

Pengaruh *Butterfly Hug* terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi

GA Sri Puja Warnis Wijayanti ^{(CA)1}, Theresia Avila Kurnia², Rizka Dila Andini³, Sitti Rusdianah Jafar⁴, Ade Wulandari⁵, Rusmini⁶, Desty Emilyani⁷, Saskiyanti⁸, Sahrir Ramadhan⁹, Mardiatun¹⁰

^(CA)Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia; 1965ayuwijayanti@gmail.com

(Corresponding Author)

^{2,3,4,5,6,7,8,9,10}Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia

ABSTRACT

Background : Breast cancer ranks first in the world as the main factor of death by 95%. Cancer patients must undergo chemotherapy for their recovery. Chemotherapy has physiological side effects such as nausea, vomiting, hair loss and hot flushes which can cause anxiety which if not treated will cause serious problems such as despair, pessimism, feeling like a failure so that they tend to want to end their lives. As many as 65% of post-chemotherapy breast cancer patients experience mild to severe anxiety that requires treatment. Objective : To determine the effect of *Butterfly Hug* on the level of anxiety in post-chemotherapy breast cancer patients. Method : Pre-experimental research design with a design form in one group (*one group pre-post test design*). The population used in this study were post-chemotherapy breast cancer patients who experienced anxiety in the Oncology Room of the West Nusa Tenggara (NTB) Provincial Hospital as many as 107 with a sample size of 20 patients, the sampling technique was *Purposive sampling* . Data analysis using the *Wilcoxon Sign Rank Test* . Results: Most of the anxiety in post-chemotherapy breast cancer patients was in the moderate anxiety category, namely 15 patients (75%), after being given *Butterfly Hug therapy* showed that most patients were included in the mild anxiety category as many as 15 patients (75%). The results of the *Wilcoxon test* obtained $p = 0.000$. Conclusion : There is an effect of *Butterfly Hug* therapy on the Anxiety Level of Post-Chemotherapy Breast Cancer Patients at the NTB Provincial Hospital. Suggestion : *Butterfly Hug* Therapy can be used as a simple therapy that can be done by respondents independently so that it can reduce the anxiety they feel .

Keywords: Anxiety; *Butterfly Hug*; Breast Cancer

ABSTRAK

Latar Belakang : Kanker payudara menjadi peringkat pertama di dunia sebagai faktor utama kematian sebesar 95%. Penderita kanker harus menjalani kemoterapi untuk kesembuhannya. kemoterapi memberikan efek samping secara fisiologis seperti seperti mual muntah, rambut rontok dan hot flushes yang dapat mengakibatkan kecemasan yang apabila tidak diatasi akan memberikan masalah serius seperti putus asa, pesimis, merasa diri gagal sehingga cenderung ingin mengakhiri dirinya. Sebesar 65% pasien kanker payudara post kemoterapi mengalami kecemasan ringan hingga berat yang memerlukan penanganan. Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh *Butterfly Hug* terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi. Metode: Desain penelitian pra eksperimental dengan bentuk rancangan dalam suatu kelompok (*one group pre-post test design*). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pasien kanker payudara post kemoterapi yang mengalami kecemasan di ruang Onkologi RSUD Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) sebanyak 107 dengan jumlah sampel 20 pasien, teknik pengambilan sampel yaitu *Purposive sampling*. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test*. Hasil: Sebagian besar kecemasan pada pasien kanker payudara post kemoterapi berada dikategori kecemasan sedang yaitu sebanyak 15 pasien (75%), setelah diberikan terapi *Butterfly Hug* menunjukkan bahwa sebagian besar pasien termasuk dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 15 pasien (75%). Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan $p = 0,000$. Kesimpulan: Ada pengaruh terapi *Butterfly Hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi Di RSUD Provinsi NTB. Saran: Terapi *Butterfly*

Hug dapat digunakan sebagai terapi sederhana yang bisa dilakukan oleh responden secara mandiri sehingga dapat mengurangi kecemasan yang dirasakan.

Kata Kunci : Kecemasan; *Butterfly Hug*; Kanker Payudara

PENDAHULUAN

Kanker merupakan salah satu penyakit penyebab kematian nomor 4 terbesar di Indonesia untuk kategori penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang cenderung meningkat setiap tahunnya dan menjadi penyebab kematian di dunia (Rika Widianita, 2023). Kondisi dan penanganan penyakit kanker dapat menimbulkan stres yang terus menerus, sehingga tidak saja mempengaruhi kondisi fisik tetapi juga kondisi psikologis individu. Reaksi psikologis yang utama yang dirasakan pasien kanker yaitu kecemasan, depresi, perasaan kehilangan kontrol, gangguan kognitif atau status mental (impairment), gangguan seksual serta penolakan terhadap kenyataan (denial) (Hermanto, 2024).

Kanker payudara menjadi peringkat atas semenjak tahun 2020 hingga 2023 dan jumlah kasus kanker payudara tahun 2023 sebesar 66.271 kasus (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi kanker di NTB mengalami penurunan dengan jumlah kasus 0,8 % yang menderita kanker. Namun, NTB menjadi provinsi dengan capaian deteksi dini kanker rahim dan payudara tertinggi ketiga nasional, yakni sebesar 23,22%. RSUD Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) merupakan satu – satunya rumah sakit yang menyediakan layanan onkologi terpadu di wilayah provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB). Berdasarkan data dari RSUD Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) tahun 2022, kunjungan pasien kanker terus meningkat. Dari data tersebut, terdapat 739 orang ditahun 2021 dan meningkat ditahun 2022 sebanyak 725 orang. Kemudian, pada tahun 2023 jumlah kasus kanker di RSUD Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) yaitu 741 orang yang terdiagnosa kanker. Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 03 Oktober tahun 2024 di RSUD Provinsi NTB melalui wawancara dengan pasien kanker post kemoterapi. Didapatkan 4 dari 10 pasien yang kanker post kemoterapi mengalami gangguan tidur, 3 dari 10 pasien kanker post kemoterapi mengalami perasaan gelisah dan 3 dari 10 pasien kanker post kemoterapi mengalami rasa khawatir atau takut berlebihan.

Penderita kanker harus menjalani terapi untuk kesembuhannya yaitu kemoterapi. Kemoterapi memberikan efek fisiologis kepada pasien kanker seperti seperti mual muntah, rambut rontok dan *hot flushes* yang dapat mengakibatkan kecemasan pada pasien kanker (Adolph, 2023). Gangguan kecemasan pada pasien kanker dapat menimbulkan ancaman yang dirasakan seperti perasaan sedih, putus asa, pesimis, merasa diri gagal, tidak puas akan kehidupannya, merasa lebih buruk jika dibandingkan hidup orang lain, penilaian rendah terhadap tubuhnya, merasa tidak berdaya sehingga cenderung ingin mengakhiri hidupnya (Mohammad & Palembang, 2024).

Intervensi *Butterfly Hug* diperlukan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kanker post kemoterapi. *Butterfly Hug* adalah teknik memeluk diri sendiri yang dapat memberikan rasa tenang. Ketika *Butterfly Hug* diberikan, tubuh akan merasa lebih rileks dan mengalami perbaikan kondisi dibandingkan sebelumnya. (JASMINE, 2024). Penelitian Putri et al., 2023 dengan judul Pengaruh Metode

Self Healing Dengan Teknik *Butterfly Hug* Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi *Section Caesarea* Di RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Surakarta menggunakan desain penelitian *Quasi Experiment pre test and post test without control*, didapatkan hasil terdapat pengaruh yang signifikan pemberian intervensi *Self Healing* dengan teknik *Butterfly Hug* terhadap kecemasan pasien pre operasi *section caesura*. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh *Butterfly Hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Post Kemoterapi Di RSUD Provinsi NTB “

METODE

Desain penelitian menggunakan rancangan pra eksperimental (One Group Pretest Posttest Design). Populasi penelitian ini adalah pasien kanker payudara post kemoterapi di ruang rawat inap kemoterapi (Averos dan Aviciena) RSUD Provinsi NTB dengan jumlah sampel sebanyak 20 orang. Pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. *Purposive sampling* merupakan pengambilan sampel secara purposive didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat – sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2018). Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi dengan menggunakan *HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)*. Hasil penelitian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui pengaruh *Butterfly Hug* terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi di RSUD Provinsi NTB. Sebelum melakukan peneitian, peneliti terlebih dahulu melakukan uji etik di RSUD Provinsi NTB. Kemudian setelah uji etik sudah dilaksanakan, peneliti akan mendapatkan surat etik dan surat izin penelitian dari RSUD Provinsi NTB untuk diserahkan ke ruang tempat penelitian yaitu Ruang Averoes RSUD Provinsi NTB.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia, Tingkat Pendidikan, Pekerjaan, dan Frekuensi Kemoterapi di RSUD Provinsi NTB Ruang Rawat Inap Kemoterapi (Aviciena Dan Averos), 12-30 Januari 2025 (n=20).

Karakteristik	Jumlah	Presentase (%)
Usia		
Dewasa Awal (26-35)	5	25
Dewasa Akhir (36-45)	5	25
Lansia Awal (46-55)	10	50
Tingkat Pendidikan		
Pendidikan Dasar (SD,SMP)	11	45
Pendidikan Menengah (SMA)	9	55
Pekerjaan		
Bekerja	13	65
Tidak Bekerja	7	35

Karakteristik	Jumlah	Presentase (%)
Frekuensi Kemoterapi		
Kemoterapi Pertama	8	40
Kemoterapi Kedua	7	35
Kemoterapi Ketiga	4	20
Kemoterapi Keempat	1	5
Total	20	100

Berdasarkan tabel diatas, bahwa sebagian besar jumlah responden adalah berumur 46-55 tahun, yaitu sebanyak 10 responden (50%), tingkat pendidikan dasar sebanyak 11 orang (45%), bekerja sebanyak 45 orang (65%), dan sebagian besar responden masuk dalam kategori kemoterapi pertama sebanyak 8 orang (40%).

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi Sebelum Diberikan *Butterfly Hug* di RSUD Provinsi NTB Ruang Rawat Inap Kemoterapi (Aviciena dan Averos), 12-30 Januari 2025 (n=20).

Tingkat Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
Kecemasan Ringan (14-20)	5	25
Kecemasan Sedang (21-27)	15	75

Tabel 3 Distribusi Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi Setelah Diberikan *Butterfly Hug* di RSUD Provinsi NTB Ruang Rawat Inap Kemoterapi (Aviciena dan Averos), 12-30 Januari 2025 (n=20).

Tingkat Kecemasan	Jumlah	Persentase (%)
Tidak Ada Kecemasan (<14)	5	25
Kecemasan Ringan (14-20)	15	75

Tabel 4 Hasil Uji Normalitas dengan *Shapiro-Wilk* Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi Di RSUD Provinsi NTB, 12-30 Januari 2025 (n=20).

<i>Shapiro-Wilk</i>			
	<i>Statistic</i>	<i>Df</i>	<i>Sig.</i>
<i>Pretest</i>	.256	20	0.005
<i>Posttest</i>	.259	20	0.001

Tabel 5 Analisis Pengaruh *Butterfly Hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi Di RSUD Provinsi NTB, 12-30 Januari 2025 (n=20).

	n	Minimum	Maksimum	Mean	Standar Deviation	P Value
<i>Pretest</i>	20	14.00	25.00	20.9500	3.08605	0.000
<i>Posttest</i>	20	12.00	20.00	17.4000	3.01575	

Berdasarkan tabel diatas, bahwa hasil uji statistic, nilai *mean* tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi saat *pretest* yaitu 20.9500 menjadi 17.4000 saat *posttest*, nilai *standar deviation* tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi saat *pretest* yaitu 2.08605 menjadi 3.01575 saat *posttest*, nilai minimum tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi saat *pretest* yaitu 14.00 menjadi 12.00 saat *posttest*, nilai maksimum tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi yaitu 25.00 saat *pretest* menjadi 20.00 saat *posttest* dan nilai *p-value* adalah 0,000 atau nilai *p-value* (0,000) < α (0,005) yang berarti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang artinya ada pengaruh *Butterfly Hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi Di RSUD Provinsi NTB

PEMBAHASAN

Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi Sebelum Diberikan Butterfly Hug

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada pasien kanker payudara post kemoterapi dengan kecemasan di RSUD Provinsi NTB ruang rawat inap kemoterapi dengan jumlah responden 20 orang dengan menggunakan ceklis *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Sebelum diberikan terapi *Butterfly Hug*, hasil *pretest* menunjukkan bahwa sebagian besar kecemasan pada pasien kanker payudara post kemoterapi berada dikategori kecemasan sedang yaitu sebanyak 15 orang (75%), dan diikuti kategori kecemasan ringan yaitu sebanyak 5 orang (25%), dimana hasil *pretest* tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi memiliki masalah psikologis seperti mudah tersinggung, merasa gelisah, tegang, khawatir, mimpi buruk, takut dengan pikirannya sendiri, mual dan muntah.

Menurut Elviani, (2022) kanker payudara adalah disebut juga dengan *carcinoma mammae* merupakan tumor ganas yang tumbuh dalam jaringan payudara dimana tumor ini dapat tubuh dalam kelenjar jaringan susu maupun pada jaringan ikat payudara yang terus tumbuh di luar kendali. Penderita kanker harus menjalani terapi untuk kesembuhannya. Salah satu penatalaksanaan yang dianjurkan adalah kemoterapi. Kemoterapi memberikan efek fisiologis kepada pasien kanker seperti seperti mual muntah, rambut rontok dan *hot flushes* yang dapat mengakibatkan kecemasan pada pasien kanker (Adolph, 2023). Kecemasan yang dirasakan oleh pasien kanker payudara post kemoterapi biasanya dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi yaitu usia, tingkat pendidikan, stadium kanker, siklus kemoterapi, optimisme,

strategi koping dan ancaman integritas fisik. Sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan social, ancaman system diri, status ekonomi dan akses informasi (Marsaid et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat yang termasuk dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 5 orang (25%), dimana sebagian besar berusia 26-36 tahun. Dan yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang sebanyak 15 orang (75%), dimana sebagian besar responden berusia 46-55 tahun. Menurut Lutfa & Maliya, (2022) gangguan kecemasan yang dialami oleh pasien kanker lebih sering terjadi pada usia dewasa dan lebih banyak pada wanita. Sebagian besar kecemasan terjadi pada usia 21-45 tahun. Penelitian Simanullang, P., (2020) tentang Tingkat Kecemasan Pasien Kanker yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Martha Friska Pulo Brayan Medan, dimana sebagian responden yang mengalami kecemasan sedang yaitu berusia 36-45 tahun. Hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan. Peneliti berpendapat bahwa usia tidak selalu menjadi faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi dikarenakan ada faktor lain yang mempengaruhi. Kecemasan dapat terjadi pada semua usia, pasien yang memiliki strategi koping yang baik lebih bisa mengontrol kecemasan yang ada pada dirinya.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi yaitu siklus kemoterapi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa kecemasan terbanyak ditemukan pada siklus kemoterapi pertama sebanyak 8 orang (40%). Menurut (Notoatmodjo, 2014), siklus kemoterapi lebih dari empat kali akan memberikan pengalaman nyata bagi pasien terkait efek samping yang dialami dan pasien juga akan lebih mendapatkan pengalaman nyata bagaimana mengatasi efek samping kemoterapi yang didapatkan. Menurut (Jelang et al., 2024) tingkat kecemasan dipengaruhi juga oleh siklus kemoterapi, pasien yang baru menjalani kemoterapi tingkat kecemasannya akan semakin tinggi dikarenakan takut dengan efek samping kemoterapi. Hasil penelitian ini sesuai, bahwa siklus kemoterapi dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi dikarenakan pasien yang baru menjalankan kemoterapi belum mempunyai pengetahuan sebelumnya tentang kemoterapi, sehingga sering kali pasien merasa takut dan cemas akan kemoterapi

Selanjutnya faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi yaitu tingkat pendidikan . Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat yang termasuk dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 5 orang (25%), dimana sebagian besar responden berpendidikan menengah dengan persentase 36%. Dan termasuk dalam kategori kecemasan sedang sebanyak 15 orang (75%), dimana sebagian besar responden berpendidikan dasar dengan persentase 64%. Pendidikan yang tinggi dan pengetahuan yang baik mampu menurunkan tingkat kecemasan pasien, semakin rendah tingkat pendidikan disertai kurang aktifnya mencari informasi semakin rendah juga pengetahuannya sehingga menimbulkan kecemasan berlebihan (Notoadmodjo, 2012). Didukung oleh penelitian Pratiwi et al., (2022) bahwa tingkat pendidikan berpengaruh pada tingkat kecemasan seseorang yakni semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin rendah pula kemungkinan mengalami kecemasan. Hasil penelitian sesuai dengan penelitian sebelumnya, bahwa tingkat pendidikan menjadi salah-satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi pula wawasan, ilmu tentang penyakit

ataupun perawatan yang diberikan serta pasien dengan pendidikan tinggi akan lebih mudah memahami informasi yang diberikan sehingga hal ini dapat mengurangi kecemasan yang dirasakan.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien kanker adalah pekerjaan. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat yang termasuk dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 5 orang (25%), dimana sebagian besar responden bekerja. Dan yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang sebanyak 15 orang (75%), dimana sebagian besar responden tidak bekerja. Menurut (Notoadmojo, 2014) pekerjaan erat kaitannya dengan penghasilan keluarga dan lingkungan kerja. Hal ini, sesuai dengan faktor penyebab kecemasan yaitu besarnya penghasilan setiap bulan yang diperoleh dari pekerjaannya akan mempengaruhi kecemasan pasien. Sesuai dengan penelitian Indar et.al., (2023) mengatakan seseorang yang tidak bekerja memiliki kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan seseorang yang bekerja. Hal ini karena seseorang yang bekerja akan mendapatkan uang untuk biaya pengobatannya sehingga pekerjaan sangat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, bekerja atau tidaknya seseorang tidak selalu menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan yang dirasakan. Setres yang berlebihan karena beban kerja atau penyakit yang dialami, bisa menjadi pemicu seseorang mengalami kecemasan.

Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi Setelah Diberikan Butterfly Hug

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada pasien kanker payudara post kemoterapi di RSUD Provinsi NTB ruang rawat inap kemoterapi dengan jumlah responden 20 orang dengan menggunakan ceklis HARS. Setelah diberikan terapi *Butterfly Hug*, hasil *posttest* menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang terdiagnosa kanker payudara dan mengalami kecemasan post kemoterapi termasuk dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 15 orang (75%), dan diikuti kategori tidak ada kecemasan sebanyak 5 orang (25%).

Terapi *Butterfly Hug* adalah pelukan yang dikembangkan oleh terapis Luciana dan Janero. Terapi ini mempunyai dampak positif pada individu seperti memberikan perasaan nyaman, mengurangi rasa sakit fisik dan meningkatkan rasa ketenangan melalui nyamannya pelukan (Adriyansyah, 2020). Menurut Girianto, (2021), *Butterfly Hug* banyak digunakan oleh psikiater sebagai metode untuk menurunkan tingkat kecemasan karena metode ini berfokus untuk menenangkan pasien. Metode *Butterfly Hug* dapat menstimulasi otak dengan mengaktifkan saraf parasimpatik untuk mengirimkan sinyal pada hipotalamus dalam memproduksi hormone oksitosin yang berperan meningkatkan rasa nyaman dan menurunkan respon *fight or flight* dan hormone kortisol. Jika hormone kortisol yang berlebih dapat diturunkan, maka gejala kecemasan juga akan menurun. Astuti, (2024), berpendapat bahwa teknik *Butterfly Hug* berfokus pada ritme ketukan dan sugesti positif sambil menerapkan focus pada ketukan yang dihasilkan serta focus untuk meningkatkan pandangan positif yang juga bisa mencerminkan harga diri mereka. Teknik ini juga bisa meningkatkan fungsi otak, yaitu medial prefrontal cortex dan posterior cingulate cortex, ventral striatum, dan ventral medial prefrontal cortex, yang berperan sebagai bagian otak yang bertugas untuk membuat pandangan, persepsi, penilaian dan pengaturan emosi, sehingga dapat mengurangi stress.

Hasil penelitian sesudah diberikan terapi *Butterfly Hug* menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mengalami penurunan. Penurunan tingkat kecemasan pasien tentu saja dipengaruhi oleh terapi *Butterfly Hug* yang dapat membuat pasien rileks dan nyaman dengan afirmasi positif yang diberikan kepada dirinya sendiri. Dengan afirmasi positif, pasien akan tersugesti untuk berfikir positif sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan. Terapi *Butterfly Hug* mempunyai beberapa kelebihan diantaranya gerakan pada terapi *Butterfly Hug* sangat mudah untuk dilakukan tanpa membutuhkan peralatan yang khusus, dapat dilakukan secara mandiri, dan dapat dilakukan dimana saja.

Hal ini didukung oleh penelitian Suara & Retnaningsih, (2023), mengatakan Metode *Eye Movement Desensitization And Reprocessing* (EMDR) *Butterfly Hug* memiliki kelebihan dalam penerapannya, dimana dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja. *Butterfly Hug* dapat digunakan secara cepat sebagai bantuan segera dengan cara untuk menerima diri sendiri dengan membuat sugesti untuk merasa lebih baik tentang diri sendiri sehingga mencegah terjadinya gejala stres dan mengurangi kecemasan. Sejalan dengan penelitian Veronika Kusuma,(2024) mengatakan bahwa pemberian metode *Butterfly Hug* dapat menurunkan kecemasan karena metode sederhana dan mudah dilakukan. Gerakan menepuk – nepuk dada sambil memeluk diri sendiri dan pemusatan pikiran dalam proses imajinasi dapat membantu mengalihkan perhatian seseorang terhadap rasa cemas sehingga pikiran menjadi lebih tenang dan rileks. Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi *Butterfly Hug* mempunyai peranan penting dalam tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi dalam mengurangi kecemasan yang dirasakan

Pengaruh Butterfly Hug Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dan sesudah diberikan terapi *Butterfly Hug*. Tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi sebelum diberikan terapi *Butterfly Hug* termasuk dalam kategori kecemasan sedang sebanyak 15 orang (75%) dan kecemasan ringan sebanyak 5 orang (25%). Sesudah diberikan terapi *Butterfly Hug*, tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi termasuk dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 15 orang (75%) dan kategori tidak ada kecemasan sebanyak 5 orang (25%). Berdasarkan hasil analisis, rata-rata nilai kecemasan sebelum diberikan terapi *Butterfly Hug* 20,95 dan sesudah diberikan adalah 17,40. Tingkat kecemasan sudah diberikan terapi *Butterfly Hug* mengalami penurunan dengan rata-rata penurunan sebesar 3,55. Hasil uji statistic menggunakan *Wilcoxon* pada aplikasi *SPSS* didapatkan hasil *p-value* (00,000) < α (0,05) yang berarti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang artinya ada pengaruh *Butterfly Hug* terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi Di RSUD Provinsi NTB.

Terapi *Butterfly Hug* adalah metode penerimaan diri sendiri untuk merasa lebih baik tentang diri sendiri. Metode ini menggunakan penerimaan diri sendiri agar merasa lebih baik, sehingga cara ini dapat mengatasi trauma individu tanpa bantuan orang lain (Arviani et al., 2021). Prosedur *Butterfly Hug* dengan teknik sentuhan dapat menurunkan kecemasan yang dirasakan karena proses *self healing* dengan sentuhan membuat seseorang dalam kondisi meditatif ringan yang sudah diketahui dapat mengurangi stres dan

kecemasan dalam tubuh. Tubuh akan menjadi rileks dan secara tepat akan merasa lebih baik (Harisa et al., 2023). Berdasarkan penelitian Ramdhani, (2023) mengatakan terapi *Butterfly Hug terbukti* meningkatkan kadar oksigen dalam darah dan dapat membuat tenang. Gerakan mata atau ketukan untuk memproses traumatis bagi individu atau kelompok untuk menenangkan diri. Teknik menenangkan yang baik dapat mengurangi tingkat kecemasan sehingga rasa cemas dan khawatir bisa meredah dengan waktu pemberian selama 3-10 menit.

Uraian diatas sejalan dengan penelitian Nadidah et al., (2024), Tentang Pengaruh Terapi *Butterfly Hug* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre-Operasi Laparotomi, menunjukkan hasil nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan ada pengaruh terapi *butterfly hug* terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre-operasi laparotomi. Terapi *Butterfly Hug* dapat meningkatkan fungsi otak yang mengatur pandangan, persepsi, penilaian dan pengaturan emosi sehingga dapat mengurangi kecemasan. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Biahimo et al., (2025) Tentang Efektifitas Pemberian Terapi *Butterfly Hug* Dan Aromaterapi Lavender Pada Pasien Dengan Ansietas Di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga, hasil penelitian menunjukan bahwa nilai *p-value* sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi *Butterfly Hug* yaitu $0,002 < 0,05$ yang artinya pemberian terapi *Butterfly Hug* efektif pada pasien dengan ansietas di wilayah kerja Puskesmas Telaga. Biahimo et al., (2025) menyimpulkan bahwa pemberian *Butterfly Hug* sangat cocok untuk mengatasi kecemasan. Terapi *Butterfly Hug* dapat memproses ulang traumatis pasien untuk menenangkan diri sehingga tingkat kecemasan pada pasien dapat menurun atau dapat diatas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh *Butterfly Hug* terhadap tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi Di RSUD Provinsi NTB. Pasien kanker payudara post kemoterapi mengalami penurunan kecemasan pada hari kelima pemberian terapi *Butterfly Hug*. Hal ini dapat dilihat dari hasil evaluasi setiap pemberian *Butterfly Hug* dengan menanyakan keadaan pasien setelah tindakan. Hari pertama pemberian *Butterfly Hug* pasien masih menyusaikan dengan terapi yang diberikan, dimana terlihat pasien masih merakan kecemasan seperti wajah tampak tegang, pasien tampak gelisah dan lesu, pasien mengatakan masih memikirkan hal-hal yang negative. Kemudian pada hari kedua, kecemasan yang dirasakan belum mengalami penurunan. Pasien masih merasa tegang, gelisah, bahkan sulit untuk beristirahat. Hari ketiga ini pasien masih tampak tegang dan lesu, akan tetapi pasien sudah mulai bisa berfikir positif serta sudah dapat beristirahat dengan cukup. Selanjutnya pada hari keempat penurunan kecemasan pada pasien sedikit lebih terlihat. Dimana pasien sedikit lebih rileks, pasien tampak sedikit tegang, tampak lesu pada pasien berkurang dan pasien sudah lebih mau mengekspresikan perasaanya serta dapat beristirahat dengan cukup. Pada hari kelima pemberian terapi *Butterfly Hug*, pasien tampak sudah lebih nyaman dan rileks, tegang berkurang, lesu berkurang dan tampak pasien lebih banyak berkomunikasi. Hasil wawancara, pasien mengatakan sudah dapat mengontrol kecemasan yang dirasakan dengan terapi *Butterfly Hug*, pikiran-pikiran negatif sudah dapat dikontrol dengan baik. Sehingga pada hari kelima ini, kecemasan pada pasien sudah mulai mengalami penurunan. Dihari keenam pemberian *Butterfly Hug*. Tampak pasien sudah lebih rileks dan nyaman. Selanjutnya pada hari ketujuh pemberian *Butterfly Hug* dapat disimpulkan melalui hasil wawancara dan

Post test menggunakan ceklis HARS bahwa kecemasan pada pasien kanker payudara post kemoterapi mengalami penurunan.

Penurunan kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi terjadi pada hari kelima, hal ini karena, tubuh memerlukan waktu untuk menyesuaikan diri dengan teknik relaksasi atau intervensi baru. Selama beberapa hari pertama, sistem saraf mungkin masih dalam proses adaptasi, dan efek relaksasi mulai terasa lebih signifikan setelah periode ini. Selanjutnya otak memiliki kemampuan untuk membentuk dan mengubah jalur saraf melalui proses yang dikenal sebagai neuroplastisitas. Penerapan teknik baru, seperti latihan relaksasi atau terapi kognitif, memerlukan waktu bagi otak untuk menyesuaikan dan membentuk pola respons baru yang efektif dalam mengelola kecemasan. Melalui latihan atau terapi yang dilakukan secara konsisten dapat memiliki efek kumulatif, di mana manfaatnya menjadi lebih jelas setelah beberapa hari praktik berkelanjutan (Neurosains et al., 2024).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa Tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi sebelum diberikan terapi *Butterfly Hug* sebagian besar termasuk dalam kategori kecemasan sedang sebanyak 15 orang (75%). Tingkat kecemasan pasien kanker payudara post kemoterapi setelah diberikan terapi *Butterfly Hug* sebagian besar termasuk dalam kategori kecemasan ringan sebanyak 15 orang (75%). Ada pengaruh terapi *Butterfly Hug* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Post Kemoterapi.

Terapi *Butterfly Hug* dapat digunakan sebagai terapi sederhana yang bisa dilakukan oleh responden secara mandiri sehingga dapat mengurangi kecemasan yang dirasakan. Disarankan untuk peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan ruang lingkup yang lebih besar pada semua jenis kanker, dan dengan waktu penelitian yang lebih singkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adolph, R. (2023). *The Effectiveness of Spiritual Guided Imagery and Music on Anxiety in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy*. 4, 1–23.
- Adriyansyah. (2020). The Influence of Hug Therapy on Children's Emotional Intelligence Improvement. *Journal of Nursing Science News*, 22(1), 1–8.
- Arviani, H., Candraditya Subardja, N., & Charisma Perdana, J. (2021). Mental Healing in Korean Drama "It's Okay to Not Be Okay". *Josar*, 7, 1.
- Astuti, NAP (2024). Butterfly Hug as a Relaxation Technique: An Effective Method to Reduce Adolescent Anxiety. *Counseling: Scientific Journal of Research and Its Application*, 5 (4), 133–137. <https://doi.org/10.31960/konseling.v5i4.2530>
- Biahimo, NUI, & Kau, M. (2025). *Journal of Muhammadiyah Nursing Effectiveness of Butterfly Hug Therapy and Lavender Aromatherapy for Patients with Anxiety in the Telaga Health Center Work Area*. 10 (1), 16–25.
- Girianto. (2021). Butterfly Hug Reduces Anxiety in Elderly. *Journal of Nursing and Midwifery*, 8(3), 295–300.

- Harisa, A., Muhinra, SA, Fitri, AZ, Hidayah, M., Ramadhani NB, RA, Hikmah D, N., Rosyidi, B., & Yodang, Y. (2023). Butterfly Hug Therapy Education to Reduce Psychosocial Problems: Anxiety in the Community in the Tamalanrea Jaya Health Center Work Area, Makassar City. *Journal of Community Service (JAK)* , 5 (3), 604. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i3.603>
- Hermanto, A. (2024). *Non-Pharmacological Therapy to Reduce Anxiety in Cancer Patients with Chemotherapy: 11* (6), 334–337.
- Indar, I., Indar, W., and Naiem, M. . (2023). *Factors Related to Anxiety in Pre-Vitreotomy Patients at Rsi Sultan Agung Semarang* . 3 (4), 58–66.
- JASMINE, K. (2024). The Effectiveness of Butterfly Hug to Reduce Anxiety of Mahad Sunah Ampe Al - Aly Students of Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang. *Addition of Sodium Benzoate and Potassium Sorbate (Anti-inversion) and Stirring Speed as an Effort to Inhibit Inversion Reactions in Sugarcane Juice* .
- Jelang, DW, Kariasa, IM, & Yona, S. (2024). Effectiveness of Breathing Exercise in Reducing Anxiety in Patients with Lung Cancer. *Journal of Telenursing (JOTING)* , 6 (1), 1554–1562. <https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.9789>
- Ministry of Health of the Republic of Indonesia. (2023). *Basic training material module 1 (mpd. 1) basic concepts of cancer* (Vol. 1).
- Lutfa, U., & Maliya, A. (2022). Factors affecting patient anxiety in chemotherapy at Dr. Moewardi Hospital Surakarta. *Nursing Science News* , 1 (4), 113–129. <https://forikes-ejournal.com/ojs-2.4.6/index.php/SF/article/view/sf13nk204>
- Marsaid, Nofiyanti Setya Rahayu, S., Hanan Nursing Department, A., & Rahmawati, I. (2022). Factors Related to the Level of Anxiety in Breast Cancer Patients with Chemotherapy. *Journal of Health Research "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")* , 13 (2), 26–32. <https://forikes-ejournal.com/ojs-2.4.6/index.php/SF/article/view/sf13nk204>
- Mohammad, R., & Palembang, H. (2024). *Undergoing Chemotherapy in the Rambang Room 2* . 2 . 16 (1), 31–37.
- Nadidah, N., Dita, F., Chairani, R., Nadidah, N., & Dita, F. (2024). *The Effect of Butterfly Hug Therapy on Reducing Anxiety Level of Pre-Laparotomy Patients Abstract Corresponding Author Keywords The Effect of Butterfly Hug Therapy on Reducing Anxiety Level of Pre-Laparotomy Patients Introduction Differentiation* . 113–122. <https://doi.org/10.36082/jhcn.v4i2.1877>
- Neuroscience, KK, Islam, P., Jasmani, D., & Kamil, I. (2024). The Mechanism of Brain and Nervous System: The Perspective of Islamic Educational Neuroscience. *Journal of Scientific Research and Studies* , 19 (1), 118–130.
- Pratiwi, SR, Widiyanti, E., & Solehati, T. (2017). Overview of Factors Related to Breast Cancer Patients' Anxiety Undergoing Chemotherapy. *Indonesian Journal of Nursing Education* , 3 (2), 167. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9422>
- Putri, L., Kurniawan, ST, & Listiyanawati, MD (2023). The Effect of Self Healing Method with Butterfly Hug Technique on Anxiety of Pre-Caesarean Section Patients at Ibu Fatmawati Soekarno Surakarta Hospital Lidya. *Undergraduate Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Kusuma Husada University, Surakarta* , 56 , 1–9.
- Ramdhani. (2023). Application of Butterfly Hug Technique to Reduce Anxiety in Elderly at 'Aisiyiah Surakarta Elderly Home. *Indonesian Journal of Medical and Health Sciences. Indonesian Journal of Medical and Health Sciences (JIKKI)* , 3 (3).

- Rika Widianita, D. (2023). No. Relationship between Family Support and Quality of Life in Cancer Patients. *AT-TAWASSUTH: Journal of Islamic Economics* , VIII (I), 1–19.
- Simanullang, P., & ME (2020). Anxiety Level of Patients Undergoing Chemotherapy at Martha Friska Pulo Brayan Hospital, Medan. *Darma Agung Husada Journal* , 7 (2), 71–79.
- Suara, E., & Retnaningsih, D. (2023). Effectiveness of Eye Movement Desensitization and Reprocessing Butterfly Hugs as Self Healing for Nurses' Work Stress. *Journal of Nursing* , 15 (4), 1573–1580.