

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DENGAN KANKER PAYUDARA DAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI BENSON DI RUANG ONKOLOGI RSPAD GATOT SOEBROTO

Seni Nilam Sari

Abstrak

Kanker payudara merupakan salah satu masalah kesehatan dengan jenis keganasan yang banyak ditemukan dan berada di urutan pertama di antara kanker yang terjadi pada wanita di Indonesia. Tatalaksana pengobatan pada kanker salah satunya berupa kemoterapi, penanganannya dapat memicu tekanan pada pasien kanker payudara, efek yang ditimbulkan tidak hanya berupa fisik juga psikologis, memengaruhi emosi penderitanya dan menimbulkan gejala salah satunya sulit tidur hingga terjadi penurunan kualitas tidur. Gangguan tidur dilaporkan mempengaruhi 65% kanker payudara terjadi lebih sering dari pasien dengan penyakit onkologi lainnya. Intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi adalah terapi relaksasi benson. Tujuan penerapan intervensi berbasis EBN ini untuk menganalisis pengaruh terapi relaksasi benson terhadap peningkatan kualitas tidur pada pasien kanker payudara. Pemberian terapi ini dilakukan di RSPAD Gatot Soebroto dengan pasien berjumlah dua orang, pada pasien yang mengalami nyeri, mengalami gangguan pola tidur, mengurangi rasa nyeri karena kontraksi otot, mengurangi pengaruh dari situasi stres, dan mengurangi efek samping dari kemoterapi pada pasien kanker Terapi Relaksasi Benson dilakukan selama 20 menit dengan frekuensi 2x sehari di pagi dan sore hari selama 5 hari berturut-turut, dilakukan terbaring di tempat atau ruangan yang tenang tanpa gangguan. Efektivitas terapi yang dilakukan diukur menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Indeks* (PSQI). Dimana hasil dari pemberian terapi Relaksasi Benson efektif dalam meningkatkan Kualitas tidur terbukti dari hasil skor PSQI terhadap kedua pasien mengalami penurunan signifikan pada pasien kelolaan 9 poin dengan skor 15 menjadi 6 dan pasien resume skor 16 menjadi 7 setelah diberikan terapi tersebut selama 5 hari.

Kata Kunci : Kanker payudara, Kualitas Tidur, Terapi Relaksasi Benson

ANALYSIS OF NURSING CARE IN PATIENTS WITH BREAST CANCER AND BENSON'S RELAXATION THERAPY INTERVENTIONS IN THE ONCOLOGY ROOM AT GATOT SOEBROTO ARMY HOSPITAL

Seni Nilam Sari

Abstract

Breast cancer is a health problem with a type of malignancy that is often found and is in first place among cancers that occur in women in Indonesia. One of the treatments for cancer is chemotherapy. This treatment can trigger stress in breast cancer patients. The effects are not only physical but also psychological, affecting the sufferer's emotions and causing symptoms, one of which is difficulty sleeping, leading to a decrease in sleep quality. Sleep disorders are reported to affect 65% of breast cancers occurring more frequently than in patients with other oncological diseases. An intervention that can be carried out to improve sleep quality in breast cancer patients undergoing chemotherapy is Benson relaxation therapy. The aim of implementing this EBN-based intervention is to analyze the effect of Benson relaxation therapy on improving sleep quality in breast cancer patients. This therapy was provided at the Gatot Soebroto Army Hospital with two patients, in patients who experienced pain, had disturbed sleep patterns, reduced pain due to muscle contractions, reduced the influence of stressful situations, and reduced the side effects of chemotherapy in cancer patients. Benson Relaxation Therapy carried out for 20 minutes with a frequency of 2x a day in the morning and evening for 5 consecutive days, carried out lying in a quiet place or room without distractions. The effectiveness of the therapy carried out was measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire. Where the results of providing Benson Relaxation therapy were effective in improving sleep quality as evidenced by the results of the PSQI scores for both patients which experienced a significant decrease in patients managed by 9 points with a score of 15 to 6 and the patient resumed a score of 16 to 7 after being given this therapy for 5 days..

Keyword: Benson Relaxation Therapy, Breast Cancer, Sleep Quality