

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Kanker payudara adalah kanker tumor ganas yang terjadi pada payudara. Kanker payudara seringkali tidak terdeteksi ciri-ciri awalnya, hal ini tentu menyebabkan sel kanker akan membahayakan sel atau organ lain, bahkan bisa menyebabkan kematian. Menurut data Riskesdas, di Indonesia prevalensi tumor atau kanker mengalami peningkatan di tahun 2013 dari 1,4 per 1.000 penduduk pada tahun 2018 menjadi 1,79 per 1.000 penduduk, untuk kanker payudara sebesar 1,4% atau sekitar 347.792 orang (Riskesdas, 2018). Sedangkan angka kejadian kanker payudara pada tahun 2019 yaitu sebesar 42,1 per 1000 penduduk dengan rata-rata kematian 13,9 per 1000 penduduk (Kemenkes RI, 2019).

Kanker payudara adalah tumor ganas yang terjadi pada kelenjar air susu. Sel payudara yang normal akan mengalami perubahan menjadi sel kanker yang tidak normal, sel ini akan terus menyebar dan menyebabkan kerusakan dan kegagalan fungsi pada organ tubuh yang lain (Kurniawan, 2019). Sel kanker yang abnormal ini akan tumbuh sangat cepat, sehingga penderita kanker membutuhkan pengobatan, seperti kemoterapi. Kemoterapi merupakan terapi yang di gunakan untuk membunuh sel kanker yang mengganggu fungsi organ tubuh manusia (Pratiwi, 2017).

Kanker payudara dapat terjadi pada usia muda, bahkan kanker payudara ini dapat terjadi pada usia 14 tahun. Jika sel kanker tidak terdeteksi secara dini, maka sel kanker akan terus tumbuh dan berkembang menjadi tumor ganas. Di Indonesia sendiri, lebih dari 80% kasus kanker payudara yang terjadi dan sudah berada pada stadium lanjut dan pengobatan sulit dilakukan. Oleh karena itu, untuk mencegah terjadinya kanker payudara sejak dini, perlu meningkatkan pemahaman tentang upaya melakukan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri). SADARI adalah metode pemeriksaan payudara sendiri yang digunakan untuk menentukan apakah seorang wanita mungkin mempunyai benjolan pada payudara (Hardy, 2020).

Aspek psikologis yang dapat terjadi pada pasien kanker payudara yg menjalani kemoterapi yaitu stress, kecemasan dan depresi. Kecemasan adalah pengalaman emosional yang mengganggu individu. Kecemasan dikaitkan dengan rasa tidak aman dan tidak berdaya (Kusumawati & Hartono, 2010). Stres adalah masalah umum dalam kehidupan manusia, menurut penelitian Kupriyanov (2014) menegaskan bahwa stress merupakan suatu masalah yang dapat mengancam kondisi fisik dan mental seseorang. Depresi adalah masalah psikologis yang dapat mengurangi produktivitas seseorang dengan gejala yang timbul seperti sedih, rasa ingin bunuh diri, sehingga dapat membahayakan diri sendiri dan masyarakat sekitar (Hawari, 2016).

Terapi komplementer ialah terapi yang bisa di gunakan untuk mengurangi efek samping dari berbagai penyakit dengan teknik yang mudah dan dapat dilakukan sendiri tanpa bantuan dari tim medis atau bisa juga disebut sebagai pengobatan alternatif. Terapi yang bisa dilakukan untuk mengurangi rasa kecemasan, stress dan depresi pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi yaitu:

Relaksasi Otot Progresif (ROP) adalah salah satu teknik relaksasi yang paling mudah dan sederhana yang sudah digunakan secara luas. Teknik relaksasi otot progresif merupakan teknik relaksasi otot dalam yang tidak memerlukan imajinasi, ketekunan dan sugesti (Herodes, 2010 dalam (Setyoadi & Kushariyadi, 2011). Terapi ini berfokus pada aktivitas otot, mengidentifikasi otot yang tegang, dan menggunakan teknik relaksasi untuk menjaga kondisi fisik dan emosional agar tetap rileks. Terapi PMR merupakan pengobatan non farmakologi untuk meredakan kecemasan, stres dan depresi pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengembangkan produk yang dapat digunakan sebagai alat bantu edukasi bagi pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

Berdasarkan dari beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan untuk mengetahui efektifitas terapi relaksasi otot progresif sebagai penurunan tingkat stress, kecemasan dan depresi pada pasien penderita kanker yang menjalani kemoterapi, namun dari berbagai penelitian memiliki hasil yang berbeda. Menurut penelitian Widyastuti (2020) menunjukkan penurunan tingkat stress responden setelah melakukan relaksasi progresif, dari 33 responden sebagian besar mengalami

stres sedang (72,7%), setelah melakukan relaksasi progresif sebagian besar mengalami stres ringan (63,6%). Sedangkan menurut penelitian Simanullang (2019) hasil dari penelitiannya di dapatkan, sebelum melakukan PMR mayoritas memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 34 orang (68,0%), dan sesudah melakukan PMR responden memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 26 orang (52,0%).

Guided imagery adalah salah satu pengobatan komplementer untuk pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Guided imagery mendorong pasien untuk menggunakan imajinasinya dengan sesuatu yang menarik dan indah sehingga dapat meningkatkan rasa tenang dan tentram, mengurangi stres, kecemasan dan depresi, serta membuat pasien bahagia (Nurwahidah, 2018).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang sudah dilakukan untuk mengetahui pengaruh guided imagery terhadap penurunan kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Menurut penelitian Nuwa (2020) dari 30 responden dalam penelitiannya menunjukkan sebagian besar mengalami kecemasan berat yaitu 22 responden (73,3%), setelah melakukan terapi guided imagery kecemasan menurun menjadi kecemasan ringan yaitu (53,4%).

Terapi relaksasi autogenik adalah terapi non-farmakologi yang meredakan masalah psikologis seperti stres, kecemasan, dan depresi. Tidak menjaga kesehatan mental dengan baik dapat mempengaruhi kesehatan penderita kanker payudara. Relaksasi autogenik adalah relaksasi yang terjadi ketika menggunakan kata-kata atau kalimat pendek untuk menenangkan pikiran (Margaretha & Trimawati, 2017).

Peran perawat adalah membantu pasien memahami kondisi mereka dan bagaimana melakukannya. Pendidikan kesehatan bagi penderita kanker payudara tentunya membutuhkan sebuah media yang dapat dengan mudah di pahami dan dapat dilihat berulang kali, yakni dengan menggunakan *booklet*.

Booklet sendiri merupakan bentuk penyampaian informasi yang sederhana dan ekonomis, dan telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan dapat menjadi sumber informasi yang dapat digunakan sebagai media pendidikan (Heri et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian Wulandari (2020) pemberian *booklet* mengenai hipertensi yang diberikan pada lansia dengan hipertensi berhasil

meningkatkan pengetahuan dan merubah perilaku menjadi lebih baik untuk mengontrol tekanan darahnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk memberikan sebuah pendidikan kesehatan melalui *booklet* mengenai kanker payudara itu sendiri dan terapi-terapi komplementer yang dapat dilakukan untuk pasien kanker payudara, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi agar dapat mengurangi tingkat kecemasan, stress dan depresi yang dialami.

I.2 Tujuan Penelitian

I.2.1 Tujuan Umum

Booklet ini dibuat untuk mengetahui berbagai macam intervensi yang dapat menurunkan aspek psikologis seperti kecemasan, stress dan depresi pada pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi.

I.2.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui intervensi terapi komplementer yang dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.
- b. Mengetahui intervensi terapi komplementer yang dapat menurunkan tingkat stress pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.
- c. Mengetahui intervensi terapi komplementer yang dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.

I.3 Target Luaran

Target yang diharapkan dari pembuatan karya ilmiah ini adalah terwujudnya sebuah karya yang dapat bermanfaat untuk semua masyarakat, terutama pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi untuk meningkatkan pemahaman mereka agar bisa mengatasi masalah psikologis yang dirasakan.

Sementara luaran yang dihasilkan berupa *Booklet* dengan judul “Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Aspek Psikologis Pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi” yang telah mendapatkan sertifikat Hak Kekayaan

Intelektual (HKI) dengan jenis HKI Hak Cipta. Muatan materi yang terdapat didalamnya menjelaskan mengenai materi kanker payudara dan terapi-terapi komplementer yang dapat dilakukan pasien untuk mengurangi aspek psikologis seperti kecemasan, stress dan depresi.