Sri Sumiyati, perempuan hebat yang selalu jadi penyemangat. Terimakasih sudah melahirkan, merawat, dan membesarkan saya dengan penuh cinta, selalu berjuang untuk kehidupan saya, kerja keras dan menjadi tulang punggung keluarga hingga saya tumbuh dewasa dan bisa berada di posisi saat ini. Maka, tulisan ini penulis persembahkan untuk bidadari surgaku
8. Kepada rekan bimbingan saya Dela dan Rossa, terimakasih untuk waktu kurang lebih lima bulan ini banyak hal baru yang jalani bersama
9. Kepada rekan dekat saya Vina, Hayyu, Vita, Melinda, Maura yang selalu memberikan dukungan, inspirasi, motivasi serta doanya
10. Kepada bestie saya Mutiara dan Vita Oka terimakasih sudah menjadi support system terbaik sejauh ini, selalu meberikan motivasi, semangat, dukungan tanpa henti kalian orang – orang pilihan yang selalu bedara di balik layar

11. Kepada seluruh teman - teman seperjuangan PSIK angkatan 2020 yang telah memberikan semangat dan motivasinya semoga sama - sama dilancarkan sampai akhir perjuangan
12. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri Fatikha Rima Syifa terimakasih sudah bertahan sejauh ini terimakasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan walau seringkali merasa putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil. Namun termakasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Terimakasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu dimanapun berada, Rima. Apapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri

Ungaran, 20 Januari 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	v
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Tinjauan Teori	12
1. Kanker Paru.....	12
2. Nyeri.....	21
3. Relaksasi otot progresif.....	32
4. Hubungan Relaksasi otot progresif Terhadap Nyeri Pada Pasien Kanker Paru.....	37
B. Kerangka Teori Penelitian.....	38
C. Kerangka Konsep Penelitian	38
D. Variabel Penelitian	39
E. Hipotesis Penelitian.....	39

BAB III METODE PENELITIAN.....	40
A. Desain Penelitian.....	40
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	41
C. Populasi dan Sampel	41
1. Populasi.....	41
2. Sampel.....	41
3. Kriteria inklusi:	42
4. Kriteria eksklusi:	43
D. Definisi Operasional.....	43
E. Proses Penelitian	45
1. Prosedur administrasi	45
2. Pemilihan Asisten Penelitian.....	46
3. Tugas Asisten Penelitian	47
4. Prosedur Pengambilan Data	47
5. Sumber Data.....	50
6. Pengumpulan Data	50
F. Etika Penelitian	52
1. Informed Consent.....	52
2. Anonymity	52
3. Confidentiality / Kerahasiaan.....	53
4. Benefeciency dan non-maleficence	53
5. Veracity	53
6. Justice.....	53
G. Pengolahan Data.....	53
H. Pengolahan Data.....	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	60
A. Hasil	60
1. Analisis Univariat	60
2. Analisis Bivariat.....	61
B. Pembahasan.....	64

1. Gambaran Nyeri Sebelum dan Sesudah diberikan Relaksasi otot progresif pada kelompok intervensi dan kontrol Pasien Kanker Paru di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.....	64
2. Pengaruh Relaksasi otot progresif Terhadap Nyeri Pasien Kanker Paru di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.....	66
C. Keterbatasan Penelitian	68
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	69
A. Simpulan	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Definisi Operasional	43
Tabel 3. 3	Uji Normalitas.....	57
Tabel 3. 4	Uji Homogenitas Efektivitas Relaksasi otot progresif Terhadap Nyeri Pasien Kanker Paru di RSUD Dr. Moewardi Surakarta	58
Tabel 4. 1	Distribusi Frekuensi Nyeri Pasien Kanker Paru di RSUD Dr. Moewardi Surakarta Pada Kelompok Intervensi	60
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Nyeri Pasien Kanker Paru di RSUD Dr. Moewardi Surakarta Pada Kelompok Kontrol.....	61
Tabel 4. 3	Perbedaan Nyeri Pasien Kanker Paru Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penelitian Pada kelompok Intervensi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.....	62
Tabel 4. 4	Perbedaan Nyeri Pasien Kanker Paru Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penelitian Pada Kelompok Kontrol Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.....	62
Tabel 4. 5	Pengaruh Relaksasi otot progresif Terhadap Nyeri Pasien Kanker Paru Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.....	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	38
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian dan Mencari Data.....	78
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian dan Mencari Data	79
Lampiran 3 Surat Persetujuan Expert Judgment Instrumen Penelitian.....	80
Lampiran 4 Surat Keterangan Ethical Clearance	81
Lampiran 5 Surat Persetujuan Expert Judgment Instrumen Penelitian.....	82
Lampiran 6 Surat Keterangan Cek Turnitin Plagiarisme	83
Lampiran 7 Sertifikat Toefl.....	84
Lampiran 8 Lembar Penjelasan Tentang Penelitian.....	85
Lampiran 9 Lembar Inform Consent	86
Lampiran 10 Kuesioner Penelitian.....	87
Lampiran 11 Bukti Uji Validitas.....	90
Lampiran 12 Standar Operasional Prosedur	93
Lampiran 13 Data Rasa Nyeri Pada Pasien Kanker Kelompok Eksperimen	100
Lampiran 14 Data Rasa Nyeri Pada Pasien Kanker Paru Kelompok Kontrol	101
Lampiran 15 Karakteristik Pasien Kanker Paru.....	102
Lampiran 16 Hasil Olah Data Penelitian	103
Lampiran 17 Hasil Dokumentasi	105
Lampiran 18 Lembar Konsultasi.....	111