

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Penyakit kanker merupakan penyakit dengan cepat mengalami metastase dan menyebabkan resiko tinggi kematian terutama pada orang yang berusia 50 tahun ke atas (Longfei Lin, 2019). Pasien kanker cenderung mengalami *fatigue* yang berlebihan dan gangguan tidur, yang memicu timbulnya penurunan kemampuan beraktivitas secara mandiri baik aktivitas yang bersifat ringan sampai aktivitas yang berat, hal ini akhirnya berdampak terhadap rendahnya kualitas hidup pasien secara fisik (Maria Ray, 2010). Menurut Werdani (2020), *caregiver* yang merawat pasien kanker selama 4-6 jam per hari menyebabkan timbulnya stres pada tingkat sedang. Merawat pasien yang mengalami keterbatasan fisik dapat menjadi stresor primer yang menyebabkan *caregiver* beresiko mengalami distress psikologis (Richard Schulz, 2012).

Kanker menjadi penyebab kematian utama dengan menyumbang sekitar 8,2 juta kematian di seluruh dunia (WHO, 2014). Prevalensi penyakit kanker pada penduduk semua umur di Indonesia menurut data Riskesdas pada tahun 2018 sebanyak 1.79% dari 1.000 orang dan sekitar 347.792 penduduk. Prevalensi tertinggi berada di Yogyakarta sebanyak 4.86% per 1000 penduduk, sedangkan untuk di Jawa Timur sebanyak 2.41% per 1000 penduduk (Badan penelitian dan pengembangan kesehatan, 2018). Penelitian terhadap 130 *family caregivers* pada pasien kanker mengalami stres dan depresi sebanyak 24.6% (Mahadevan et al., 2013). Penelitian terhadap 104 *family caregivers* pada pasien kanker sebagian

besar mengalami peningkatan stres emosional (Longacre, Ross, & Fang, 2014). Berdasarkan hasil survei awal pada bulan Maret tahun 2020 di Puskesmas Kedungdoro terdapat 43 orang pasien kanker dan di Puskesmas Klampis Ngasem terdapat 17 orang pasien kanker. Berdasarkan hasil wawancara mengenai tingkat stres *caregiver* dengan jumlah 10 anggota keluarga mayoritas keluarga mengalami stres dan cemas akibat penyakit maupun prosedur pengobatan yang harus dilakukan oleh anggota keluarga mereka yang menderita penyakit kanker. Cara mengatasi stres yang mereka alami yaitu dengan cara mengontrol diri mereka seperti rajin berdoa atau sholat maupun keluar dari rumah untuk mencari udara segar agar mengurangi kecemasan. Adapula yang berusaha untuk tetap berpikir positif agar tidak merasa stres. Adapun pertanyaan yang diajukan kepada responden dengan wawancara yaitu: 1) apakah anda merasa stres selama merawat pasien? 2) berapa lama anda merawat pasien? 3) apa saja kendala yang anda alami selama merawat pasien? 4) apa yang anda lakukan jika anda mengalami stres selama merawat pasien kanker? 5) Apa yang anda rasakan jika anda mampu mengendalikan diri?

Tugas dan peran *caregiver* dalam membantu memenuhi kebutuhan pasien kanker antara lain mengambil ahli tugas-tugas rumah tangga, membantu perawatan pribadi, melakukan tugas fisik yang kompleks dan tugas-tugas perawatan, memberikan dukungan, dan pengkoordinasian dengan tenaga medis (Henriksson, A., & Arrestedt, K, 2013). Tugas lain yang dilakukan oleh *caregiver* pada pasien kanker adalah bertanggung jawab dalam membantu memenuhi kebutuhan pribadi pasien, memberikan dukungan psikologis pada pasien, bertanggung jawab terhadap pemeriksaan dan perawatan pasien serta bertanggung

jawab dalam transportasi pasien ke pelayanan kesehatan (Groenvold et al, 2014). Pasien kanker yang memiliki ketergantungan yang tinggi kepada *caregiver* baik ketergantungan fisik maupun psikologis dapat berdampak terhadap timbulnya beban bagi *caregiver* (Werdani, 2018). Beban *caregiver* dapat memicu timbulnya stres yang berdampak terhadap munculnya berbagai masalah kesehatan seperti: gangguan tidur dan kelelahan yang dapat memengaruhi kondisi *caregiver* serta peningkatan beban bagi *caregiver* (Stenberg et al, 2010). Nafsu makan berkurang, hilangnya kekuatan fisik, hilangnya berat badan, dan bahkan stres fisik yang dapat dialami oleh *caregiver* (Glajchen, 2012). *Caregiver* dapat mengalami stres lebih rendah bila merawat pasien lebih dari dua tahun dan sebaliknya, akan semakin tinggi apabila kurang dari dua tahun. Hal ini timbul karena *caregiver* sudah bisa beradaptasi terhadap masalah yang timbul selama merawat anggota keluarga dengan kanker (Joanna Briggs Institute, 2012). Stres dapat memengaruhi semua sistem tubuh, salah satunya adalah kondisi kekebalan tubuh atau sistem imun hal ini ditunjukkan dengan adanya penemuan bahwa stres dapat meningkatkan kerentanan terhadap infeksi (Pinel, 2009). *Caregiver* yang mengalami sakit dapat mengakibatkan menurunnya kualitas perawatan terhadap pasien kanker.

Dalam mengatasi hal tersebut maka *caregiver* dalam melakukan perawatan kepada pasien memerlukan relaksasi yaitu teknik kontrol diri, dimana teknik kontrol diri ini berguna untuk meregulasi emosi, dan fisik individu dari kecemasan, ketegangan, stres dan lainnya (Kazdin, 2001). Menurut Ghufron & Risnawati (2017), kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan

kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan merubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, dan menutupi perasaannya. Kontrol diri mempunyai fungsi-fungsi seperti: membatasi perhatian individu terhadap orang lain, membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain dalam lingkungannya, membatasi individu untuk bertingkah laku negatif, membantu individu dalam memenuhi kebutuhannya secara seimbang (Ghufron & Risnawati (2017).

Menurut penelitian Amiril (2013), dengan jumlah responden sebanyak 78 Mahasiswa program B Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran UGM sebagian besar memiliki *locus of control* (LOC) internal. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran B UGM yang memiliki *locus of control* (LOC) eksternal lebih cenderung untuk mengalami depresi dibandingkan dengan yang memiliki *locus of control* (LOC) internal. Ada hubungan yang signifikan antara kemampuan *locus of control* (LOC) dengan kecenderungan depresi pada Mahasiswa Program B Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran UGM. Semakin tinggi kontrol diri seseorang maka kecenderungan untuk mengalami depresi semakin rendah, dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri seseorang maka kecenderungan depresi semakin tinggi. Menurut penelitian Asthiningsih et al, (2010), mengatakan bahwa kemampuan kontrol diri berpengaruh pada tingkat stres. Semakin tinggi kontrol diri seseorang maka semakin rendah tingkat stres yang dialaminya. Skor kontrol diri disimpulkan bahwa secara umum guru sekolah luar biasa (SLB) di Kota Malang mendapatkan kontrol diri tingkat rendah. Sebagian besar guru sekolah luar biasa (SLB) di Kota

Malang memiliki kontrol diri yang rendah. Berdasarkan uraian di atas, belum ada penelitian kontrol diri pada *caregiver* pasien kanker oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kontrol diri dengan tingkat stres *caregiver* yang merawat pasien kanker.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan kontrol diri dengan tingkat stres *caregiver* yang merawat pasien kanker ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menjelaskan hubungan kontrol diri dengan tingkat stres *caregiver* yang merawat pasien kanker

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Mengidentifikasi kontrol diri pada *caregiver* yang merawat pasien kanker

1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat stres pada *caregiver* yang merawat pasien kanker

1.3.2.3 Menganalisis hubungan kontrol diri dengan tingkat stres *caregiver* yang merawat pasien kanker.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu mengembangkan ilmu keperawatan paliatif terutama dalam hal kontrol diri dan tingkat stres *caregiver* yang merawat pasien kanker.

## **1.4.2 Manfaat praktik**

### 1.4.2.1 *Caregiver*

Hasil penelitian ini diharapkan *caregiver* dapat mengontrol diri dengan tingkat stres yang dialami dalam merawat pasien kanker.

### 1.4.2.2 Pasien kanker

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi kepada pasien kanker bahwa kontrol diri sangat berpengaruh terhadap kualitas perawatan.

### 1.4.2.3 Bagi perawat paliatif

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi motivasi bagi perawat paliatif dalam melakukan intervensi kepada *caregiver* yang mengalami stres dalam merawat pasien kanker.