

**TERAPI AUTOGENIK TERHADAP KECEMASAN
PASIE CA OVARIUM**

di Ruang Toba – RSUD SAIFUL ANWAR MALANG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



SHINTA MUTIARA CAHYA
(NIM: 202410460110002)

**PRODI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
TAHUN 2025**

**TERAPI AUTOGENIK TERHADAP KECEMASAN
PASIE CA OVARIUM**

di Ruang Toba – RSUD SAIFUL ANWAR MALANG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang Untuk Memenuhi Salah
Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Studi Profesi Ners



SHINTA MUTIARA CAHYA
(NIM: 202410460110002)

**PRODI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
TAHUN 2025**

LEMBAR PENGESAHAN

TERAPI AUTOGENIK TERHADAP KECEMASAN PASIEEN CA OVARIUM

KARYA ILMIAH NERS

Disusun Oleh:

SHINTA MUTIARA CAHYA

(NIM: 202410460110002)

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang tanggal 02 Juli 2025 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang

DEWAN PENGUJI

- Penguji I : Aini Alifatin, S.Kep., M.Kep.
NIDN: 0702127002 (.....)
- Penguji II : Ika Rizki Anggraini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN: 0704128705 (.....)
- Penguji III : Ns. Henny Dwi Susanti, M.Kep., Sp. Kep.Mat.,PhD
NIDN: 0723097503 (.....)

Ditetapkan di Malang,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Malang



Dr. apt. Hidayah Rachmawati, S.Si., Sp.FRS

NIP.UMM. 11406090449


LEMBAR PERSETUJUAN


Judul Karya Ilmiah Akhir Ners : Terapi Autogenik Terhadap Kecemasan Pasien
Ca Ovarium
Nama Lengkap : Shinta Mutiara Cahya
NIM : 202410460110002
Jurusan : Program Studi Profesi Ners FIKES UMM
Universitas/Institut/Politeknik : Universitas Muhammadiyah Malang
Alamat Rumah dan No. Telp/HP : Jl. Ikan Wijinongko, RT 01/RW 03, Link. Wonosari
Sobo, Banyuwangi, Jawa Timur
Alamat Email : shinmutiara02@gmail.com
Dosen Pembimbing : Henny Dwi Susanti, M.Kep.,Sp.Kep.Mat.,PhD
Nama Lengkap dan Gelar :
NIP UMM/NIDN : 112.0704.0451

Menyetujui,
Ketua Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang

Malang, 30 Juni 2025

Dosen Pembimbing I


(Sunardi, S.Kep.,Ns.,M.Kep)
NIP. UMM 11205080425


(Henny Dwi Susanti, M.Kep.,Sp.Kep.Mat.,PhD)
NIP. UMM 112.0704.0451

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Shinta Mutiara Cahya
NIM : 202410460110002
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners UMM
Judul Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners : Terapi Autogenik Terhadap Kecemasan Pasien
Ca Ovarium

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir Ners yang saya tulis ini benar – benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa karya ilmiah ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 30 Juni 2025

Yang Membuat Pernyataan,



Shinta Mutiara Cahya

NIM. 202410460110002

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan bimbingannya saya dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners (KIAN) dengan judul “Terapi Autogenik Terhadap Pasien Ca Ovarium”. KIAN ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Profesi Ners (Ns) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang. Bersama ini perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Bapak Dr. Yoyok Bekti Prasetyo, M.Kep., Sp. Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Bapak Sunardi, S.Kep.Ns., M.Kep selaku Ketua program Studi Ners Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Ibu Henny Dwi Susanti, S.Kep.Ns., M.Kep., Sp. Kep., Mat., PhD selaku dosen pembimbing yang senantiasa memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis.
4. Dosen dan Staf TU Program Studi Ilmu Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
5. Ibu dan teman-teman yang senantiasa tiada henti-hentinya memberikan semangat dan doa bagi penulis.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir

Ners ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis membuka diri untuk segala saran dan kritik yang bersifat membangun demi menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini. Semoga Allah SWT senantiasa memudahkan setiap langkah- langkah kita menuju kebaikan dan selalu mengingatkan kasih sayang-Nya untuk kita semua.



ABSTRAK

TERAPI AUTOGENIK TERHADAP KECEMASAN PASIEN CA OVARIUM DI RSUD Dr SAIFUL ANWAR MALANG

Shinta Mutiara Cahya¹, Henny Dwi Susanti²

Latar Belakang: Kanker ovarium merupakan salah satu jenis kanker yang banyak menyerang perempuan usia lanjut dan sering terdiagnosis pada stadium lanjut. Pasien kanker ovarium kerap mengalami kecemasan yang tinggi, terutama saat menjalani kemoterapi. Intervensi keperawatan nonfarmakologis seperti terapi autogenik dinilai efektif dalam membantu menurunkan kecemasan pasien secara fisiologis dan psikologis.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh terapi autogenik terhadap penurunan kecemasan pada pasien kanker ovarium yang menjalani kemoterapi di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian adalah satu orang pasien kanker ovarium yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi. Intervensi dilakukan dengan menerapkan terapi autogenik selama 10–15 menit, satu kali per hari selama tiga hari berturut-turut. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, serta pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner DASS-21 subskala kecemasan.

Hasil: Setelah intervensi terapi autogenik, skor kecemasan pasien menurun dari kategori berat menjadi normal. Pasien menunjukkan penurunan gejala kecemasan secara signifikan, ditandai dengan ekspresi wajah yang lebih tenang, peningkatan komunikasi, kualitas tidur yang membaik, dan kesiapan mengikuti pengobatan.

Kesimpulan: Terapi autogenik terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan kecemasan pada pasien kanker ovarium. Intervensi ini layak dijadikan sebagai bagian dari asuhan keperawatan holistik, terutama pada pasien yang menjalani perawatan jangka panjang seperti kemoterapi.

Kata Kunci: Kanker Ovarium, Kecemasan, Terapi Autogenik, Kemoterapi, Keperawatan Holistik

ABSTRACT

AUTOGENIC THERAPY FOR ANXIETY IN OVARIAN CANCER PATIENTS AT Dr. SAIFUL ANWAR GENERAL HOSPITAL MALANG

Shinta Mutiara Cahya¹, Henny Dwi Susanti²

Background: Ovarian cancer is one of the most common cancers affecting elderly women and is often diagnosed at an advanced stage. Patients with ovarian cancer frequently experience high levels of anxiety, especially during chemotherapy treatment. Non-pharmacological nursing interventions such as autogenic therapy are considered effective in reducing anxiety both physiologically and psychologically.

Objective: This study aimed to evaluate the effect of autogenic therapy on reducing anxiety levels in a patient with ovarian cancer undergoing chemotherapy at Dr. Saiful Anwar General Hospital, Malang.

Methods: This research used a descriptive approach with a case study design. The subject was one ovarian cancer patient selected based on inclusion criteria. The intervention consisted of autogenic therapy sessions lasting 10–15 minutes, conducted once daily for three consecutive days. Data were collected through observation, interviews, and anxiety level assessment using the DASS-21 anxiety subscale.

Results: After the autogenic therapy intervention, the patient's anxiety score decreased from the severe category to normal. The patient showed a significant reduction in anxiety symptoms, as indicated by a calmer facial expression, improved communication, better sleep quality, and increased readiness to continue treatment.

Conclusion: Autogenic therapy proved to be an effective non-pharmacological intervention in reducing anxiety in a patient with ovarian cancer. This therapy is recommended as part of holistic nursing care, particularly for patients undergoing long-term treatment such as chemotherapy.

Keywords: Ovarian Cancer, Anxiety, Autogenic Therapy, Chemotherapy, Holistic Nursing

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Kanker Ovarium	7
2.1.1. Pengertian Kanker Ovarium	7
2.1.2. Etiologi Kanker Ovarium	7
2.1.3. Tanda dan Gejala Kanker Ovarium	8
2.1.4. Patofisiologi Kanker Ovarium	8
2.1.5. Pathway Kanker Ovarium.....	11
2.1.6. Klasifikasi Kanker Ovarium.....	12
2.1.7. Penatalaksanaan.....	13
2.2 Konsep Kecemasan.....	15
2.2.1 Definisi kecemasan.....	15
2.2.2 Tanda dan Gejala Kecemasan.....	16
2.2.3 Dampak Kecemasan	17
2.2.4 Aspek Fisiologis mengalami Kecemasan	18
2.3 Terapi Relaksasi Autogenik	19
2.4 Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Kecemasan.....	27
BAB III METODELOGI PENELITIAN	41
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	41
3.2 Setting Penelitian	41
3.3 Subjek Penelitian.....	42
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	43

3.5	Metode Analisis Data.....	44
3.6	Etika Penelitian	45
3.7	Kriteria Hasil	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		48
4.1	Laporan Kasus Pengelolaan (Case Description)	48
4.1.1	Deskripsi Kasus.....	48
4.1.2	Analisa Data dan Diagnosa Keperawatan.....	52
4.1.3	Intervensi Keperawatan.....	54
4.1.4	Implementasi dan Evaluasi Pemberian Terapi Autogenik.....	55
4.1.5	Skor Kecemasan Sebelum dan Setelah Terapi Autogenik Selama 3 Hari.....	64
4.2	Pembahasan	65
BAB V PENUTUP		72
5.1	Kesimpulan.....	72
5.2	Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA		73
LAMPIRAN		78



DAFTAR PUSTAKA

- Ali, A. T., Al-Ani, O., & Al-Ani, F. (2023). Epidemiology and risk factors for ovarian cancer. *Przeгляд Menopauzalny*, 22(2), 93–104. <https://doi.org/10.5114/pm.2023.128661>
- Apriliana, M., & Interior, D. (2025). Strategi penerapan atribut desain biofilik dalam interior ruang kemoterapi terhadap kecemasan dan stres pada pasien kanker. *Jurnal Interior*, 8(1), 31–40.
- Astutik, W. P., Lumadi, S. A., & Maulidia, R. (2023). Hubungan perilaku caring perawat dengan tingkat kecemasan pasien kanker yang menjalani kemoterapi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 12(1), 39–49. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v12i1.317>
- Atmojo, P. B. (2023). Pengaruh terapi relaksasi autogenic terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di ruang rawat inap RS Medistra tahun 2022. *Jurnal Interprofesi Kesehatan Indonesia*, 2(3), 347–353. <https://doi.org/10.53801/jipki.v2i3.75>
- Brown, J. S., Amend, S. R., Austin, R. H., Gatenby, R. A., Hammarlund, E. U., & Pienta, K. J. (2023). Updating the definition of cancer. *Molecular Cancer Research*, 21(11), 1142–1147. <https://doi.org/10.1158/1541-7786.MCR-23-0411>
- Cheng, Y. C., Su, M. I., Liu, C. W., Huang, Y. C., & Huang, W. L. (2022). Heart rate variability in patients with anxiety disorders: A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 76(7), 292–302. <https://doi.org/10.1111/pcn.13356>
- D'Souza, M., Bacsu, J., Sharma, A., & Nairy, A. (2025). Culturally sensitive approaches in psychosocial interventions to enhance well-being of immigrant adults diagnosed with breast cancer: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(3), 335. <https://doi.org/10.3390/ijerph22030335>
- Davar, R., & Yalamanchili, M. (2022). Identification of a panel of biomarkers for the early detection of ovarian cancer. *Journal of Student Research: Binghamton, NY, USA*.
- Deckx, L., Chow, K., Askew, D., Driel, M., Mitchell, G., & Akker, M. (2021). Psychosocial care for cancer survivors: A systematic literature review on the role of general practitioners. *Psycho-Oncology*, 30(4), 444–454. <https://doi.org/10.1002/pon.5612>
- Genia, D. I., Ariani, N., Suharti, N., Syamel, M., & Elliyanti, A. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi survival rates pasien yang mendapatkan radioterapi pada kanker ovarium: Systematic review. *Jurnal Sains, Teknologi dan Kesehatan*, 2(2), 249–275.

- Harsono, A. B. (2020). Kanker ovarium: "The silent killer." *Indonesian Journal of Obstetrics & Gynecology Science*, 3(1), <https://doi.org/10.24198/obgynia.v3i1.192>
- Isdianto, A., Indunissy, N., & Fitrianti, N. (2025). The impact of tawakal and dhikr on mental health and stress in modern life. *MICJO*, 2(2), 1538–1547. <https://doi.org/10.62567/micjo.v2i2.684>
- Kazemi, M., Agah, M., Jalali, M., Ollah, E., & Nikouzadeh, K. (2024). Comparison of the effectiveness of autogenic training and progressive muscle relaxation on anxiety. *International Journal of Occupational Health Psychology*, 6(4), 19–32. <https://doi.org/10.30473/IJOHP.2024.66417.1285>
- Kim, K., Kim, J., & Yoon, D. (2024). Physical activity and depression: Nationwide evaluation of depression and physical activity in South Korea. *Exercise Science*, 33(2), 176–183. <https://doi.org/10.15857/ksep.2024.00234>
- Karmila Santi, E., Ivana Kabuhung, E., & Nastiti, K. (2025). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan quality of life pasien kanker serviks di RSUD Ulin Banjarmasin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(1), 52–62.
- Liu, Z. (2023). Relation between family environment, life satisfaction, depression and anxiety. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, 24(1), 305–312. <https://doi.org/10.54254/2753-7048/24/20230794>
- Mahoney, D. E., & Pierce, J. D. (2022). Ovarian cancer symptom clusters: Use of the NIH symptom science model for precision in symptom recognition and management. *Clinical Journal of Oncology Nursing*, 26(5), 533–542. <https://doi.org/10.1188/22.CJON.533-542>
- Merlo, G. (2021). Spirituality, religion, and humanism. In *The Oxford Handbook of Humanism* (pp. 223–238). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med/9780197506226.003.0013>
- Minggawati, Z. A., & Herawati, T. (2024). Tingkat kecemasan pasien kanker payudara dalam menjalani kemoterapi di Klinik Utama Perisai Husada Bandung. *Jurnal Kesehatan Aeromedika*, 10(1), 82–87. <https://doi.org/10.58550/jka.v10i1.250>
- Naser, A. Y., et al. (2021). Depression and anxiety in patients with cancer: A cross-sectional study. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 585534. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.585534>

- Rosita, I., Gayatri, D., & Nuraini, T. (2025). Strategi edukasi perawatan diri pasien kanker untuk meningkatkan kemandirian dalam menghadapi efek samping kemoterapi. *Sains dan Farmasi*, 16(3), 583–588. <http://dx.doi.org/10.33846/sf16246>
- Sarvottam, K., & Kumar, D. (2023). The history and origin of yoga system. *International Journal for Multidisciplinary Research*, 5(3). <https://doi.org/10.36948/ijfmr.2023.v05i03.2908>
- Silvana, R., et al. (2023). Edukasi masyarakat melalui gerakan 10 jari cegah kanker ovarium. *Indonesia Berdaya*, 4(4), 1385–1390. <https://doi.org/10.47679/ib.2023572>
- Sivero, S., & Maldonato, N. M. (2023). Evaluation of the effect of autogenic training as psychological support to patients operated for cancer: A systematic review. *Journal of Psychosocial Oncology*, (advance online).
- Soh, P., Wong, W., Roy, T., & Tam, W. (2024). Effectiveness of non-pharmacological interventions in improving sleep quality after cardiac surgery: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Nursing*, 33(6), 2084–2098. <https://doi.org/10.1111/jocn.17115>
- Staines, A., et al. (2021). Do non-pharmacological sleep interventions affect anxiety symptoms? A meta-analysis. *Journal of Sleep Research*, 31(1). <https://doi.org/10.1111/jsr.13451>
- Teut, M., et al. (2024). Religion, spirituality, well-being and praying the rosary: Results of a cross-sectional study from Germany. *Journal of Religion and Health*, 64(2), 1195–1221. <https://doi.org/10.1007/s10943-024-02210-5>
- Tossetta, G., & Inversetti, A. (2023). Ovarian cancer: Advances in pathophysiology and therapies. *International Journal of Molecular Sciences*, 24(10), 23–25. <https://doi.org/10.3390/ijms24108930>
- Ueda, S. (2024). The neurobiological link between prayer, breath control and serotonin release. *International Journal of Science and Research Archive*, 13(2), 629–646. <https://doi.org/10.30574/ijstra.2024.13.2.2136>
- Utami, T. Y., & Purnomo, S. (2021). Pengaruh terapi relaksasi autogenik terhadap kecemasan dan nyeri pasien di ruang intensive care unit (ICU): Literature review. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 1(1), 22–29. <https://doi.org/10.47701/dutamedika.v1i1.1611>
- Wang, Y., et al. (2021). Role of perceived family support in psychological distress for pregnant women during the COVID-19 pandemic. *World Journal of Psychiatry*, 11(7), 365–374. <https://doi.org/10.5498/wjp.v11.i7.365>
- Wright, A., et al. (2022). Preexisting psychological illness and its

association with mortality in lung cancer patients with access to support resources. *The Clinical Respiratory Journal*, 16(11), 750–755. <https://doi.org/10.1111/crj.13547>

Yeoh, S., et al. (2024). Psychosocial interventions for ovarian cancer survivors: A systematic review. *Psycho-Oncology*, 33(1). <https://doi.org/10.1002/pon.6280>

Yuliana, D. (2024). Literature review: Perkembangan pengobatan kemoterapi kanker payudara. *Makassar Pharmaceutical Science Journal*, 2(1), 32–40. <https://journal.farmasi.umi.ac.id/index.php/mpsj>

Yumkhaibam, A. H., Farooque, S., & Bhowmik, S. K. (2023). Effectiveness of autogenic training on reducing anxiety disorders: A comprehensive review and meta-analysis. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 10(3), 124–141. <https://doi.org/10.46827/ejpe.v10i3.5059>

Yusuf, K., Sampath, V., & Umar, S. (2023). Bacterial infections and cancer:

Exploring this association and its implications for cancer patients. *International Journal of Molecular Sciences*, 24(4). <https://doi.org/10.3390/ijms24043110>

Zhang, S., et al. (2024). The effectiveness of brief reminiscence-based psychosocial interventions for cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Nursing*, 33(7), 2775–2796. <https://doi.org/10.1111/jocn.17137>

Zhao, J., et al. (2021). Analysis of the change of clinical nursing pathway in health education among patients with ovarian carcinoma. *American Journal of Translational Research*, 13(4), 3138–3146.

SERTIFIKAT PLAGIASI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROFESI NERS

ners.umm.ac.id | prodiners_fikes@umm.ac.id

SURAT KETERANGAN HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Prodi Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang telah dilaksanakan pada hari 1 Juli 2025, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Shinta Mutiara Cahya

Nim : 202410460110002

Prodi : Profesi Ners

Judul Naskah : Terapi Autogenik Terhadap Kecemasan Pasien Ca Ovarium

Pembimbing : Henny Dwi Susanti, M.Kep., Sp. Mat., PhD

Hasilnya dinyatakan : Memenuhi Syarat, dengan Rincian Sebagai Berikut :

No	Jenis naskah	Maksimum kesamaan	Hasil deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	25%	5%
2	Bab 2 (Tinjauan pustaka)		
3	Bab 3 (Laporan kasus kelolaan utama)		
4	Bab 4 (Analisis situasi)		
5	Bab 5 (Penutup, kesimpulan dan saran)		

Keputusan : Lolos

Malang, 1 Juli 2025

Biro KIAN Prodi Profesi Ners

Catatan : -



Kampus I
Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 501 233 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendulung Sutani No 188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 501 149 (Hunting)
F: +62 341 582 060

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No 246 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 404 319 (Hunting)
F: +62 341 480 435
E: webmaster@umm.ac.id