

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Penelitian, Juni 2025**

**Mahesy Al' Adawiyah
24501066**

Asuhan Keperawatan Maternitas Dengan Penerapan *Progressive Muscle Relaxation* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Ca Ovarium Di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru

XIV + 48 halaman + 9 Tabel + 1 Gambar + 8 Lampiran

ABSTRAK

Nyeri merupakan salah satu keluhan utama yang paling sering dialami oleh pasien kanker, terutama pada mereka yang telah mengalami metastasis dengan prevalensi mencapai sekitar 64%. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien kanker ovarium. Jumlah responden pada penelitian ini yaitu 1 orang dengan desain penelitian menggunakan metode eksperimen dengan pemberian intervensi secara langsung kepada responden. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan menggunakan alat ukur *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri yang signifikan setelah dilakukan intervensi. Rerata skor nyeri sebelum perlakuan (*pre-test*) adalah 4 (sedang), sedangkan setelah perlakuan (*post-test*) menurun menjadi 2 (ringan). Dengan demikian, terapi *Progressive Muscle Relaxation* terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam membantu menurunkan tingkat nyeri pada pasien kanker ovarium.

Kata Kunci : Nyeri, Kanker ovarium, *Progressive Muscle Relaxation*
Daftar Pustaka : 17 (2020 – 2025)

**BACHELOR OF NURSING PROGRAM, FACULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI UNSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
Research, Juni 2025**

**Mahesy Al' Adawiyah
24501066**

**Maternity Nursing Care with the Application of Progressive Muscle Relaxation
to Reduce Pain Levels in Ovarian Ca Patients at Arifin Achmad Hospital
Pekanbaru.**

XIV + 48 pages + 9 tables + 1 figure + 8 Appendixes

ABSTRACT

Pain is one of the main complaints most often experienced by cancer patients, especially in those who have metastasized with a prevalence of around 64%. This study aims to evaluate the effectiveness of Progressive Muscle Relaxation (PMR) therapy in reducing pain levels in ovarian cancer patients. The number of respondents in this study was 1 person with a research design using experimental methods by providing direct intervention to respondents. Measurement of pain levels is carried out using the Numeric Rating Scale (NRS) measuring instrument. The results showed a significant decrease in pain levels after the intervention. The average pain score before treatment (pre-test) was 4 (moderate), while after treatment (post-test) decreased to 2 (mild). Thus, Progressive Muscle Relaxation therapy is proven to be effective as a nonpharmacological intervention in helping reduce pain levels in ovarian cancer patients.

Keywords : Pain, Ovarian Cancer, Progressive Muscle Relaxation

References : 17 (2020 - 2025)