

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Insomnia adalah gangguan tidur yang lazim terjadi pada penderita kanker. Terganggunya pola tidur pada penderita dapat disebabkan oleh terjadinya sakit fisik akibat perjalanan kanker itu sendiri, nyeri, efek samping dari obat-obatan yang digunakan atau terapi lain untuk kankernya (seperti mual, muntah ataupun diare), lingkungan (seperti suhu dan kebisingan ruangan), gaya hidup (seperti pola makan, olahraga, rutinitas tidur, dan kondisi emosional), dan juga dampak psikologis dari kanker (Hananta, Benita, Barus, & Halim, 2014). Dari masalah-masalah tersebut juga dapat berakibat buruk bagi *sleep hygiene*, jadwal bangun tidur yang tidak teratur, konsumsi kafein dan alkohol, kekhawatiran yang berkelanjutan, kecemasan atau harapan yang tidak realistis tentang kondisi tidur, dan gangguan adaptasi perilaku bangun-tidur (Islamiyah, 2018). Terdapat pula komplikasi jika terjadi insomnia, yaitu ketika sel saraf otak tidak mendapatkan jumlah tidur yang cukup maka kerja fungsi otak dalam hal menyimpan atau mengambil informasi dan kemampuan untuk mentoleransi situasi stres yang berfungsi pada tingkat yang lebih tinggi dapat terganggu dan tidak optimal (Driver et al., 2012).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2019) menyebutkan angka kematian yang disebabkan oleh kanker di dunia mencapai 9.555.027 orang dengan prevalensi kematian terbanyak pada laki-laki sebanyak 9.456.418 orang dan perempuan sebanyak 8.622.539 orang. Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) dalam Kementerian Kesehatan RI Badan

Penelitian dan Pengembangan (2018), prevalensi kanker di Indonesia mencapai 1,79 per 1000 penduduk, naik dari tahun 2013 sebanyak 1,4 per 1000 penduduk. Riset ini juga menemukan prevalensi tertinggi berada di kota Yogyakarta sebanyak 4.86 per 1000 penduduk, disusul Sumatera Barat 2.47 per 1000 penduduk, dan Gorontalo 2.44 per 1000 penduduk. Sedangkan untuk Jawa Timur sebanyak 2.41 per 1000 penduduk. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hananta, Benita, Barus, & Halim (2014) dengan judul Gangguan Tidur pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Dharmais Jakarta memiliki prevalensi gangguan tidur yang dialami pasien kanker payudara sebanyak 67,1%. Berdasarkan data terbaru tahun 2020 terdapat 82 pasien kanker di Puskesmas Pacar Keling Surabaya.

Insomnia merupakan gangguan tidur yang umum terjadi. Insomnia terjadi karena sakit fisik yang terjadi akibat kanker, nyeri, efek samping obat-obatan atau terapi kanker lainnya (misal akan terjadi mual, muntah, dan diare), lingkungan (suhu, kebisingan ruangan), gaya hidup (pola makan, olahraga, rutinitas tidur, kondisi emosional), dan dampak psikologis dari kanker (Hananta, Benita, Barus, & Halim, 2014). Perubahan dalam fungsi imun alami dan seluler juga muncul akibat kurangnya tidur tingkat sedang sampai berat (Nurdin, Arsin, & Thaha, 2018). Salah satu kriteria insomnia menurut *Diagnostic and Statistical of Mental Disorder* (DSM) dalam Islamiyah (2018) adalah keluhan utama insomnia berupa rasa tidak nyaman dengan kuantitas (waktu) dan kualitas (kelelahan) tidur.

Penderita insomnia banyak mencari cara alternatif untuk menyembuhkan gangguan tidur yang mereka alami yaitu salah satunya adalah mendengarkan musik. Jenis musik yang dipilih adalah musik yang menenangkan jiwa, memberi

ketenangan, dan juga ketentraman yaitu musik klasik. Musik klasik berasal dari ritme denyut nadi manusia sehingga berfungsi dalam perkembangan otak, pembentukan jiwa, karakter bahkan raga manusia (Simatupang, 2013). alunan dan irama yang lembut, tempo yang lamban dari musik klasik dapat membangkitkan semangat, membuat hati bahagia saat mendengarnya, hingga perasaan tenang yang dirasakan oleh seseorang. Hal ini mendorong musik klasik dijadikan sebagai terapi untuk mengurangi insomnia (Wijayanti, 2012). Menurut Musbikin (2009) dalam (Mahanani, 2013), musik memiliki aspek terapeutik, sehingga digunakan untuk penyembuhan, menenangkan, dan memperbaiki kondisi fisik maupun fisiologi karena berdasarkan penelitian ditemukan bahwa saraf penerus musik dan saraf penerus rasa sakit itu sama sehingga para dokter menggunakan musik sebagai terapi. Musik yang dipilih untuk terapi adalah musik klasik *mozart* (Sahanantya, Armiyati, & Arif, 2014).

Menurut Musbikin (2009) dan Mahanani (2013), terapi musik yang paling banyak diminati dan digemari adalah musik klasik. Salah satu jenis musik klasik yang terkenal adalah musik *Mozart*. Dalam jurnal berjudul Pengaruh Terapi Musik Klasik *Mozart* Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Stroke di Rumah Sakit Pantiwilasa Citarum Semarang membuktikan bahwa sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik mendapati jumlah yang berbeda, saat sebelum dilakukan terapi musik didapatkan kualitas tidur yang buruk sebanyak 57,7% dan pada kualitas tidur yang baik hanya didapatkan sejumlah 42,3%. Setelah pemberian terapi musik maka didapati perubahan yang cukup signifikan dengan pasien yang memiliki kualitas tidur yang baik sejumlah 69,2% sedangkan yang memiliki kualitas tidur yang buruk sejumlah 30,8%. Terapi musik *mozart* tersebut terbukti

efektif terhadap kualitas tidur pada pasien stroke (Sahanantya, Armiyati, & Arif, 2014). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap insomnia pada penderita kanker.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh pemberian terapi musik klasik *mozart* terhadap insomnia pada penderita kanker?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap insomnia pada penderita kanker.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi insomnia sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* pada penderita kanker.

1.3.2.2 Menganalisis pengaruh terapi musik *mozart* terhadap insomnia pada penderita kanker.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

1.4.1.1 Tambahan informasi/pengetahuan berdasarkan kebenaran ilmiah tentang pengaruh musik klasik *mozart* terhadap insomnia pada penderita kanker.

1.4.1.2 Sebagai dasar untuk pengembangan penelitian lebih lanjut di bidang keperawatan khususnya pemberian terapi musik klasik *mozart* terhadap insomnia pada pasien kanker.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tindakan yang tepat dalam penanganan insomnia pada pasien kanker.

1.4.2.2 Bagi perawat komunitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi motivasi bagi perawat komunitas untuk melakukan tindakan alternatif dalam penanganan insomnia pada pasien kanker.

1.4.2.3 Bagi puskesmas

Dapat mengembangkan pengetahuan serta dapat melakukan evaluasi dalam program pemberian terapi musik klasik *mozart* pada pasien kanker.