



**KARYA ILMIAH AKHIR**

**TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
SEBAGAI INTERVENSI ADAPTASI MASALAH NYERI PADA  
PASIEN CA CERVIKS DI RUANG DAHLIA  
RSD dr. SOEBANDI JEMBER**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan  
Program Profesi Ners "Ners"

Oleh:

**SOFIYATUN  
23.0103.1063**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2025**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
SEBAGAI INTERVENSI ADAPTASI MASALAH NYERI PADA  
PASIEN CA CERVIKS DI RUANG DAHLIA  
RSD dr. SOEBANDI JEMBER**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan  
Program Profesi Ners “Ners”

Oleh:

SOFIYATUN  
23.0103.1063

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2025**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
SEBAGAI INTERVENSI ADAPTASI MASALAH NYERI PADA  
PASIEEN CA CERVIKS DI RUANG DAHLIA  
RSD dr. SOEBANDI JEMBER**



Dr. Divan Indriyani, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat  
NIP. 19701103 200501 2002

PENGESAHAN

**TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
SEBAGAI INTERVENSI ADAPTASI MASALAH NYERI PADA  
PASIEN CA CERVIKS DI RUANG DAHLIA  
RSD dr. SOEBANDI JEMBER**

Oleh :

**SOFIYATUN**  
23.0103.1063

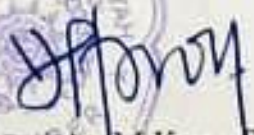
Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah Pada Program Studi Ners Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 14 Februari 2025

Penguji,

1. Penguji I : Dr. Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp.Kep.Mat (.....)  
NIP. 197012132005012001
2. Penguji II : Ns. Zuhrotul Eka Yulis A. S.Kep., M.Kes (.....)  
NPK. 1985071711503619
3. Penguji III : Dr. Diyan Indriyani, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat (.....)  
NIP. 197011032005012002

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

  
Ners. Sri Wahyuni A., M.Kep., Sp.Kep.Kom  
NPK-1988030311703821

**PENGUJI KARYA ILMIAH**

Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir (KIA) pada Program Profesi Ners  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 14 Februari 2025

Penguji I,

Dr. Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp.Kep.Mat

NIP. 197012132005012001

Penguji II,

Ns. Zuhrotul Eka Yulis A, S.Kep., M.Kes

NPK. 1985071711503619

Penguji III,

Dr. Diyan Indriyani, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 197011032005012002



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

JL. Karimata No. 49 Jember Telp. ( 0331 ) 332240, 336728 Fax. 337957  
Website : <http://WWW.unmuhjember.ac.id> e-mail : [kantorpusat@unmuhjember.ac.id](mailto:kantorpusat@unmuhjember.ac.id)



## SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sofiyatun  
NIM : 2301031063  
Tempat, tanggal lahir : Bondowoso, 11-09-2000  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Pakem, Bondowoso

Jurusan/Program Studi : Profesi ners  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir, dengan Judul di bawah ini :  
Terapi Relaksasi Otot Progresif Sebagai Intervensi Masalah Adaptasi Nyeri Pada Pasien Ca  
Cerviks Di Ruang Dahlia RSD dr. Soebandi Jember

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain** dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 11 Februari 2025  
Yang membuat pernyataan,



(Sofiyatun)  
NIM. 2301031063

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini dengan judul “Terapi Relaksasi Otot Progresif Sebagai Intervensi Adaptasi Masalah Nyeri Pada Pasien Ca Cerviks Di Ruang Dahlia RSUD dr. Soebandi Jember”. Penulisan Karya Ilmiah Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan berbagai pihak pada penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Hanafi, M.Pd, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember
2. Ners. Sri Wahyuni A., M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
3. Ns. Shofia Rhosma Dewi, M.Kep., selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
4. Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB, selaku Kaprodi Program Studi Profesi Ners
5. Dr. Diyan Indriyani, S.Kp.,M.Kep.,Sp.Mat, selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir
6. Direktur RSD dr. Soebandi Jember yang telah memberikan kesempatan dan kepercayaan dalam melaksanakan penelitian.

7. Orang tua dan keluarga saya, Terima kasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan finansial penulis selama ini. Serta ribuan doa yang telah di langitkan untuk keberhasilan penulis dalam menggapai cita-cita.
8. Teman-teman seperjuangan A'14+ yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.

Dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, penulis menyadari masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu peneliti sangat berharap kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan Karya Ilmiah Akhir ini. Penulis berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat, tidak hanya bagi penulis selanjutnya, tetapi semua pihak-pihak yang membaca Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini.

Jember, 11 Februari 2025

Peneliti



## LEMBAR PERSEMBAHAN

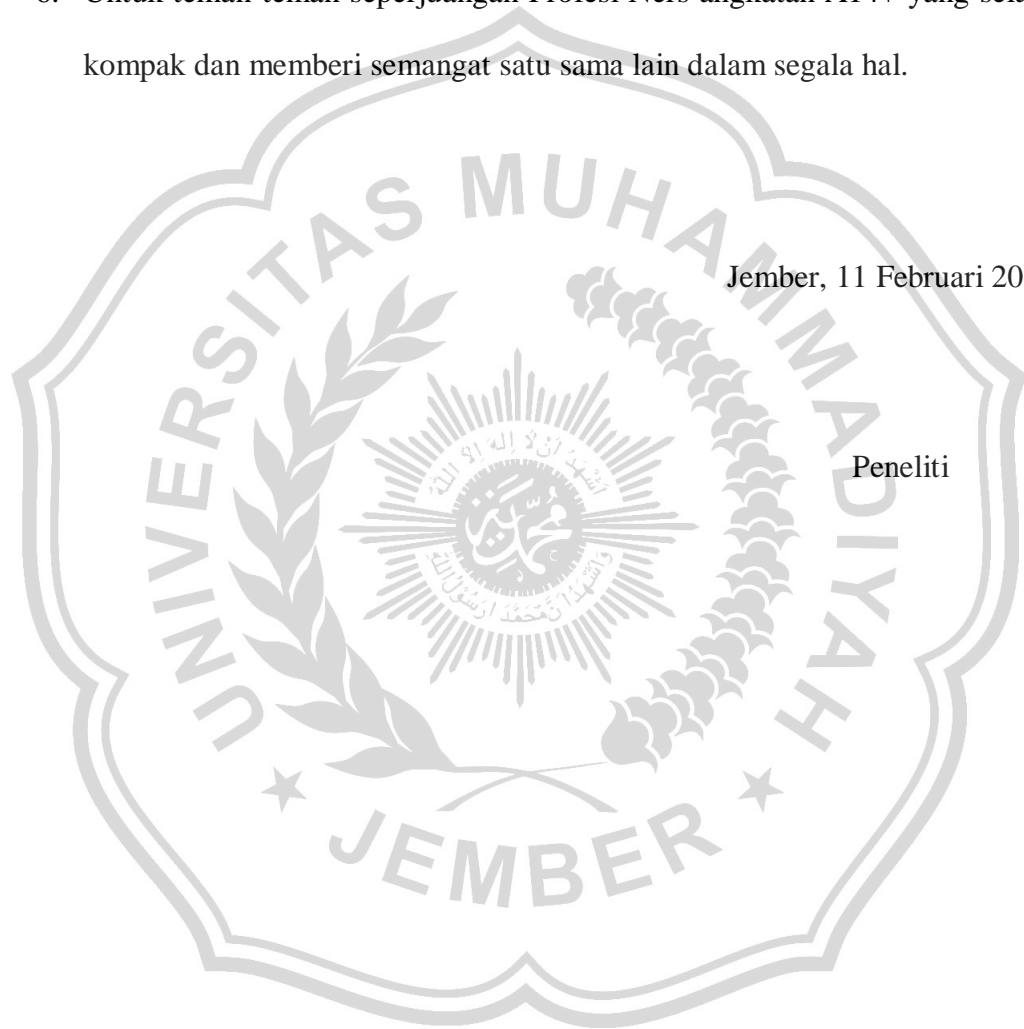
Puja dan puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala karunia dan ridhoNya, penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir (KIA) yang berjudul “Terapi Relaksasi Otot Progresif Sebagai Intervensi Adaptasi Masalah Nyeri Pada Pasien Ca Cerviks Di Ruang Dahlia RSUD dr. Soebandi Jember”. Karya Ilmiah Akhir ini disusun guna memenuhi syarat menyelesaikan pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Lika liku serta suka dan duka yang telah mewarnai perjalanan peneliti sampai pada titik ini, dengan ini saya persembahkan penelitian ini:

1. Kedua orang tua saya, yakni Ibu muryati , Bapak koesnadi dan yoga p atas doa, kesabaran, support, hadiah, biaya yang melimpah ruah sehingga saya sampai ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi serta kerja keras dan pengorbanannya sampai saat ini yang selalu berusaha yang terbaik.
2. Ucapan terimakasih untuk Saudara dan keluarga besar saya yang selalu memberikan dukungan kepada saya dalam keadaan apapun.
3. Ucapan terimakasih untuk dosen pembimbing serta penguji yang telah sabar serta banyak meluangkan waktu untuk membimbing saya konsul selama proses penyusunan KIA ini.
4. Almamater tercinta yakni FIKES Universitas Muhammadiyah Jember, sehingga saya dapat memperoleh ilmu keperawatan yang bermanfaat bagi masyarakat, Nusa, Bangsa, serta Agama.

5. Ucapan terima kasih untuk sahabat-sahabat saya dan seseorang spesial yang selalu memberikan semangat, doa, dan dukungan kepada saya.
6. Untuk teman-teman seperjuangan Profesi Ners angkatan A14+ yang selalu kompak dan memberi semangat satu sama lain dalam segala hal.

Jember, 11 Februari 2025

Peneliti



## MOTTO

“Tak ada satu pun di dunia ini yang kekal. Maka ukirlah cerita indah sebagai kenangan”

**(KH. Hasyim Asy'ari)**

“Jika sudah waktunya, hujan akan turun, jika sudah masanya, bunga akan mekar, dan jika sudah waktunya, doa-doa pasti akan dikabulkan”.

**(KH. Moch noeh )**



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN LUAR.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN DALAM.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>PENGUJI KARYA ILMIAH.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Batasan .....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	5
1.4 Manfaat.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
2.1 Konsep Kanker Serviks .....	7
2.1.1 Pengertian .....	7
2.1.2 Patofisiologi.....	7
2.1.3 Tanda dan Gejala Kanker Serviks.....	8
2.1.4 Penyebab dan Faktor Resiko Kanker Serviks.....	9
2.1.5 Pencegahan dan Pengobatan Kanker Serviks .....	10
2.1.6 Janis-jenis Kanker Serviks.....	11
2.1.7 Stadium-stadium Kanker Serviks .....	13
2.1.8 Diagnosis .....	14
2.2 Konsep Nyeri Kanker .....	15
2.2.1 Pengertian Nyeri .....	15

2.2.2	Klasifikasi Nyeri .....	15
2.2.3	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Nyeri.....	16
2.2.4	Instrument Penilaian Nyeri .....	18
2.3	Relaksasi Otot Progresif .....	19
2.3.1	Pengertian .....	19
2.3.2	Tujuan Relaksasi Otot Progresif .....	20
2.3.3	Langkah-langkah Terapi Relaksasi Otot Progresif .....	21
2.4	Konsep Asuhan Keperawatan .....	28
2.4.1	Pengkajian Keperawatan .....	28
2.4.2	Diagnosa Keperawatan.....	32
2.4.3	Intervensi Keperawatan .....	33
4.5	Keaslian Penelitian.....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>37</b>
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian .....	37
3.2	Subjek Penelitian.....	37
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	37
3.4	Instrumen Penelitian.....	37
3.5	Metode Pengumpulan Data.....	37
3.6	Etik penelitian .....	39
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>42</b>
4.1	Hasil .....	42
4.1.1	Gambaran Lokasi Pengambilan Data.....	42
4.1.2	Deskripsi Pengkajian.....	42
4.1.3	Analisis Data.....	51
4.1.4	Diagnosis Keperawatan.....	53
4.1.5	Rencana Tindakan Keperawatan.....	54
4.1.6	Implementasi Keperawatan .....	56
4.1.8	Evaluasi Keperawatan .....	62
4.2	Pembahasan .....	65
4.2.1	Pengkajian .....	65
4.2.2	Diagnosis Keperawatan .....	67
4.2.3	Intervensi Keperawatan.....	67
4.3.3	Implementasi Keperawatan .....	69
4.4.3	Evaluasi Keperawatan .....	70

<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>73</b>
5.1 Kesimpulan.....	73
5.2 Saran.....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>75</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>77</b>

