



**PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP  
NYERI PASIEN POST OPERASI KANKER PAYUDARA**

**SKRIPSI**

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan**

Oleh:

**Putri Ayu Dewiyanti**

**NIM. 30901800140**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2021**

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini Saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, Saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, 10 Januari 2022

Mengetahui,  
Wakil Dekan I



(Ns Hj Sri Wahyuni, M. Kep, Sp. Kep. Mat)



(Putri Ayu Dewiyanti)



**PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP  
NYERI PASIEN POST OPERASI KANKER PAYUDARA**

**SKRIPSI**

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan**

Oleh:

**Putri Ayu Dewiyanti**

**NIM. 30901800140**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2021**

# HALAMAN PERSETUJUAN

## Skripsi Berjudul

### PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP NYERI PASIEN POST OPERASI KANKER PAYUDARA

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Putri Ayu Dewiyanti

NIM : 30901800140

Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada :

Pembimbing I

Pembimbing II

Tanggal :  Tanggal :



Ns. Indah Sri Wahyuningsih, M. Kep

NIDN : 06-1509-8802



Ns. Ahmad Ikhlasul Amal, MAN

NIDN : 06-0510-8901

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP NYERI  
PASIEEN POST OPERASI KANKER PAYUDARA**

Disusun Oleh :

Nama : Putri Ayu Dewiyanti

NIM : 30901800140

Penguji I

Ns. Erna Melastuti, M.Kep

NIDN : 06-2005-7604

Ns. Indah Sri Wahyuningsih, M.Kep

NIDN : 06-1509-8802

Ns. Ahmad Ikhlasul Amal, MAN

NIDN : 06-0510-8901

Mengetahui :  
Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan

Iwan Ardian, SKM, M.Kep

NIDN : 0622087403

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**  
**Skripsi, Januari 2022**

**ABSTRAK**

Putri Ayu Dewiyanti

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP NYERI PASIEN  
POST OPERASI KANKER PAYUDARA**

41 hal+ 5 tabel+ 10 lampiran+ xiv (jumlah halaman depan)

**Latar Belakang:** Kanker payudara adalah penyakit berbahaya yang membutuhkan pemulihan melalui dengan cara operasi. Sakit pada pasien pasca operasi adalah penderitaan yang hebat. Relaksasi Benson adalah prosedur pernapasan yang digunakan untuk pasien yang mengalami nyeri ataupun mengalami kecemasan. Juga, dalam relaksasi Benson ada komponen tambahan kepercayaan diri sebagai kata-kata dan ketegangan yang dihadapi pasien.

**Metode:** Jenis penelitian kuantitatif, dengan desain *pre eksperimental one group pre test-post test design*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dengan jumlah responden 19 pasien di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang, teknik pengambilan sampel *consecutive sampling*. Data yang diperoleh secara statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon*

**Hasil:** Hasil analisis dari 19 responden sebagian besar berusia 46-55 sebanyak 52,6% (10 pasien), dengan mayoritas tingkat pendidikan terakhir SMA dengan persentase 42,1% (8 pasien). Dan rata rata nyeri sebelum dilakukan terapi berada di tingkat berat masing masing sebanyak 47,4% (9 pasien) sedangkan untuk rata rata tingkat nyeri sesudah dilakukan terapi berada di tingkat sedang dengan presentase 52,6%(10pasien) Hasil uji Wilcoxon antara sebelum pemberian terapi dan sesudah pemberian terapi menunjukkan nilai  $p < 0,003$ .

**Simpulan:** Terdapat Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Nyeri Pasien Post Operasi Kanker Payudara

**Kata Kunci:** Relaksasi Benson, Kanker Payudara, Nyeri

**Daftar Pustaka:** 32 (2016-2020)

**BACHELOR OF SCIENCE IN NURSING**

**FACULTY OF NURSING SCIENCE**

**SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG**

**Thesis, January 2022**

**ABSTRACT**

Putri Ayu Dewiyanti

**THE EFFECT OF BENSON RELAXATION THERAPY ON PAIN POST BREAST CANCER SURGERY**

41 pages+ 5 tables+ 10 appendices+ xiv (number of front page)

**Background:** Breast cancer is a dangerous disease that requires recovery through surgery. Pain in postoperative patients is a great suffering. Benson relaxation is a relaxation breathing procedure used in clinics for patients experiencing pain or experiencing anxiety. Also, in Benson's relaxation there is an additional component of trust as the words deal with the patient.

**Methods:** This type of research is quantitative, with a pre-experimental one group pre-test-post-test design. Data were collected using a questionnaire with a total of 19 patients in the Islamic Hospital Sultan Agung Semarang, the sampling technique was consecutive sampling. The data obtained statistically by using the Wilcoxon test

**Results:** The results of the analysis of 19 respondents mostly aged 46-55 as many as 52.6% (10 patients), with most of the last education being high school with a percentage of 42.1% (8 patients). And the average pain before therapy was at a severe level of 47.4% (9 patients) while the average pain before treatment was at a moderate level with a percentage of 52.6% (10 patients) The Wilcoxon test results were between before offering therapy and presenting therapy showed a value of 0.003.

**Conclusion:** There is an Effect of Benson Relaxation Therapy on Pain in Post-Breast Cancer Patients

**Keywords:** Benson Relaxation, Breast Cancer, Pain

**Bibliography:** 32 (2016-2020)

## MOTTO

*Aku mengabdikan permohonan orang yang mendo'a apabila ia berdo'a kepadaKu (Al-Baqarah : 186)*

*You are the captain of your own ship of happiness. If you can't take the wheel, there someone else will. You'll survive (Rapyourbae)*



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala nikmat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul **“Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pasien Post Operasi Kanker Payudara”** ini sebagai syarat untuk mencapai sarjana keperawatan. Penulis sadar dalam proses pembuatan skripsi ini tidak akan berjalan lancar tanpa bimbingan dan bantuan banyak pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Drs. H. Bedjo Santoso, M.T., Ph.D selaku rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Iwan Ardian, SKM., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung.
3. Ibu Ns. Indra Tri Astuti, M. Kep.,Sp.Kep.An, Ketua Program Studi S1 Keperawatan Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ibu Ns. Indah Sri Wahuningsih, M. Kep. selaku Pembimbing I dan bapak Ns. Ahmad Ikhlasul Amal,MAN selaku Pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan ilmu serta nasihat yang sangat berguna dalam penyusunan skripsi dengan tepat waktu.
5. Ibu Ns. Erna melastuti, M.Kep. selaku penguji yang telah memberikan ilmu serta nasihat yang sangat berguna dalam penyusunan proposal skripsi.
6. Seluruh dosen pengajar dan staf Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada penulis selama menempuh studi.

7. Kepada yang tercinta dan tersayang Bapak Sami'an, Ibu Emi, Mas Alfian, alm. Mama Susana, Papa Sudarto, dan Mas Billy yang tak hentinya mendoakan, memberi motivasi, nasehat dan dukungan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal skripsi ini.
8. Kepada sahabat-sahabat penulis Qory, Amalia, Lisa, Yustika, Lia, dan Kiki yang selalu memberikan semangat dan menghibur satu sama lain selama proses pembuatan proposal skripsi ini.
9. Kepada teman-teman departemen Keperawatan Dewasa serta teman-teman seluruh angkatan 2018 Prodi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis tuliskan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Maka dari itu, penulis sangat membutuhkan saran dan kritik sebagai evaluasi bagi penulis.

Penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi banyak pihak.

Semarang, 15 Januari 2022

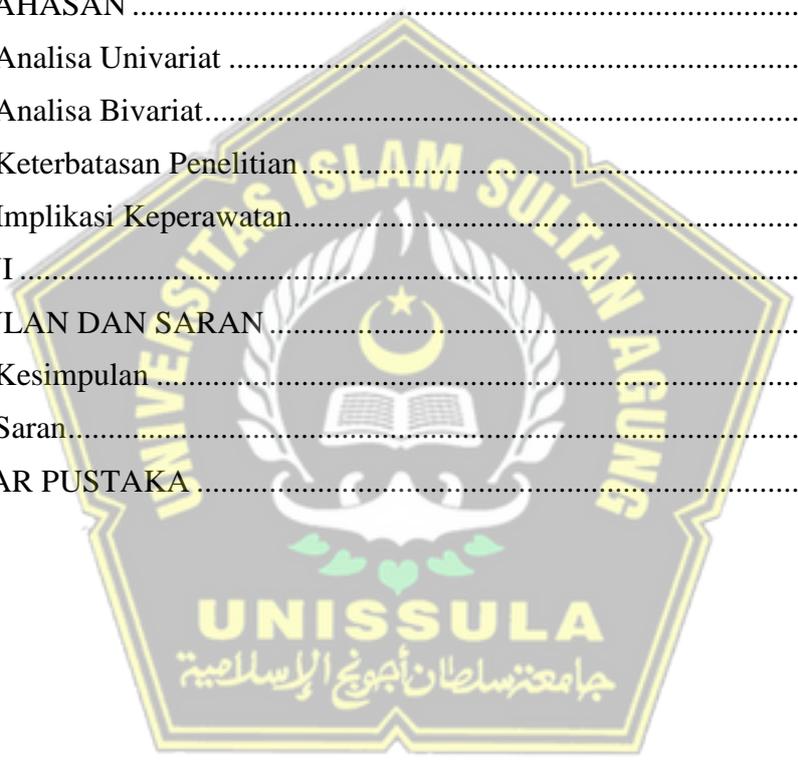
Penulis

Putri Ayu Dewiyanti

## DAFTAR ISI

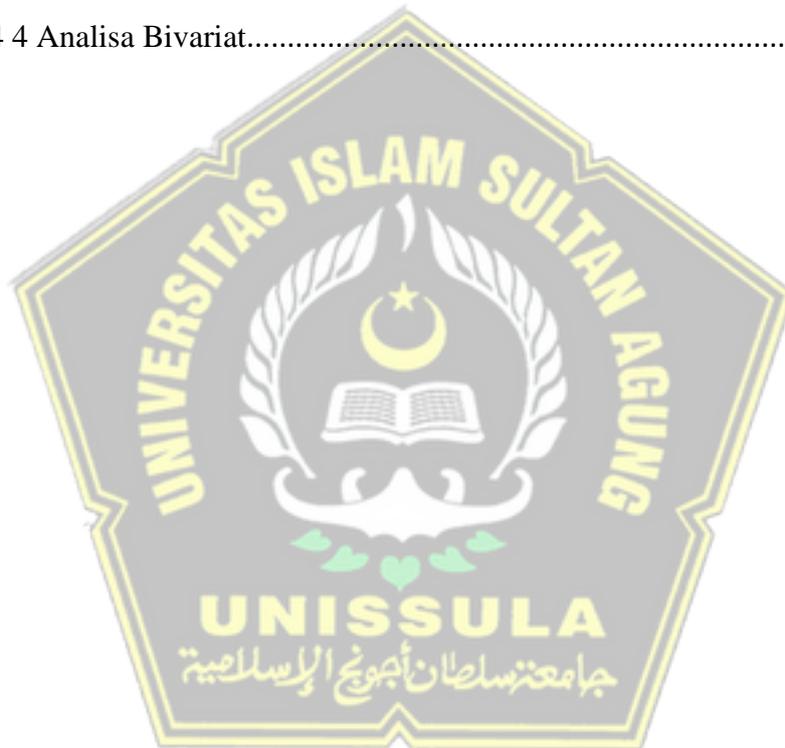
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ABSTRAK.....	iv
MOTTO .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA .....	8
A. Tinjauan Teori.....	8
C. Hipotesa.....	16
BAB III .....	17
METODOLOGI PENELITIAN.....	17
A. Kerangka Konsep .....	17
B. Variabel Penelitian .....	17
C. Jenis dan Desain Penelitian.....	18
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	19
E. Tempat dan Waktu Penelitian .....	22
F. Definisi Operasional.....	22
G. Instrumen / Alat Pengumpulan Data .....	23
H. Metode Pengumpulan Data .....	25

I. Rencana Analisis Data .....	26
J. Etika Penelitian .....	28
BAB IV .....	31
HASIL PENELITIAN.....	31
A. Analisa Univariat .....	31
B. Variable Penelitian.....	32
C. Analisa Bivariat.....	33
BAB V.....	35
PEMBAHASAN .....	35
A. Analisa Univariat .....	35
B. Analisa Bivariat.....	37
C. Keterbatasan Penelitian.....	41
D. Implikasi Keperawatan.....	41
BAB VI.....	42
SIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. Kesimpulan .....	42
B. Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA .....	44



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	23
Tabel 4 1 Karakteristik Responden berdasarkan usia .....	31
Tabel 4 2 Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan .....	32
Tabel 4 3 Presentae Tingkat Nyeri.....	32
Tabel 4 4 Analisa Bivariat.....	34



## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	15
Skema 3.0.1 Kerangka Konsep .....	17



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Survey

Lampiran 2. Surat Perizinan Rumah Sakit Islam Sultan Agung

Lampiran 3. Surat Lolos Uji Etik

Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Penelitian

Lampiran 5. Surat Balasan Penelitian di Rumah Sakit Islam Sulan Agung Semarang

Lampiran 6. *Infomed consent*

Lampiran 7. SOP Terapi Relaksasi Benson

Lampiran 8. Kuesioner *Visual Analog Scale* (VAS)

Lampiran 9. Output Hasil Uji Univariat Dan Bivariat

Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kanker payudara menduduki posisi pertama dalam jumlah kasus penyakit dan merupakan penyebab terbesar kematian terkait kanker di dunia secara konsisten. Angka kanker payudara adalah 1.677.000 dimana penyakit ini paling banyak diderita oleh wanita. Ada 794.000 kasus yang terjadi di negara-negara agraris dan mengakibatkan 324.000 kematian yang disebabkan oleh kanker payudara (Klungrit et al., 2019). Kanker payudara ialah penyebab utama kematian di antara semua tumor yang dialami wanita di Indonesia. Kanker merupakan salah satu masalah medis di seluruh dunia, meningkatnya angka penularan penyakit payudara adalah salah satunya kanker pada stadium yang tinggi (WHO, 2014). Kanker payudara mungkin merupakan jenis penyakit yang paling umum dikenal pada wanita. Penyakit payudara adalah pertumbuhan berbahaya yang mengisi jaringan payudara. Secara konsisten lebih dari 185.000 wanita dipastikan memiliki penyakit payudara. Terjadinya infeksi ini berkembang di negara-negara berkembang (Kemenkes, 2015). Kejadian penyakit di Indonesia (136,2/100.000 penduduk) menempati posisi kedelapan di Asia Tenggara, sementara di Asia menempati posisi ke-23. Angka frekuensi yang paling penting untuk wanita adalah kanker payudara, yaitu 42,1 per 100.000 penduduk dengan normal 17 kematian untuk setiap 100.000 penduduk

diikuti oleh penyakit serviks 23,4 per 100.000 dengan laju kematian normal 13,9 per 100.000 penduduk (Affan, A., Razali. et al., 2018)

Penyakit payudara adalah pertumbuhan berbahaya yang menyerang jaringan payudara. Ciri-ciri tumor ganas payudara adalah rasa nyeri di dada, benjolan di payudara membesar, kulit payudara misalnya strip oranye, serta terkadang keluarnya cairan ataupun darah dari areola. Pertumbuhan payudara yang ganas adalah jenis payudara yang mengakibatkan luka dibandingkan berbagai jenis penyakit. Luka penyakit biasanya muncul pada tahap tingkat tinggi yang membuat korban merasa canggung sehingga berpikir untuk mencari bantuan klinis. Kondisi ini akan mempengaruhi bagian mental korban, baik itu perubahan spesifik dalam persepsi diri, ide diri, koneksi sosial, dan lain-lain. Dampak psikososial yang dialami korban tumor ganas payudara yaitu gangguan yang akan mempengaruhi kualitas pribadinya. Pasien akan menghadapi kegelisahan, terutama untuk reaksi rekan mereka karena mereka percaya bahwa mereka saat ini tidak menarik dan tidak diharapkan. Ketegangan dan kesuraman sering dirasakan ketika mereka berada dalam tahap tingkat tinggi, menjalani perawatan, menunggu hasil diagnostik, dan lainnya sementara pemicu stres berasal dari hilangnya otonomi serta ketenangan, kesengsaraan, kelemahan, perubahan dalam pandangan mental diri dan kapasitas tubuh, mendekati kematian (Utami, 2017) pertumbuhan kanker terjadi karena perkembangan klon dan penentuan klon yang terjadi berulang kali dalam tubuh manusia.(Cahyawati, 2018)

Pengobatan kepada pasien kanker payudara dilakukan dengan pemberian obat-obatan. Terapi kanker payudara membutuhkan berbagai perawatan dalam melakukannya, contohnya lumpektomi, mastektomi, radiasi, perawatan hormon, dan kemoterapi. Perawatan yang diberikan bukan sekedar menghalangi perkembangan sel-sel ganas, tetapi juga berdampak pada fisik dan mental pasien. (Putri & Rahayu, 2019) Masalah pada pasien pasca operasi payudara adalah kesakitan karena luka operasi. Jika obat penenang hilang, pasien mengalami nyeri di daerah dada. Maka menyebabkan keadaan pasien merasa canggung, tidak nyaman, gelisah serta pesan atau masalah temperamen yang berbeda. Hal ini berdasarkan pendapat Potter dan Perry, bahwasannya nyeri ialah pengalaman menyeluruh yang dirasakan oleh semua orang dan sifatnya emosional, sehingga nilainya dapat berfluktuasi mulai dari satu individu ke individu berikutnya dan berbeda-beda pada setiap individu. (Rosida et al., 2020)

Kanker payudara adalah penyakit berbahaya yang membutuhkan pemulihan melalui dengan cara operasi. Sakit pada pasien pasca operasi adalah penderitaan yang hebat. Pada pasien post operasi mastectomy terdapat 61% pasien mengeluh nyeri pada bagian operasi, 41,5% merasakan nyeri dan 34,1% merasakan mual. (Cahyawati, 2018) Manifestasi lain yang lebih lanjut muncul karena penyakit payudara dan pengobatannya adalah gangguan istirahat, kesakitan, kelelahan, kehilangan kapasitas aktual, sarcopenia, cachexia, keroposan tulang serta hambatan psikologis (Mustian, Cole, Lin & Asare, 2016).

Kegiatan untuk menangani sakit harus dimungkinkan dua, menjadi pengobatan farmakologis dan non-farmakologis tertentu. Perawatan non-farmakologis menggabungkan perilaku fisik dan perilaku kognitif. Inti dari metodologi sebenarnya adalah untuk mengurangi kesakitan, memperbaiki disfungsi fisik, merubah reaksi fisiologis, dan menurunkan ketakutan yang terkait imobilitas dan nyeri. Perilaku intelektual mempunyai tujuan dalam merubah pemahaman serta sikap pasien pada nyeri dan mendorong pasien dalam mengontrol nyeri lebih baik, misalnya, memanfaatkan interupsi yang sesuai, memohon, memperhatikan musik, memberikan relaksasi napas penuh dan memberikan relaksasi pikiran kreatif yang terarah (Perry dan Potter, 2010, hal. 245). Teknik relaksasi yang dapat mengurangi rasa sakit menggabungkan pengobatan relaksasi Benson, khususnya pengobatan untuk mengurangi rasa sakit, gangguan tidur dan ketegangan dengan memusatkan perhatian pada konsentrasi dengan mengulang kalimat yang dipilihnya serta membuang pikiran yang menggangu (Ristiyanto et al., 2017) menangani nyeri pada pasien kanker payudara adalah dengan metodologi farmakologi dan nonfarmakologi. Terlepas dari kenyataan bahwa ada berbagai kemajuan luar biasa mengenai manajemen farmakologis dari nyeri, ada persyaratan untuk cara yang lebih komprehensif untuk menangani nyeri papan yang akan membantu menggabungkan seluruh bagian dari kesehatan fisik, mental, spiritual, serta antusias (Benson, Pactor. 2011). Dengan demikian, pengobatan nonfarmakologis juga diharapkan dapat melengkapi pengobatan farmakologis.

Salah satu mediasi nonfarmakologis yang dapat diterapkan dalam menyiksa para eksekutif adalah terapi relaksasi Benson . (NUR YASMIN, 2020)

Relaksasi benson adalah pelepasan elektif untuk mengatasi aktivitas mental dan menjauhi pemikiran negatif jauh dari pembuatnya yang dapat dilakukan dengan memusatkan pikiran dengan mendengarkan dan melafalkan\an surat-surat al-Qur'an dan dzikir dapat memperbaiki pada kondisi mental dan kenyamanan dari kanker payudara korban di mana kondisi ini mencakup tingkat kegugupan, tingkat keputusasaan, kesengsaraan, keyakinan diri, dan ketakutan dalam menyelesaikan tindakan pengobatan dan penyakit. (Prajayanti & Sari, 2017). Secara fisiologis, pengobatan spiritual dengan dzikir atau mengingat asma Allah membuat otak bekerja, ketika pikiran mendapat rangsangan dari luar, pikiran akan mengeluarkan sintetik yang akan memberikan rasa pelipur lara, khususnya neuropeptida. Setelah pikiran memberikan zat-zat ini, zat-zat ini akan dimasukkan dan dicerna di dalam tubuh yang kemudian akan memberikan kritik sebagai kenyamanan serta kepuasan.(Putri & Rahayu, 2019) Prosedur ini merupakan upaya untuk membidik konsentrasi dengan mengulang kalimat-kalimat ritual dan membuang pemikiran yang menyimpang. Metode perawatan ini harus dimungkinkan tiga puluh menit dua kali sehari (Rilantono, 2018)

Relaksasi Benson adalah relaksasi prosedur pernapasan yang digunakan di klinik untuk pasien yang mengalami nyeri ataupun mengalami kecemasan. Juga, dalam relaksasi Benson ada komponen tambahan kepercayaan diri sebagai kata-kata sebagai ketegangan yang dihadapi pasien.(Kumaat, 2017)

relaksasi benson telah menunjukkan keuntungan dari menyeimbangkan kondisi terkait tekanan seperti kemarahan, ketegangan, disritmia jantung, nyeri kronik, depresi, hipertensi dan gangguan tidur serta menyebabkan Anda merasa lebih tenang. (Fundación Terram, 2015) Kekuatan nyeri sebelum mediasi relaksasi Benson pada pasien penyakit diamati secara umum (setengah) dengan tingkat nyeri ringan dan sedang. Kekuatan nyeri setelah intervensi relaksasi Benson berkurang, hasilnya sebagian besar (62,5%) dengan tingkat nyeri yang lebih rendah. (Ristiyanto et al., 2017)

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian pengaruh terapi relaksasi benson terhadap nyeri pasien post operasi kanker payudara di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang yang diharapkan dapat mengurangi tingkat nyeri para pasien post operasi kanker payudara.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan dalam latar belakang tersebut, dapat dirumuskan sebagai berikut : “Apakah ada Pengaruh teknik terapi Relaksasi Benson terhadap Nyeri pasien post operasi kanker payudara?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh relaksasi benson terhadap nyeri pasien post operasi kanker payudara

### **2. Tujuan Khusus**

a. Mengetahui karakteristik pasien post operasi kanker payudara

- b. Mengetahui tingkat nyeri sebelum diberikan terapi relaksasi benson
- c. Mengetahui tingkat nyeri setelah diberikan terapi relaksasi benson
- d. Mengetahui perbedaan terapi sebelum diberikan dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi profesi keperawatan.

Hasil penelitian ini diyakini bisa dimanfaatkan sebagai data dan kontribusi untuk pengembangan lebih lanjut pelayanan keperawatan dan pengaturan asuhan keperawatan pada pasien yang merasa kurang baik.

2. Bagi institusi keperawatan.

Hasil pemeriksaan ini diyakini bisa menambah bahan pemahaman serta referensi institusi, khususnya Keperawatan Medikal Bedah Fakultas Ilmu Keperawatan dan Universitas Islam Sultan Agung tentang pengaruh terapi relaksasi benson terhadap kenyamanan pasien post-operasi kanker payudara.

3. Bagi masyarakat.

Dapat memberikan edukasi dan informasi tentang pengaruh terapi relaksasi benson terhadap kenyamanan pasien post-operasi kanker payudara.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Teori

##### 1. Kanker Payudara

###### a. Definisi

Kanker payudara ialah ancaman dalam jaringan payudara yang bisa dimulai dari epitel duktus atau lobulusnya. Kanker payudara mungkin semacam penyakit yang paling terkenal di Indonesia (Kemenkes, 2015). Penyakit payudara ialah perkembangan yang tidak biasa dari sel-sel tubuh yang berubah menjadi berbahaya. Penyakit payudara merupakan masalah dalam perkembangan sel-sel mammae biasa dimana sel-sel abnormal muncul dari sel-sel yang normal, menggandakan dan menginvasi jaringan limfa dan vena (Villela, 2016). Kanker Payudara yaitu penyakit yang mengancam asalnya dari kumpulan parenkim. Kanker payudara ialah penyakit yang digambarkan sebagai pertumbuhan yang tidak perlu atau perbaikan sel atau jaringan payudara yang tidak terkendali (Han & goleman, daniel; boyatzis, Richard; Mckee, 2019)

###### b. Etiologi

Alasan khusus untuk kanker payudara masih belum jelas, namun banyak unsur yang diduga mempengaruhi terjadinya pertumbuhan kanker payudara antara lain: faktor usia, usia pertama

kali siklus kewanitaan, penyakit fibrokistik, riwayat penyakit payudara, radiasi, pemanfaatan estrogen dan bahan kimia progestin, cara hidup yang tidak sehat (pemanfaatan kanker payudara). rokok, narkoba, makanan instan, minuman keras) (Han & goleman, daniel; boyatzis, Richard; Mckee, 2019). Etiologi penyakit payudara tidak pasti diketahui. Tetapi, berbagai faktor risiko pada pasien yang diduga terkait dengan frekuensi penyakit payudara, antara lain :

- Usia di bawah 20 tahun kanker payudara jarang terjadi, frekuensinya meningkat seiring bertambahnya usia
- Wanita yang belum memiliki anak akan dihadapkan pada bahan hormon estrogen umumnya lebih banyak daripada wanita yang telah memiliki anak.
- Ibu yang menyusui bisa menurunkan risiko penyakit payudara dikarenakan jika ibu menyusui anaknya makin lama maka sangat kecil kemungkinannya untuk terdampak kanker payudara , selama menyusui terjadi perubahan hormonal, salah satunya adalah penurunan estrogen.
- Kelamin laki-laki hanya 1 % angka kejadian kanker payudara.
- Faktor genetic (Vilella, 2016)

#### c. Patofisiologi

Komponen spesifik dari peningkatan kanker tidak sepenuhnya dirasakan. Penyelidikan awal mengungkapkan bahwa ada beberapa fase perbaikan kanker, khususnya tahap awal, kemajuan dan

gerakan. Pada tahun 1976, Nowell mengajukan hipotesis evolusi klonal untuk memperjelas perbaikan penyakit. Teori ini mengungkapkan bahwa perkembangan kanker terjadi karena perkembangan klon dan pilihan klon yang terjadi lebih dari satu kali dalam tubuh manusia. Selain itu, ada hipotesis cancer stem cell (CSC) yang menyatakan bahwa susunan kanker terjadi sama seperti organisme khas yang tidak berdiferensiasi, namun CSC dapat memperbaiki diri dan memisahkan diri menjadi jenis sel yang berbeda dalam pertumbuhan, bertahan dalam kanker dan menyebabkan pengulangan dan dapat bermetastasis. CSC diketahui memainkan peran penting dalam perkembangan kanker payudara. Berbagai faktor yang diketahui terkait dengan peningkatan penyakit payudara termasuk faktor keturunan, faktor ekologi, olahraga, diet, kegemukan, faktor hormonal. Komponen herediter yang disinggung di sini adalah perubahan kualitas BRCA 1, BRCA 2, dan TP53. Berat badan diketahui meningkatkan risiko penyakit payudara, sementara faktor makanan sebenarnya menunjukkan hasil yang bertentangan. Estrogen dan progestin yang digunakan dalam pengobatan substitusi kimia diketahui dapat meningkatkan risiko penyakit payudara melalui bahan-bahannya yang memicu tahap perkembangan. (Cahyawati, 2018)

## 2. Nyeri

### a. Definisi

Nyeri ialah pengalaman sensorik atau antusias yang tidak menyenangkan yang terjadi karena rusaknya jaringan yang nyata digambarkan sejauh kerusakan tersebut. Nyeri yaitu pengalaman nyata multidimensi. Peristiwa ini bisa bervariasi dalam kekuatan (ringan, sedang, serius), kualitas (kasar, seperti terbakar, tajam), durasi (sementara, terputus-putus, konstan), dan menyebar (superfisial atau mendalam, terbatas atau menyebar). Walaupun nyeri adalah sensasi, ia memiliki segmen psikologis dan gairah, yang digambarkan sejauh penderitaan. Nyeri juga diidentifikasi dengan refleksi penghindaran dan perubahan hasil otonom. (Bahrudin, 2018) nyeri juga disebut perasaan yang menjengkelkan serta sangat individual yang sulit diberikan untuk orang lain. Nyeri bisa menghabiskan semua pemikiran seseorang, mengendalikan kegiatannya, serta merubah kehidupan individu tersebut. Peningkatan nyeri bisa berupa peningkatan fisik ataupun mental, sementara kerusakan bisa terjadi di jaringan nyata atau dalam kapasitas diri individu (Afnijar Wahyu, 2018a)

### b. Penyebab Nyeri pada Pasien

Nyeri adalah manifestasi umum serta melumpuhkan pada pasien penyakit payudara dan mencakup nyeri pasca operasi, nyeri payudara berkaitan pada kemoterapi dan radiasi. Nyeri yaitu

permasalahan khas pada pasien kanker, khususnya di awal tidak beberapa tahun setelah pengobatan. Dalam jangka panjang, sekitar 5% hingga 10% pasien mengalami efek buruk dari sakit terus-menerus dan menangani nyeri ini dapat menjadi masalah klinis yang berlarut-larut. Pasien penyakit kanker pada umumnya akan mengalami lebih banyak penderitaan terapi perawatan kanker, misalnya, radiasi atau nyeri yang terkait penyakit menambah kesedihan, gangguan tidur, dan kepuasan pribadi berkurang untuk beberapa pasien kanker. (Putri & Rahayu, 2019)

### 3. Terapi Relaksasi Benson

#### a. Definisi

Teknik Relaksasi Benson yaitu relaksasi yang digabungkan sesuai kepercayaan yang pasien pegang, relaksasi Benson akan menghalangi gerakan saraf yang bisa mengurangi penggunaan oksigen oleh tubuh dan kemudian otot-otot tubuh menjadi kendur, mengakibatkan perasaannya tenang dan nyaman. Relaksasi Benson adalah pengembangan dari teknik reaksi pelepasan dengan memasukkan faktor keyakinan pasien, yang bisa membangun suasana batin sehingga mendorong pasien mencapai keadaan kesejahteraan dan kemakmuran yang lebih tinggi. Terapi Relaksasi Benson mencakup komponen keyakinan sebagai ekspresi keyakinan yang dipegang oleh pasien. (Technische Universität München, 2018) relaksasi Benson ialah peningkatan strategi reaksi pelepasan

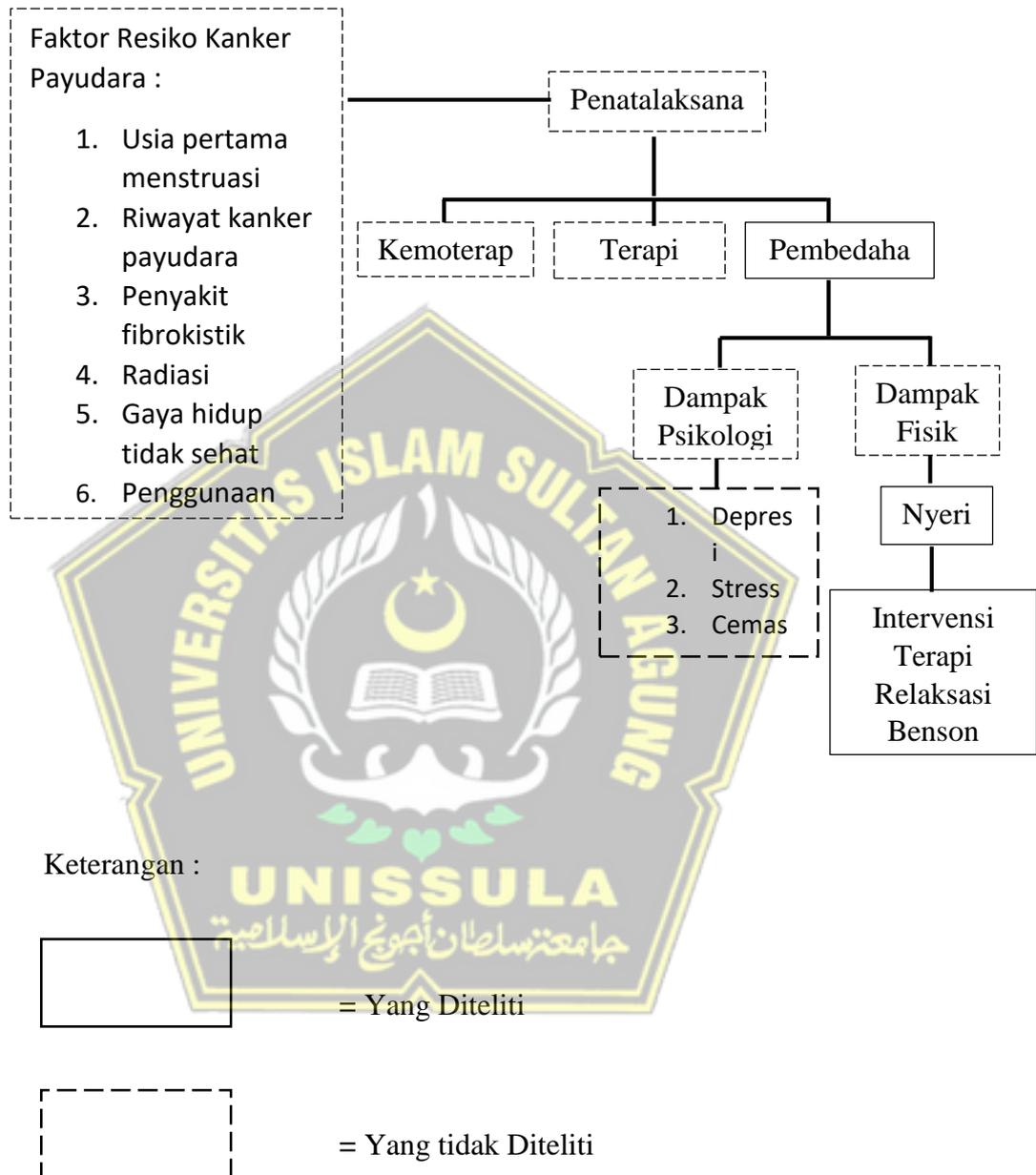
dengan memasukkan faktor keyakinan pasien, yang membangun suasana batin maka mendorong pasien mencapai keadaan kesejahteraan serta kemakmuran yang lebih tinggi. Reaksi pelepasan termasuk faktor keyakinan pasien, yang dapat membentuk iklim batin maka mendorong pasien mencapai keadan kesehatan dan kesejahteraan lebih tinggi. (Rilantono, 2018) Relaksasi Benson adalah prosedur klinis untuk mengurangi rasa sakit, gangguan tidur (tidak bisa istirahat) atau ketegangan. Teknik pengobatan ini penting untuk pengobatan spiritual. Dalam strategi ini, perawatan sepenuhnya dapat disesuaikan, sangat baik diselesaikan dengan arahan seorang tutor, secara bersamaan atau individu. Strategi ini merupakan upaya untuk membidik konsentrasi dengan mengulang kalimat-kalimat ritual dan memfokuskan pikiran yang mengalihkan. Strategi perawatan ini harus dimungkinkan tiga puluh menit dua kali setiap hari. Salah satunya pelaksanaan nyeri non farmakologi pada pasien post oprasi adalah teknik rileksasi, Menurut Benson (1975) relaksasi adalah metodologi untuk membantu orang-orang dengan mengelola keadaan yang mengganggu, rasa sakit, meredakan ketegangan otot serta bisa gangguan istirahat bisa diperbaiki. Relaksasi ialah prosedur kognitif yang memberikan pemulihan fisik dan mental ataupun mengurangi rasa sakit hingga diambang nyeri (Warsono et al., 2019)

#### b. Manfaat Terapi Relaksasi Benson

Manfaat Benson yang menenangkan telah ditampilkan untuk menyeimbangkan kondisi terkait tekanan seperti kebencian, ketegangan, disritmia kardiovaskular, nyeri terus-menerus, kesengsaraan, hipertensi dan gangguan tidur dan memicu sensasi ketenangan. (Technische Universtität München, 2018) relaksasi Benson secara signifikan lebih mudah dilakukan pada keadaan apa pun dan tidak mempunyai efek sampingan. Selain itu, keuntungan dari prosedur relaksasi lebih gampang dilakukan oleh pasien, bisa mengurangi biaya klinis, serta bisa dimanfaatkan guna mencegah tekanan, bahwasannya manfaat relaksasi Benson adalah menurunkan rasa sakit, menangani masalah istirahat (gangguan tidur), menangani kegelisahan, dan lainnya. Manfaat menunjukkan strategi relaksasi Benson kepada pasien prosedur medis berotot yang sudah tidak ada lagi mendapat obat analgesik sistemik menandakan skor distres yang rendah, skor nyeri rendah, serta insomnia yang sedikit. (Rilantono, 2018)

**B. Kerangka Teori**

**Skema 2.1 Kerangka Teori**



### C. Hipotesa

Ha : Ada pengaruh terapi relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pasien post operasi kanker payudara di rumah sakit

H0 : Tidak ada pengaruh terapi relaksasi benson terhadap penurunan nyeri pasien post operasi kanker payudara di rumah sakit



## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Kerangka Konsep

##### Skema 3.0.1 Kerangka Konsep

*Variable Independent*

*Variable Dependent*



#### B. Variabel Penelitian

Penelitian itu sendiri ada dua variabel yaitu variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*). Penelitian ini mengambil variabel ;

1. Variabel dependent (terpengaruh) Variabel bebas pada penelitian ini yaitu Terapi Relaksasi Benson.
2. Variabel independent (mempengaruhi) Variabel terikat pada penelitian ini yaitu Nyeri Pasien post Operasi Kanker Payudara

### C. Jenis dan Desain Penelitian

Peneliti memilih jenis penelitian kuantitatif, dengan desain *pre eksperimental one group pre test-post test design*. *Pre-experimental design* adalah rencana yang belum benar-benar diuji, mengingat masih ada faktor luar yang menambah pengembangan variabel dependen. Jadi hasil eksperimennya sebagai variabel terikat tidak secara eksklusif dipengaruhi oleh variabel bebas. Ini terjadi karena tidak ada variabel kontrol, serta sampel tidak dipilih sembarangan. Untuk *one group pre test-post test design* ialah desain penelitian untuk pretes sebelum diberi tretmen dan posttes setelah diberi tretmen (Sugawara & Nikaido, 2014) . Pada penelitian ini akan menghubungkan variabel bebas yaitu Terapi relaksasi benson dengan variabel terikat Nyeri Pasien post Operasi kanker Payudara di RSISA. Rancangan peneltian *one group pre test-post test design* bisa diketahui sebagai berikut.

01 X 02

Keterangan :

01: Pre Test → sebelum diberi perlakuan / intervensi

X: Memberikan intervensi terapi relaksasi benson

02: Post Test → sesudah diberi perlakuan / intervensi

## D. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi

Populasi yaitu perkumpulan orang ataupun objek yang dapat diperkirakan sebagai ciri penelitian (Hidayat, 2018; Suriani, 2019)

Penelitian dilakukan di RS Islam Sultan Agung, Semarang selama bulan November hingga Desember 2021. Populasi pasien kanker di tempat penelitian yaitu 55 pasien.

### 2. Sampel

Sampel dilakukan dengan menggunakan teknik pemeriksaan *consecutive sampling*, khususnya peneliti mengambil sampel yang memenuhi standar yang ditentukan hingga terpenuhinya jumlah sampel

### 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dengan metode *Purposive sampling* dengan kriteria sampel sebagai berikut. Berdasarkan penelitian (Afnijar Wahyu, 2018) didapatkan rumus sampel :

$$n = \frac{[Z_{1-\alpha/2} + Z_{1-\beta}] \times \sigma}{(\mu_1 - \mu_2)}$$

$$n = \frac{3,24 \cdot 0,5 (6,057 + 10,33)}{}$$

$$(4,55 - 3,00)$$

$$n = 26,54694$$

---


$$1,55$$

$$n = 17,127 = 17$$

Keterangan :

n = jumlah sampel

$Z_{1-\alpha/2}$  = standar normal deviasi untuk  $\alpha$  (1,96 dengan  $\alpha$  0,05)

$Z_{1-\beta}$  = standar normal untuk  $\beta$  (1,282 dengan power of test 90%)

$\mu_1 - \mu_2$  = beda mean yang dianggap bermakna secara klinik sebelum dan setelah perlakuan

$\sigma$  = estimasi standar deviasi dari beda mean data pre test dan post test berdasarkan literatur atau dengan rumus  $\frac{1}{2}(\text{SD sebelum} + \text{SD setelah})$

Dari rumus diatas dapat total sampel sebanyak 17 responden dalam mengantisipasi *drop out* pada proses penelitian, sehingga cenderung sampel akan berkurang dan memerlukan antisipasi dengan memperbesar tafsiran jumlah sampel. Adapun rumus untuk memperbesar tafsiran sampel.

Drop out 10%

$$n' = \frac{n}{1-f}$$

$$= \frac{17}{1 - 0,1}$$

=18,88 dibulatkan jadi 19 responden

Keterangan :

n = jumlah sample

f = prediksi prosentase drop out (10%)

Berikut kriteria inklusi dan eksklusinya

a. Kriteria inklusi

Model atau pedoman yang sebelumnya ditentukan dalam penyelidikan.

Kriteria inklusi digunakan untuk memutuskan apakah seseorang dapat mengambil minat dalam penyelidikan ini. Kriteria inklusi pada penelitian ini, yaitu :

- 1) Pasien post operasi kanker payudara hari ke dua
- 2) Sedang mengalami Nyeri rendah ataupun sedang
- 3) Berada di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang

4) Bersedia dan mau menjadi responden dan mengikuti prosedur yang ada

b. Kriteria eksklusi

Kriteria di mana subjek eksplorasi tidak membahas sampel karena tidak memenuhi kebutuhan sebagai sampel penelitian ;

- 1) Pasien tidak kooperatif; tidak mengikuti kegiatan yang ada secara penuh
- 2) Pasien mengalami gangguan komunikasi
- 3) Pasien mengalami gangguan kognitif

**E. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan oleh peneliti di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang dan akan dilaksanakan selama dua bulan yakni pada bulan November hingga Desember 2021

**F. Definisi Operasional**

No.	Variabel	Definisi Operasional	Instrumen	Kategori	Skala
1.	Terapi Relaksasi Benson	Relaksasi Benson ialah perkembangan metode respon relaksasi pernafasan dengan melibatkan faktor keyakinan pasien	SOP	-	-

2.	Nyeri terhadap pasien post operasi kanker payudara	Nyeri adalah suatu fenomena yang mengakibatkan respon fisik dan respon emosional dari individu	Kuesioner skala nyeri Visual Analog Scale (VAS)	a. Nyeri Ringan = Interval 0 sampai 3 b. Nyeri Sedang = 4 sampai 6 c. Nyeri Berat = 7 sampai 9 d. Nyeri Sangat Berat = 10
----	--	--	---	--

---

**Tabel 3. 1 Definisi Operasional**

### **G. Instrumen / Alat Pengumpulan Data**

#### 1. Instrument Penelitian

Instrumen penelitian yang dipakai yaitu angket ataupun kuisoner sebagai berbagai pertanyaan yang dilakukan dalam menghasilkan informasi dari responden atau pasien dalam arti laporan individu atau hal-hal lain yang perlu diketahui. Angket adalah strategi mengumpulkan data yang diakhiri dengan memberi pertanyaan yang sudah dirinci kepada responden untuk dijawab. Jenis kuisoner ini tertutup, dimana jawaban sudah diberikan sehingga responden tinggal memilih. Dalam kuisoner yang digunakan dalam penyelidikan membutuhkan skala estimasi.

#### 2. Uji Instrument Penelitian

##### a. Uji Validitas

Validitas ialah suatu file yang menandakan bahwa alat pengukuran yang mengukur apa yang ditaksir. Untuk melihat bahwa instrumen dapat melakukan estimasi yang sesuai, penting untuk

menguji hubungan antara skor (nilai) setiap hal (pertanyaan) dan skor total kuisioner. Suatu instrumen disebut valid apabila keterkaitan setiap hal mempunyai nilai positif dan nilai  $r$  hitung  $> r$  tabel.

Instrumen pada penelitian ini adalah lembar observasi VAS (*Visual Analogue Scale*) yang sudah terstandar sebelumnya sehingga tidak perlu dilakukan uji validitas kembali. Telah dilakukan uji validitas pada empat instrumen untuk mengukur intensitas nyeri termasuk *Visual Analogue Scale* terhadap 173 pasien orang dewasa Tionghoa yang menunjukkan hasil bahwa keempat instrumen memiliki validitas yang baik yakni  $r = 0,89-0,96$ . Hal ini menunjukkan bahwa instrumen ini valid untuk digunakan.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas ialah catatan dalam menandakan seberapa jauh suatu instrumen penaksir bisa dipercaya ataupun diandalkan. Dengan menampilkan sejauh mana hasil estimasi tetap dapat diandalkan atau tetap fundamental (konsisten) ketika setidaknya dua perhitungan dibuat dari hasil yang serupa, memakai instrumen perhitungan yang serupa. Instrumen yang bisa diandalkan yaitu instrumen yang apabila dipakai berulang kali untuk mengukur artikel serupa, akan menghasilkan data serupa. Reliabilitas diukur menggunakan pemrograman PC dengan persamaan *cronbach* . Suatu variabel dinyatakan reliabel jika memberikan nilai Cronbach  $> 0.60$ ..

instrumen *Visual Analogue Scale* telah dilakukan uji reliabilitas *cronbach's  $\alpha$*  terhadap 173 pasien dewasa Tionghoa yang menunjukkan hasil bahwa *Intraclass Correlation Coefficient (ICC)* 0,673-0,825. Hal ini menunjukkan bahwa kuesioner ini telah memenuhi keandalan alat ukur atau reliabel untuk digunakan.

#### H. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data yaitu suatu metodologi dengan mendekati subjek dan cara yang paling umum untuk mengumpulkan atribut-atribut subjek yang dibutuhkan dalam suatu pengamatan (Saufi, 2018)

##### **Langkah langkah pengumpulan data :**

- a. Peneliti menyarankan untuk mengurus surat permohonan izin studi pendahuluan serta penelitian pada bagian akademik Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Agung Semarang
- b. Sesudah mendapat surat permohonan studi pendahuluan kemudian surat di tujukan ke pihak pimpinan Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.
- c. Sesudah mendapat ijin dari pihak Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang peneliti memberi penjelasan kepada pihak RSISA terkaity tujuan penelitian di tempat tersebut.
- d. Peneliti menentukan sampel sesuai dengan populasi yang ada di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.
- e. Setelah itu peneliti melakukan pengajuan permohonan kepada sampel untuk bersedia menjadi responden

- f. Peneliti memberikan penjelasan kepada respondennya terkait tujuan ,manfaat dan prosedur penelitiannya. Jika bersedia menjadi responden maka harus menandatangani inform konsen.
- g. Selanjutnya peneliti menjelaskan apa terapi relaksasi benson dan bagaimana prosedur terapi tersebut
- h. Lalu peneliti menjelaskan tentang skala nyeri yang peneliti gunakan yaitu *Visual Analog Scale*
- i. Sebelum melakukan terapi, peneliti menanyakan terlebih dahulu dengan memperlihatkan skala nyeri dan pasien menentukan tingkat nyeri yang dialami sebelum terapi dilakukan. Terapi dilakukan 2x15 menit
- j. Setelah itu peneliti menuntun atau mengajarkan secara perlahan pasien untuk melaksanakan terapi hingga terapi selesai.
- k. Setelah selesai diberikan terapi, pasien diberikan skala nyeri untuk menentukan tingkat nyeri pasien setelah dilakukan terapi

## **I. Rencana Analisis Data**

### **1. Pengolahan Data**

Pengolahan data ialah suatu tahapan yang signifikan. Hal ini dikarenakan informasi yang didapat secara langsung dari eksplorasi tersebut masih mentah, tidak memberikan data yang tidak layak untuk diperkenalkan (Nasehudin et al, 2012). Langkah pengolahan data dilengkapi dengan langkah berikut :

#### *a. Editing*

Hasil kustom dari lapangan harus diubah terlebih dahulu. Pada

umumnya, editinh adalah gerakan untuk memeriksa dan memperbaiki. Jika ada data yang kurang lengkap, memungkinkan untuk mengumpulkan data lagi untuk menyelesaikan data. Namun, dengan asumsi itu di luar imajinasi, data yang tidak memadai tidak ditangani atau diingat untuk menyiapkan "*data missing*"

*b. Cleaning*

Peneliti mengoreksi data dalam mengetahui pemenuhan dan kebenaran melengkapi kuisoner. Ditujukan di tempat pengumpulan data di RS Islam Sultan Agung Semarang, jika ada kekurangan akan dilengkapi segera.

*c. Coding*

Pengkodean mengubah data sebagai kalimat menjadi angka..

*d. Entry*

Data entry ialah pergerakan menginput data yang sudah terkumpul ke dalam tabel pakar atau data PC, lalu pada saat itu membuat distribusi frekuensinya.

*e. Tabulating*

Tabulating iaalah pengenalan informasi secara merata untuk memudahkan pembaca memahami laporan pemeriksaan. Fase terakhir dari tindakan pengolahan data

## 2. Analisis Data

### a. Analisis Univariat

Analisis univariat dimaksudkan sebagai penjelasan yang bisa digunakan untuk menggambarkan karakteristik tiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariat berdasarkan jenis data tersebut. Untuk data numerik disajikan menggunakan mean dan standar deviasi atau median dan nilai minimum maksimum. Sementara untuk data kategorik disajikan dalam distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel tersebut.

### b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan guna menganalisa perbandingan pemberian Terapi Relaksasi Benson pada pasien post operasi kanker payudara dan sebelum pemberian Terapi Relaksasi Benson pada pasien post operasi kanker payudara dalam penurunan tingkat nyeri pasien dengan menggunakan *Wilcoxon*. Sebelum dilakukan uji *Wilcoxon*, dilakukan uji Normalitas terlebih dahulu.

## J. Etika Penelitian

### 1. Prinsip manfaat

#### a. Bebas dari penderitaan

Analisis perlu melakukannya tanpa membuat subjek mengalami, terutama jika menggunakan langkah-langkah khusus

#### b. Bebas dari eksploitasi

Dukungan subjek, kondisi yang merepotkan wajib dihindari. Subjek harus diyakini atau data tidak digunakannya data yang diberikan pada sesuatu yang bisa merugikan subjek dalam struktur apapun.

c. Risiko

Analisis harus mempertimbangkan secara hati-hati bahaya serta keuntungan yang akan ditimbulkan dari setiap kegiatan.

2. Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia

a. Hak untuk ikut atau tidak ikut menjadi responden

Subyek harus ditangani dengan altruistik. Selanjutnya, memiliki pilihan apakah mereka akan menjadi subjek eksplorasi atau tidak, tanpa otorisasi.

b. Hak untuk mendapat jaminan dari perlakuan yang diberikan

Analisis memberikan klarifikasi seluk beluk dan bertanggung jawab apabila sesuatu terjadi pada subjek.

c. *Informed consent*

d. Subyek diharuskan mendapatkan data total tentang alasan dilakukannya penelitian, berhak mengambil bagian secara terbuka atau menolak menjadi responden. Dalam persetujuan terpelajar, penting juga untuk menyatakan bahwa informasi yang diperoleh dapat digunakan untuk pergantian peristiwa yang logis.

3. Prinsip Keadilan

a. Hak untuk mendapatkan pengobatan yang adil

Subyek diharuskan ditangani dengan baik dan lama sebelumnya, selama dan setelah kerja sama mereka dalam ujian dengan tidak ada pemisahan jika kebetulan, mereka tidak setuju ataupun dilarang dari penyelidikan

b. Hak dijaga kerahasiaanya

Subjek memiliki pilihan untuk menuntut agar informasi yang diberikan harus dirahasiakan, untuk itu penting untuk menjadi misterius dan pribadi.



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menjelaskan mengenai pengaruh terapi relaksasi benson terhadap nyeri pasien post operasi kanker payudara di RSI Sultan Agung Semarang yang telah dilaksanakan pada tanggal 17 November 2021 – 20 Desember 2021. Jumlah responden sebanyak 19 pasien post operasi kanker payudara. Untuk penelitian tingkat nyeri menggunakan kuesioner yang telah diuji validitas dan reabilitas.

#### A. Analisa Univariat

##### 1. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini yaitu pasien kanker payudara di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Responden dalam penelitian ini adalah sebanyak 19 pasien. Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia dan pendidikan. Rincian masing masing karakteristik responden dalam penelitian ini dapat dilihat di bagian table berikut :

##### a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

**Tabel 4 1 Karakteristik Responden berdasarkan usia**

Usia (Tahun)	frekuensi	Presentase (%)
Dewasa Akhir (36-45)	7	36,8
Lansia Awal (46-55)	9	47,3
Lansia Akhir (56-65)	3	15,7
<b>Total</b>	19	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan responden terbanyak yaitu

berusia 46-55 tahun dengan jumlah 9 pasien dan dengan presentase 47,3%.

Sedangkat untuk usia 36-45 sebanyak 7 pasien dengan presentase 36,8% dan untuk usia 56-65 terdapat sebanyak 3 pasien dengan presentase 15,7%

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Responden

**Tabel 4 2 Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan**

Tingkat Pendidikan	frekuensi	Presentase (%)
SD	5	26,3
SMP	6	31,6
SMA	8	42,1
<b>total</b>	19	100

Berdasarkan tabel pendidikan diatas diperoleh data tentang pendidikan pasien. Hasil penelitian menandakan responden terbanyak mempunyai pendidikan SMA dengan jumlah 8 dan dengan presentase sebanyak 42,1%. Sedangkan untuk pasien yang berpendidikan SD sebanyak 5 pasien dengan presentase 26,3% dan untuk SMP sebanyak 6 pasien dengan presentase 31,5%

**B. Variable Penelitian**

a. Presentase Pasien Kanker Payudara Berdasarkan Tingkat Nyeri

**Tabel 4 3 Presentae Tingkat Nyeri**

	Tingkat Nyeri	frekuensi	Presentase (%)
sebelum	Nyeri Ringan	1	5,3
	Nyeri Sedang	9	47,4
	Nyeri Berat	9	47,4
	<b>Total</b>	19	100
sesudah	Ringan	5	26,3
	Sedang	10	52,6
	Berat	4	21,1
	<b>Total</b>	19	100

Berdasarkan tabel diatas. Didapatkan data tentang presentase pasien kanker dengan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian terapi. Hasil

penelitian menyatakan pasien kanker payudara sebelum dilakukan terapi yang mempunyai tingkat nyeri sedang yaitu 9 pasien dengan presentasi 47,4% dan dengan tingkat nyeri berat 9 pasien dengan presentase 47,4% dan pasien kanker payudara setelah dilakukan terapi yang mempunyai tingkat nyeri sedang meningkat menjadi 10 pasien dan yang tinggi berkurang menjadi 5 pasien

### C. Analisa Bivariat

Analisa bivariate pada penelitian ini dilakukan guna mengetahui hipotesis penelitian yaitu apakah terdapat pengaruh terapi relaksasi benson terhadap tingkat nyeri pasien post operasi kanker payudara

Analisa dalam penelitian ini menggunakan uji *Shapiro Wilk*, namun sebelum itu dilakukan uji normalitas data

#### 1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena data kurang dari 50, tingkat nyeri sebelum diberikan terapi relaksasi benson didapatkan hasil 0.000 dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson didapatkan nilai dengan hasil 0.002. sehingga kesimpulan hasilnya yaitu jika nilai p value  $<0.05$  yang menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal sehingga menggunakan uji *wilcoxon* untuk melakukan olah data. Dan jika hasil normal artinya hasil  $<0.05$  maka olah data menggunakan uji *paired t-test*

#### 2. Perbedaan rata-rata nilai nyeri sebelum dan sesudah diberikan Terapi Relaksasi Benson pada Pasien Post Operasi Kanker Payudara

**Tabel 4 4 Analisa Bivariat**

<b>Intervensi</b>	<b>Mean±SD</b>	<b>Median</b>	<b>IK 95%</b>	<b>P</b>
Sebelum (n=19)	1.94±0.607	2.00	2.13±1.61	0.003
Sesudah (n=19)	1.94±0.705	2.00		

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan hasil uji *Wilcoxon* rata-rata nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson sebesar 1.94. hasil uji *Wilcoxon* juga dihasilkan hasil P value 0.003 yaitu  $>0.05$  dengan demikian maka kesimpulannya adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson.



## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Pembahasan penelitian pada bab ini dijelaskan dan dibandingkan dengan penelitian yang didapatkan terkait dampak terapi relaksasi benson terhadap nyeri pasien post operasi kanker payudara di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang dengan teori dan penelitian sebelumnya yang sudah dijelaskan di tinjauan teori. Hasil yang akan dibahas dalam bab ini mencakup analisa karakteristik responden yang meliputi usia responden dan pendidikan terakhir responden. Analisa variabel penelitian (tingkat nyeri), analisa bivariat (nyeri pada pasien post operasi kanker payudara di RSI Sultan Agung Semarang), keterbatasan dari penelitian dan implikasi untuk keperawatan.

#### **A. Analisa Univariat**

##### **1. Karakteristik responden berdasarkan umur**

Pertumbuhan kanker payudara terkadang bisa dideteksi pada wanita di atas dua puluh tahun saat remaja, risiko penyakit payudara mulai meningkat setelah usia 25 dan peningkatan pada wanita berusia 35-50. (Juwita & , Almahdy, 2018) Penyakit kanker payudara biasanya dapat terdiagnosis pada perempuan berusia lebih dua puluh tahunan dan pada saat remaja, perkembangan risiko kanker payudara mulai meningkat setelah umur 25 tahun dan meningkat pada wanita usia 35–50. Pada penelitian ini variabel umur banyak yang mengalami kanker payudara pada rentang usia 41-60 tahun, hal ini berdasarkan hasil penelitian yang

dilakukan oleh (Handayani & Udani, 2016), bahwa orang yang lebih tua mengalami penurunan fungsi tubuh yang 46 mengakibatkan peningkatan kejadian kanker di usia > 40 tahun. Seiring bertambahnya usia, ada kumpulan umum faktor risiko, kecenderungan komponen perbaikan sel menjadi kurang efektif seiring bertambahnya usia. Di negara-negara agraris, misalnya Indonesia, usia sangat menentukan jika terjadi kanker payudara, di mana sebagian besar penderita penyakit payudara berusia di atas 40 tahun. (Solikhah, 2019)

## **2. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir**

Selain usia, tingkat pendidikan dapat mempengaruhi pengetahuan dan praktik deteksi dini kanker payudara. Tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi atau mendukung tingkat pengetahuan seseorang dan taraf pendidikan yang rendah selalu berhubungan dengan informasi dan pengetahuan terbatas (Fatimah, 2018). Semakin tinggi pendidikan seseorang semakin tinggi pula pemahaman seseorang terhadap informasi yang didapat dan pengetahuannya pun akan semakin tinggi (Juwita&,Almahdy,2018). Penderita kanker payudara yang memiliki penyebaran paling banyak dimiliki pasien berpendidikan tinggi. Temuan ini terjadi karena pada orang dengan berpendidikan tinggi memiliki pengetahuan tentang kanker payudara yang lebih banyak sehingga mereka cenderung lebih mengerti akan kesehatannya dan mendapatkan pelayanan kesehatan serta melakukan pemeriksaan secara

menyeluruh sehingga lebih banyak kasus metastasis yang terdeteksi (Marpaung et al., 2018)

## **B. Analisa Bivariat**

### **Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Nyeri Pasien Post Operasi Kanker Payudara**

Nyeri dapat terjadi pada pasien post operasi kanker payudara diakibatkan karena luka bekas operasi yang menimbulkan ketidaknyamanan. Perawatan relaksasi Benson dapat mengurangi tingkat kejengkelan seseorang setelah prosedur medis penyakit payudara. Terapi relaksasi Benson akan menahan kerja saraf yang bisa mengurangi penggunaan oksigen oleh tubuh dan kemudian otot-otot tubuh menjadi kendor atau rileks, menimbulkan sensasi ketenangan dan kenyamanan. Keuntungan dari relaksasi Benson adalah meredakan penderitaan dan gangguan tidur. Berdasarkan klarifikasi yang didukung oleh penelitian terkait relaksasi Benson maka kesimpulannya relaksasi Benson dapat mengurangi daya nyeri (Ristiyanto et al., 2017) rasa nyeri bisa ditangani oleh penatalaksanaan nyeri yang diharapkan bisa meringankan atau mengurangi nyeri yang dirasakan oleh kliennya ke tingkat kenyamanan. Ada dua cara yang berbeda dari penatalaksanaan nyeri, farmakologis dan non-farmakologis.

Peneliti memberikan terapi non farmakologis yang berupa terapi relaksasi benson di jam ke 5 setelah pemberian obat. berdasarkan penelitian terdahulu jika analgetik mempunyai paruh waktu 2 sampai 4 jam. sehingga

sejalan dengan penelitian.(Ramadani,Rahmawati, 2016) Metamizole adalah obat yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit dan antipiretik dari kelompok anak perusahaan pyrazoline. Obat ini diberikan sebagai prodrug atau obat pesaing secara oral, rektal, intramuskular, atau intravena. Awal aktivitas obat setelah pemberian intravena adalah 30 menit dengan jangka waktu obat di dalam tubuh selama 4 jam. Metamizole digunakan dalam ampul dan diberikan secara intravena. Konsumsi obat setelah organisasi oral cepat dan hampir lengkap, dengan bioavailabilitas 85% dan periode pengelompokan plasma paling ekstrim sekitar 1,2-2 jam. Dalam kasus keracunan atau kelebihan, metamizole dapat dihilangkan dari darah dengan hemodialisis. Pada komponen tersebut, metamizole akan dihidrolisis menjadi metabolit dinamisnya, khususnya 4-metil-amino-antipirin (4-MAA) dan aminoantipirin (AA). Metabolit ini akan dikeluarkan melalui ginjal dengan waktu paruh 2,5-3,5 jam (Sulistiani et al., 2018)

Terdapat berbagai metode nonfarmakologis untuk meredakan atau mengurangi rasa sakit, salah satunya adalah perawatan relaksasi Benson. Relaksasi Benson adalah pengembangan dari strategi relaksasi pernapasan yang mendalam dengan memasukkan faktor keyakinan pasien yang bisa menciptakan suasana tenang sehingga bisa membantu pasien mencapai kondisi kesejahteraan dan kemakmuran yang lebih tinggi. Relaksasi Benson bekerja dengan memindahkan konsentrasi seseorang dengan membuat udara yang menyenangkan dan tubuh yang santai, tubuh akan memperluas jalur hilangnya rasa sakit endogen, ini dibangun dengan adanya kalimat atau

mantra yang memiliki efek menenangkan. Keuntungan dari strategi relaksasi Benson adalah lebih mudah dilakukan oleh pelanggan dan dapat mengurangi biaya klinis. (Afnijar Wahyu, 2018)

Penelitian yang sudah dilakukan didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh terapi relaksasi benson terhadap nyeri pasien post operasi kanker payudara dengan hasil menunjukkan bahwa hasil p value 0.003 lebih kecil 0.005. artinya,  $H_0$  diterima yang bermakna terdapat pengaruh terapi relaksasi benson terhadap nyeri pasien post operasi kanker payudara, dan juga bisa mendapatkan hasil kurang dari 0.005 dikarenakan pemilihan pemberian waktu terapi non farmakologis menunggu paruh waktu dari analgetik berkurang sehingga terapi non farmakologis yang diberikan bisa terlihat perbedaan dari sebelum dan sesudah pemberian terapi non farmakologi. Sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh terapi relaksasi benson terhadap nyeri pasien post operasi kanker payudara. Hal ini sesuai penelitian (Ristiyanto et al., 2017) yang mengatakan bahwa intensitas nyeri setelah intervensi relaksasi Benson berkurang, hasilnya secara umum (62,5%) dengan tingkat nyeri yang lebih rendah. Selain itu, berdasarkan penelitian (Renaldi, 2020) sesudah diberikan perawatan Relaksasi Benson, banyak yang mengalami penurunan tingkat nyeri. Sebagian besar responden mengalami lebih sedikit rasa sakit yang luar biasa setelah mendapatkan perawatan Relaksasi Benson yang baru-baru ini mengalami tingkat keparahan nyeri yang sedang. Menurunnya tingkat nyeri dengan sedikit memperhatikan tingkat pendidikan dan usia menunjukkan bahwa tidak

semua responden yang mempunyai tingkat pendidikan tidak mengalami rasa nyeri, seperti halnya responden dengan tingkat pendidikan yang rendah juga dapat mengalami rasa nyeri yang sedang. Serta juga sejalan dengan penelitian (Manurung, 2019) yang mengatakan ada perbedaan perbedaan skala nyeri post Appendixotomy di RSUD Porsea setelah dilakukan Teknik Relaksasi Benson.

Terapi relaksasi benson merupakan teknik pengobatan nonfarmakologis yang efektif menurunkan intensitas nyeri jika diberikan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur. Teknik relaksasi tersebut juga membuat suasana hati lebih nyaman dan tenang. Dan pasien juga bisa melakukan sendiri tanpa bantuan orang lain.



### C. Keterbatasan Penelitian

1. Peneliti kesulitan mendapatkan responden post operasi kanker payudara dikarenakan pandemic, sehingga peneliti memerlukan waktu yang cukup lama untuk mendapatkan responden yang sesuai dengan kriteria peneliti
2. Peneliti tidak bisa mengontrol waktu pemberian obat analgetik di pasien
3. Peneliti memiliki lokasi yang kurang luas dan sampel kurang begitu banyak
4. Peneliti kekurangan variable, yang mungkin bisa ditambahi

### D. Implikasi Keperawatan

5. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan  
 Bagi pelayanan kesehatan ini sebagai pertimbangan dalam memberikan intervensi dan manajemen aktif yang bertujuan untuk memperhatikan tingkat nyeri pada pasien kanker dan dapat termotivasi dalam pengobatan.
6. Bagi Masyarakat  
 Bagi masyarakat lebih tau akan timbulnya gejala-gejala penyakit kanker payudara, dan masyarakat lebih mengutamakan hidup sehat, rajin berolahraga dan makan makanan yang sehat.
7. Bagi Profesi  
 Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dalam upaya peningkatan pelayanan kesehatan terutama pada pasien kanker payudara yang mengalami tingkat nyeri dalam menjalani pengobatan.

## BAB VI

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Pada karakteristik usia, usia terbanyak mengalami kanker payudara adalah usia 46-55 tahun, 9 responden (52,6%). Dan pasien kanker payudara semua diderita pasien perempuan, dan karakteristik pendidikan tertinggi pada sekolah dasar (SMA) sejumlah 8 responden (42,1%)
2. Pada karakteristik tingkat nyeri pasien post operasi kanker payudara terbanyak pada tingkat nyeri sedang dan berat 18 responden (94,8%)
3. Ada pengaruh terapi relaksasi benson terhadap nyeri pasien post operasi kanker payudara dengan  $\rho$  value = 0.003

#### B. Saran

1. Bagi Pasien Kanker dan keluarga

Diharapkan pada pasien post operasi kanker payudara dalam menjalani pengobatan akan memiliki jiwa yang kokoh terhadap infeksi yang dialaminya dan tetap ingin sembuh. Juga bagi keluarga untuk mengetahui tentang penyakit payudara melalui sumber data layanan kesehatan.

2. Bagi Perawat

Diharapkan bagi perawat agar memberikan penyuluhan atau informasi pada pasien kanker payudara tentang pentingnya deteksi dini dan dapat lebih memotivasi dalam menjalani pengobatan.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan jumlah responden lebih besar, dan untuk variabelnya bisa ditambahi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Affan, A., Razali., R., Herda Ariyani, Muhammad Nazemi, Hamidah, M. K., Febrianti, D. R., Susanto, Y., Niah, R., Latifah, S., Popoola, A., Ganiyu, S., Enikuomihin, O., Bodunde, J., Adedibu, O., Durosomo, H., Karunwi, O., Mohammad Mohsin, S., Nayem, A., Hore, P. K., Kasidal1), Noor Aidawati, D. E. A., Program, Rudrappa, K. B., ... Şenocak, G. (2018). kanker di Indonesia. *Kanker Di Indonesia*, 2(1), 1–11. <https://doi.org/10.1007/s10681-019-2458-6><https://www.researchgate.net/publication/273059476><https://learning.hccs.edu/faculty/joy.marshall/biol-2320-microbiology-lecture-notes/chapter-3-lecture-notes><http://www.gscience.net><http://www.jim.unsyiah.ac.id/>
- Afnijar Wahyu. (2018a). EFEKTIFITAS RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN NYERI PASIEN PASCA SECTIO CAESAREA. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 1–8. <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1120700020921110><https://doi.org/10.1016/j.reuma.2018.06.001><https://doi.org/10.1016/j.arth.2018.03.044><https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1063458420300078?token=C039B8B13922A2079230DC9AF11A333E295FCD8>
- Afnijar Wahyu. (2018b). EFEKTIFITAS RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN NYERI PASIEN PASCA SECTIO CAESAREA. *Keperawatan Silampari*, 10(1), 279–288.

<http://dx.doi.org/10.1053/j.gastro.2014.05.023><https://doi.org/10.1016/j.gie.2018.04.013><http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29451164><http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC5838726><http://dx.doi.org/10.1016/j.gie.2013.07.022>

Bahrudin, M. (2018). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 13(1), 7.

<https://doi.org/10.22219/sm.v13i1.5449>

Bakar, A., Suhartatik, S., & Hidayati, L. (2020). Combined benson and dhikr relaxation reduces anxiety and pulse frequency of inpatient cardiacs in hospitals. *International Journal of Pharmaceutical Research*, 12(4), 1747–1753. <https://doi.org/10.31838/ijpr/2020.12.04.250>

Cahyawati, P. N. (2018). Imunoterapi pada Kanker Payudara. *WICAKSANA, Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 2(1), 52–55.

Fatimah, H. R. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku deteksi dini kanker payudara dengan SADARI pada wanita di Kecamatan Tegalrejo Kota Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 99.

Fundación Terram. (2015). Bagaimanakah gambaran asuhan keperawatan pemberian terapi Relaksasi Benson untuk mengatasi gangguan rasa nyaman di wilayah UPT Kesmas Sukawati I Kabupaten Gianyar Tahun 2020. *Nhk 技研*, 151, 10–17.

Han, E. S., & goleman, daniel; boyatzis, Richard; Mckee, A. (2019). Bagaimana Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Deteksi Dini Kanker

Payudara di Asrama Putri KH Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

Handayani, & Udani, G. (2016). Kualitas tidur dan distress pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. *Jurnal Keperawatan*, XII(1), 66–72.

Juwita, D. A., & , Almahdy, R. A. (2018). *Pengaruh Karakteristik Pasien Terhadap Kualitas Hidup Terkait Kesehatan Pada Pasien Kanker Payudara di RSUP Dr.M. Djamil Padang, Indonesia*. 5(2), 126–133.

Kemkes. (2015). Panduan Penatalaksanaan Kanker Payudara. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–50.

<http://kanker.kemkes.go.id/guidelines/PPKPayudara.pdf>

Klungrit, S., Thanasilp, S., & Jitpanya, C. (2019). Supportive care needs: An aspect of Thai women with breast cancer undergoing chemotherapy.

*European Journal of Oncology Nursing*, 41(April 2019), 82–87.

<https://doi.org/10.1016/j.ejon.2019.05.008>

Kumaat, L. T. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Skala. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 5(1), 1–10.

Kurnia Rizki Ramadani, Dewi Rahmawati, A. I. (2016). *KARAKTERISTIK DAN POLA PENGGUNAAN OBAT ANALGESIK NSAID PADA PASIEN PASCA OPERASI DI RSUD ABDUL WAHAB SJAHRANIE SAMARINDA*. 5(June), 1–11.

- Manurung, M. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Skala Nyeri Post Appendixtomy Di Rsu D Porsea. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(2), 61. <https://doi.org/10.34012/jukep.v2i2.541>
- Marpaung, M. R. A., Khambri, D., & Asterina. (2018). Karakteristik Penderita Kanker Payudara dengan Metastasis Jauh Tunggal di Kota Padang Tahun 2014-2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 53(9), 1689–1699.
- NUR YASMIN. (2020). *LITERATUR RIVIEW PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OP KANKER PAYUDARA* (Vol. 2017, Issue 1).
- Prajayanti, E. D., & Sari, I. M. (2017). Relaksasi Benson Mempengaruhi Aspek Psikologis Pada Kualitas Hidup Pasien Pasca Kemoterapi Ca Mamae. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 13(2), 74–77. <https://doi.org/10.26753/jikk.v13i2.212>
- Putri, M. E., & Rahayu, U. (2019). Pemberian Asuhan Keperawatan secara Holistik pada Pasien Post Operasi Kanker Payudara. *Media Karya Kesehatan*, 2(2), 191–203. <https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22761>
- Renaldi, A. (2020). Relaksasi Benson terhadap Tingkat Persepsi Nyeri pada Pasien Post Laparatomy di RSUD Nyi Ageng Serang. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 50–59.
- Rilantono. (2018). *asuhan keperawatan kanker*. 8–24.
- Ristiyanto, E., Hartoyo, M., & Wulandari. (2017). *EFEKTIVITAS TERAPI*

*RELAKSASI SLOW DEEP BREATHING (SDB) DAN RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PASIEN KANKER DI RS TUGUREJO SEMARANG. 801, 1–10.*

Rosida, S. R., Ningsih, W., Melin, W., Kholistiyani, M., & Muhajirin, I. (2020).

Manajemen Nyeri Melalui Imajinasi Terbimbing Dalam Menurunkan Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Post Operasi Kanker Payudara. *Jurnal Keperawatan CARE, 10*(1).

Saufi, M. (2018). PENGARUH RELAKSASI BENSON TERHADAP

PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA SUKOSARI WILAYAH KERJA PUSKESMAS

DAGANGAN KABUPATEN MADIUN. *Высшей Нервной Деятельности, 2*, 227–249.

Solikhah, S. (2019). Skrining Kanker Payudara pada Wanita di Indonesia Breast

Cancer Screening among Indonesian Women. *Jurnal MKMI, 15*(1), 1–9.

Sugawara, E., & Nikaido, H. (2014). Properties of AdeABC and AdeIJK efflux

systems of *Acinetobacter baumannii* compared with those of the AcrAB-TolC system of *Escherichia coli*. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy, 58*(12), 7250–7257. <https://doi.org/10.1128/AAC.03728-14>

Sulistiani, N. D., Ardana, M., & Fadraersada, J. (2018). Studi Penggunaan

Analgesik dan Antibiotik pada Pasien Fraktur. *Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences, 8*(November), 89–96.

<https://doi.org/10.25026/mpc.v8i1.308>

- Suriani, L. (2019). HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN KANKER PAYUDARA DI RSUP DR. WAHIDIN SUDIROHUSODO MAKASSAR. *Time*, 6(3), 198.
- Technische Universität München, L.-M.-U. M. (2018). 濟無No Title No Title. *E-Conversion - Proposal for a Cluster of Excellence*, 6–20.
- Utami, S. S. (2017). ASPEK PSIKOSOSIAL PADA PENDERITA KANKER PAYUDARA : Pendahuluan Metode. 20(2), 65–74.  
<https://doi.org/10.7454/jki.v20i2.503>
- Villela, lucia maria aversa. (2013). Kanker Payudara. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Warsono, W., Fahmi, F. Y., & Iriantono, G. (2019). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Benson terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Cepu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 2(1), 44. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v2i1.244>