

KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TEKNIK RELAKSASI
DAN TERAPI MUSIK PADA PASIEN KANKER
PAYUDARA DENGAN MASALAH NYERI
KRONIS DI RS MUHAMMADIYAH
PALEMBANG 2026



FAJAR NABILA
NIM PO.71.20.12.3.114

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALEMBANG
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TEKNIK RELAKSASI
DAN TERAPI MUSIK PADA PASIEN KANKER
PAYUDARA DENGAN MASALAH NYERI
KRONIS DI RS MUHAMMADIYAH
PALEMBANG 2026

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan



FAJAR NABILA
NIM PO.71.20.12.3.114

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALEMBANG
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2026

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker payudara merupakan salah satu penyakit yang paling umum diderita oleh perempuan di seluruh dunia. Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO, 2024), tercatat lebih dari 2,3 juta kasus baru kanker payudara setiap tahunnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa kanker payudara masih menjadi masalah kesehatan global yang membutuhkan perhatian serius, baik dari segi pencegahan, deteksi dini, maupun penatalaksanaan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan bahwa kanker payudara menempati urutan pertama kasus kanker terbanyak di Indonesia. Pada tahun 2020 kanker payudara tercatat 65.858 kasus baru, yang naik menjadi 66.271 kasus pada tahun 2022. Hal ini juga mengalami peningkatan di tingkat provinsi, Data Dinas Kesehatan Sumatera Selatan (2022) mencatat bahwa kanker payudara mendominasi jenis kanker terbanyak berjumlah 809 kasus.

Medical Record Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang melaporkan terdapat 72 kasus kanker payudara pada tahun 2020, 56 kasus kanker payudara pada tahun 2022, 12 kasus kanker payudara pada tahun 2025. Meskipun data menunjukkan adanya penurunan jumlah, nyeri tetap menjadi salah satu masalah keperawatan yang sering dialami oleh pasien. Rasa nyeri pada kanker payudara sering kali disebabkan oleh lokasi kanker yang dekat dengan saraf dan jaringan di sekitar payudara (Pratitis & Adhisty, 2022).

Kondisi nyeri merupakan keluhan yang paling umum dialami oleh penderita kanker. Oleh karena itu, manajemen nyeri mampu diterapkan secara farmakologi dan non farmakologi (terapi komplementer). Tatalaksana dengan cara farmakologi melibatkan penggunaan obat-obatan, sedangkan manajemen non farmakologi bisa dilakukan secara mandiri oleh perawat dengan terapi

relaksasi, terapi distraksi, terapi musik, guided imagery, terapi pemijatan (Wulandari et al., 2023).

Pada studi kasus ini peneliti hanya berfokus pada teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik klasik. Teknik relaksasi nafas dalam membantu mengurangi rasa nyeri dengan meningkatkan kandungan oksigen dan suplai darah ke jaringan. Pernapasan yang dalam dan lambat terutama ketika rasio inspirasi yang rendah terhadap ekspirasi dapat menciptakan keadaan rileks serta mengurangi gairah fisiologis dan psikologis sebagai respons terhadap ancaman seperti rasa nyeri (Gholamrezaei et al., 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lismidiati (2020) teknik relaksasi terapi nafas dalam membantu menurunkan nyeri pada pasien kanker payudara, rata-rata skala nyeri berkurang dari delapan ke empat. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Muhajir (2023) penerapan teknik relaksasi napas dalam guna menurunkan intensitas nyeri pada pasien kanker payudara, terdapat penurunan skala nyeri setelah diberikan teknik relaksasi napas dalam dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan.

Pada studi kasus ini peneliti mengombinasikan teknik relaksasi dengan terapi musik. Terapi musik dipilih sebagai intervensi pendukung teknik relaksasi napas dalam karena keduanya memiliki mekanisme kerja yang saling melengkapi dalam menurunkan nyeri kronis. Musik berfungsi sebagai fokus perhatian dan memberikan efek menenangkan. Sinyal musik mengatur aktivitas struktur limbik dan paralimbik tertentu di otak, kemudian merangsang pelepasan GABA dan dopamin sebagai opioid endogen (Archie et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan Wulandari (2023) didapat bahwa ada perbedaan intensitas/penurunan skala nyeri pada pasien kanker payudara sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik. Terapi musik ini sangat efektif digunakan untuk mengurangi intensitas nyeri. Menurut penelitian lain yang dilakukan Sitinjak (2023), terapi musik yang dilakukan dalam waktu 15-30 menit dapat mengurangi skor nyeri pada penderita kanker payudara sebanyak dua poin melalui terapi distraksi musik.

Peran perawat sebagai pemberian asuhan keperawatan diwujudkan melalui pelaksanaan intervensi keperawatan berupa observasi, terapeutik dan edukasi, terutama dalam mengatasi nyeri kronis pada pasien kanker payudara, dengan cara mengaplikasikan implementasi keperawatan teknik relaksasi dan terapi musik. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai implemetasi keperawatan teknik relaksasi dan terapi musik pada penderita kanker payudara dengan masalah nyeri kronis di RS Muhammadiyah Palembang tahun 2026.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Implementasi Keperawatan Teknik Relaksasi dan Terapi Musik Pada Pasien Kanker Payudara dengan Masalah Nyeri Kronis di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2026

C. Tujuan Studi Kasus

Adapun tujuan dari studi kasus ini, yaitu:

1. Tujuan Umum

Dideskripsikan implementasi keperawatan teknik relaksasi dan terapi musik pada pasien kanker payudara dengan masalah nyeri kronis di RS Muhammadiyah Palembang Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Dideskripsikan implementasi keperawatan kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik klasik (observasi, terapeutik, dan edukasi) pada pasien kanker payudara
- b. Dianalisisa hasil implementasi keperawatan kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik klasik pada pasien kanker payudara.

D. Manfaat Studi Kasus

Beberapa manfaat studi kasus Karya Tulis Ilmiah antara lain sebagai sarana penerapan teori ke praktik serta memberikan dampak positif bagi pihak-pihak terkait sebagai berikut:

1. Masyarakat (Pasien/Keluarga)

Pasien diharapkan dapat lebih memahami bagaimana kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik bekerja dalam mengelola nyeri kronis pada pasien kanker payudara. Dengan mengetahui dan keluarga dapat terlibat langsung dalam perawatan, memberikan dukungan lebih baik, serta meningkatkan rasa percaya diri terhadap kondisi pasien.

2. Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang

diharapkan hasil dari studi kasus ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk mengembangkan program perawatan nyeri pada pasien kanker payudara di masa depan. Rumah sakit dapat mengadopsi pendekatan secara lebih luas, khususnya untuk pasien kanker payudara dengan masalah nyeri.kronis

3. Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Penerapan pendekatan nonfarmakologis dalam studi kasus ini diharapkan memberikan kontribusi penting terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi dalam praktik keperawatan. Pendekatan ini memungkinkan perawat untuk mengembangkan keterampilan baru yang dapat meningkatkan kualitas perawatan pasien, dengan implementasi keperawatan kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik klasik dalam mengatasi masalah nyeri pada pasien kanker payudara, sebagai alternatif yang lebih aman, efektif, dan dapat meningkatkan kenyamanan pasien secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, Y., & Rahayu, S. (2021). Pengaruh teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 115–121.
- Archie, P., Bruera, E., & Cohen, L. (2013). *Music-based interventions in palliative cancer care : a review of quantitative studies and neurobiological literature*. 2609–2624. <https://doi.org/10.1007/s00520-013-1841-4>
- Ashariati, A., & Sedana, M. P. (2020). *Manajemen Kanker Payudara Komprehensif*.
- Astuti, D., & Lestari, P. (2021). Literatur review: Terapi musik klasik dalam mengurangi nyeri persalinan. *Jurnal Keperawatan GSH*, 13(2), 134–140.
- Bahrudi, M. (2020). Patofisiologi Nyeri (Pain). *Saintika Medika*, 7–13.
- Caraceni, A., & Shkodra, M. (2020). *Cancer Pain Assessment and Classification*. <https://doi.org/10.3390/cancers11040510>
- Eri, S. N., Patofisiologi, K., & Klasifikasi, D. A. N. (2021). *Sindrom nyeri kanker patofisiologi dan klasifikasi klinis*. 38(4).
- Hardinata, & Abdillah. (2024). *PROSES KEPERAWATAN : Konsep, Implementasi, dan Evaluasi* (T. Media (ed.)). Tahta Media Group.
- Ivanali, K. (2021). *The Pain System and Somatosensation*. *Neurosains*.
- Pawastri, H. S. (2022). *Pemeriksaan Kanker Payudara*. <https://hellosehat.com/kanker/kanker-payudara/pemeriksaan-kanker-payudara/>
- PPNI, T. P. S. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. Jakarta : DPP PPNI.
- PPNI, T. P. S. (2018a). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta : DPP PPNI.
- PPNI, T. P. S. (2018b). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta : DPP PPNI.
- Pratitis, I. A., & Adhisty, K. (2022). Review Literatur : Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Kanker Serviks. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 9(1), 46–54.

<https://doi.org/10.54867/jkm.v9i1.102>

- Putri, S., Hidayat, & Sari, K. (2023). Efektivitas teknik relaksasi napas dalam kombinasi guided imagery dengan musik terhadap skala nyeri pasien post operasi fraktur. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 71–78. <https://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/17878>
- Rahmawati, E., & Pratiwi, I. (2021). Implementasi terapi musik dalam penurunan skala nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea. *Jurnal Penelitian Medis*, 6(3), 201–207. <https://doi.org/10.37287/jpm.v6i3.4257>
- Saltychev, M., Vastamäki, H., Mattie, R., & McCormick, Z. (2020). *Psychometric Properties of the Pain Numeric Rating Scale When Applied to Multiple Body Regions among Professional Musicians*. 3–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0161874>
- Sari, N. P., & Wulandari, R. (2022). Effectiveness of deep breathing relaxation therapy on reducing pain. *Journal of Epidemiology and Public Health*, 4(2), 89–95. <https://doi.org/10.37287/jeph.v4i2.7223>
- Sitinjak, L., Rulino, L., & Masliah, R. (2020). Manajemen Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara Dengan Menggunakan Tehnik Distraksi Terapi Musik Di Rsud Koj. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, 4(2). <https://doi.org/10.59374/jakhkj.v4i2.96>
- Society, A. C. (2021). *Stage of Breast Cancer*. The American Cancer Society Medical and Editorial Content Team. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/understanding-a-breast-cancer-diagnosis/stages-of-breast-cancer.html>
- Suryani, N. L. (2020). *Faktor Resiko Kanker Payudara Pada Wanita*. 10, 137–145
- Ummah, S. (2020). *Buku Saku Deteksi Dini Kanker Payudara*. <http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciu rbeco.2008.06.005%0A>
- WHO. (2024). Data Kanker Payudara di Dunia. *GALENICAL : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 5, 36–42. <https://doi.org/10.29103/jkkmm.v2i1.10134>
- WHO. (2025). *Breast cancer*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>
- Widya, & Sholahuddin. (2029). *Penerapan Terapi Musik Klasik Dalam Menurunkan Nyeri pada Pasien Ca Mammae*. 8.

Wijayanti, I. A. (2023). Nyeri kanker. In *Neurosains*.

Wulandari, ngesti, Rosyid, F. N., Handayani, T., & Mulyadi. (2023). Penerapan Terapi Distraksi Dan Relaksasi Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Penderita Kanker Payudara: Literature Review. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(3), 1–10.