

# Efektifitas relaxation breathing exercise dan progressive muscle relaxation terhadap fatigue pada pasien yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit DR M Djamil Padang = The effectiveness of relaxation breathing exercise and progressive muscle relaxation to fatigue in patients undergoing chemotherapy at the hospital DR M Djamil Padang

Ayuro Cumayunaro, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20390366&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Fatigue atau CRF (cancer related fatigue) merupakan salah satu masalah yang sering terjadi pada pasien yang menjalani kemoterapi. Berbagai bentuk terapi komplementer yang dapat diterapkan salah satunya dengan tehnik relaksasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat efektifitas relaksasi antara (relaxation breathing exercise) RBE dan (progressive muscle relaxation) PMR terhadap fatigue pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan quasi experiment pre dan post test two groups without control design. Sebanyak 32 responden yang berpartisipasi diperoleh dengan cara consecutive sampling, terdapat dua kelompok yaitu kelompok RBE 16 responden dan kelompok intervensi PMR 16 responden. Fatigue diukur dengan menggunakan kuesioner Piper Fatigue Scale. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan uji paired t test dan independent t test.

Hasil penelitian ini didapatkan Rerata fatigue menurun setelah dilakukan intervensi RBE dan PMR. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan efektifitas antara intervensi RBE dengan intervensi PMR. Hasil penelitian ini direkomendasikan sebagai salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi fatigue pada pasien kanker payudara.

.....

CRF (cancer-related fatigue) the most symptoms occurs in patients undergoing chemotherapy. Various forms of complementary therapy that can be applied for cancers patient is the relaxation techniques. The purpose of this study is to examine at the effectiveness of relaxation (relaxation breathing exercise) and RBE (musle progressive relaxation) PMR against fatigue in breast cancer patients undergoing chemotherapy.

This is quantitative study using a quasi-experiment with pre and post test two groups without control design. A total of 32 respondents who participates obtained by consecutive sampling. There are two groups RBE 16 respondents and PMR intervention group 16 respondents. Fatigue was measured using the Piper Fatigue Scale questionnaire. The data obtained were analyzed using paired t test and independent t test test.

The results of this study, the mean fatigue decreased after the intervention RBE and PMR. There were no significant differences between intervention effectiveness RBE with PMR intervention. The results of this study is recommended as one of the non-pharmacological therapy to reduce fatigue in breast cancer patients.