

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Penyakit kanker merupakan penyakit yang tidak menular dan menjadi penyebab kematian utama di dunia (Kemenkes RI, 2015). Menurut Utami & Hasanat (2016) kanker merupakan penyakit yang perkembangannya tidak terkontrol dan penyebaran sel yang abnormal, jika tidak dicegah atau ditahan pertumbuhannya dapat menimbulkan kematian. Menurut Hananta, Benita, Barus, & Halim (2014) sebesar 33-50 % pasien kanker sulit tidur nyenyak akibat insomnia. Menurut Catton et al (2017) insomnia pada pasien kanker umumnya disebabkan oleh efek samping kemoterapi dan obat-obatannya, hingga pengaruh stres karena memikirkan kondisi kesehatannya.

Menurut Prastiwi (2013) stres merupakan sumber masalah insomnia yang utama pada pasien kanker yaitu 70%. Pasien kanker dua kali lipat lebih berisiko mengalami insomnia daripada orang sehat. Insomnia ditandai dengan keluhan sulit untuk mulai tidur, sering terbangun sepanjang malam, atau tidak bisa tidur kembali. Tingkat keparahannya pun berbeda-beda, tergantung pada jenis dan stadium kanker, serta keparahan rasa nyeri kanker dan efek samping pengobatan. Menurut Romito et al (2014) akibat jika pasien kanker mengalami insomnia akan meningkatkan hormon kortisol dalam tubuh, saat terjadi peningkatan kortisol maka jumlah sel pembunuh alami yang bekerja membantu melawan kanker akan menurun.

Menurut WHO (2016) jumlah penderita kanker di dunia mencapai 12 juta orang tiap tahun dan 7,6 juta diantaranya meninggal dan memperkirakan bahwa penderita kanker pada tahun 2030 bisa mencapai 26 juta orang dan 17 juta diantaranya meninggal jika tidak dikendalikan. Selain itu, jumlah kematian yang diakibatkan oleh kanker lebih besar daripada total jumlah kematian akibat TBC, HIV, dan Malaria. Menurut Kemenkes RI (2015) prevalensi tumor/kanker di Indonesia adalah 1,4 per 1000 penduduk. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2013) mencatat terdapat prevalensi kanker pada tahun 2013 sebesar 1,0% di Jawa Barat, 1,6% di Jawa Timur, 1,7% di Sulawesi Selatan, 2,0% di Bali, 1,9% di DKI Jakarta, 0,2% di Gorontalo, 4,1% di DI Yogyakarta, 1,7% di Kalimantan Timur, 0,2% di Gorontalo. Menurut Dinas Kesehatan Kota Surabaya (2011) menyebutkan kanker payudara menempati urutan pertama pada sepuluh besar penyakit kanker yang ditemukan dan diobati di Surabaya pada tahun 2011 dengan persentase sebesar 36,92%. Menurut Hananta, Benita, Barus & Halim (2014) pada pasien kanker diketahui sebanyak 48% menderita insomnia yang dilaporkan terjadi pascadiagnosis (6 bulan pradiagnosis hingga 18 bulan pascadiagnosis). Menurut Susanti (2015) menjelaskan bahwa 80% pasien kanker dengan depresi dan nyeri kronik mengalami insomnia karena kondisi yang tidak nyaman akibat nyeri, sedangkan menurut Romito et al (2014) sebanyak 67% dari 252 pasien kanker mengalami insomnia yang berat akibat dari kelelahan, nyeri, dan stres psikologis. Berdasarkan hasil dari survei awal yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 8 Februari 2020 di Puskesmas Kedungdoro Surabaya terdapat 43 pasien dengan diagnosa kanker. Berdasarkan hasil survey melalui wawancara di Puskesmas Kedungdoro Surabaya pada tanggal 15-16 Februari 2020 terdapat 10

pasien kanker diantaranya yaitu menyatakan bahwa selama 4 minggu terakhir mengalami kesulitan untuk tidur, mudah lelah, pusing, dan gelisah.

Menurut Hananta, Benita, Barus & Halim (2014) penyebab pasien kanker mengalami insomnia adalah depresi, ansietas/kecemasan, dan stadium kanker pasien sendiri. Jika masalah insomnia pada penderita kanker tidak segera ditangani maka dapat menyebabkan masalah kognitif dan mengalami gangguan dalam fungsi sosialnya (Juwita, Almahdy, & Afdila, 2019). Menurut Alfiyanti, Hermayanti, & Setyorini (2017) penyebab insomnia pada pasien kanker diantaranya adalah faktor medis (misalnya penyakit, perawatan kanker dan obat-obatan), gejala fisik (misalnya nyeri, kelelahan, *hot flashes*), reaksi emosional (misalnya depresi, cemas, atau khawatir) dan pengaruh lingkungan (misalnya kebisingan, cahaya, dan tinggal di rumah sakit). Menurut Hananta, Benita, Barus, & Halim (2014) pola tidur pasien kanker dapat terganggu karena sakit fisik akibat kanker, nyeri, efek samping obat-obatan atau terapi kanker yang lainnya (misal mual, muntah, diare), lingkungan (suhu dan kebisingan ruangan), gaya hidup (pola makan, olahraga, rutinitas tidur, kondisi emosional). Menurut Wiksuarini & Rochmawati (2018) penyebab nyeri dan insomnia pada pasien kanker disebabkan karena penyakit kanker yang sudah berada pada stadium lanjut dan efek samping pengobatan kanker seperti kemoterapi.

Menurut Hananta, Benita, Barus & Halim (2014) ada beberapa dampak serius apabila insomnia tidak segera diatasi akan muncul masalah seperti mengantuk berlebihan di siang hari, kurangnya konsentrasi, gangguan memori, *mood*, depresi, gangguan peran sosial, sering terjatuh, penggunaan hipnotik yang tidak semestinya, gangguan pekerjaan, dan penurunan kualitas hidup pasien

kanker. Menurut Subandi (2017) penanganan gangguan tidur sendiri dapat dilakukan dengan dua cara, yakni farmakologi dan non farmakologi. Salah satu penatalaksanaan non farmakologi pada penderita insomnia adalah terapi rendam kaki air hangat, dengan melakukan terapi rendam kaki air hangat dapat menciptakan suasana rileks yang akan meningkatkan produksi serotonin dan kemudian diubah menjadi melatonin sehingga timbul rasa kantuk dan mempertahankan tidur nyenyak (Wendy, 2012). Manfaat rendam kaki menggunakan air hangat sendiri yaitu dapat mengendorkan otot sekaligus memiliki efek analgesik. Tubuh yang lelah akan menjadi segar dan mengurangi rasa letih yang berlebihan (Prastiyan, Dharma, & Nurfianti, 2018).

Menurut penelitian Yang, Chen & Fang (2010) pemberian terapi rendam kaki air hangat menggunakan suhu  $41^{\circ}\text{C}$  hingga  $42^{\circ}\text{C}$  selama 20 menit setiap malam jam 20.00 dan 21.00 yang diberikan pada pasien kanker dengan kelelahan dan insomnia pada setiap kemoterapi yang dijadwalkan, didapatkan bahwa dapat membantu pasien dalam mengatasi kelelahan dan masalah tidur selama kemoterapi. Menurut penelitian Wungouw & Hamel (2018) tentang pengaruh terapi rendam air hangat pada kaki terhadap insomnia pada lansia di Kelurahan Angges Kecamatan Tahuna Barat yang dilakukan pada pasien lansia yang mengalami insomnia. Pemberian terapi ini dilakukan dengan cara merendam kaki dengan air hangat bersuhu  $37^{\circ}\text{C}$  hingga  $39^{\circ}\text{C}$  selama 15 menit setiap malam sebelum tidur yang didapatkan bahwa kualitas tidur usia lanjut yang diberikan terapi rendam kaki air hangat lebih baik dibandingkan dengan kualitas tidur usia lanjut yang tidak diberi intervensi rendam kaki air hangat.

Berdasarkan penelitian diatas, mengenai terapi rendam kaki air hangat pada penderita kanker dan lansia yang mengalami insomnia, maka mendorong peneliti untuk melakukan penelitian Pengaruh Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Terhadap Insomnia Terhadap Penderita Kanker, dengan memodifikasi pada teknik terapi rendam kaki air hangat, terapi rendam kaki air hangat ini dilakukan dengan 7 kali pertemuan dalam 1 minggu dengan durasi 20 menit sebelum tidur malam jam 19.00 - 21.00 dengan suhu 37-39<sup>0</sup>C pada pasien kanker yang mengalami insomnia. Menurut Harnani & Axmalia (2017) terapi rendam kaki menggunakan air hangat akan memberikan dampak secara optimal setelah dilakukan terapi selama 7 hari.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap insomnia pada penderita kanker?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Menjelaskan pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap insomnia pada penderita kanker.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

1.3.2.1. Mengidentifikasi insomnia sebelum pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat pada penderita kanker

1.3.2.2. Mengidentifikasi insomnia sesudah pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat pada penderita kanker.

1.3.2.3. Menganalisa pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap insomnia pada penderita kanker.

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

1.4.1.1. Menambah informasi/pengetahuan berdasarkan kebenaran ilmiah tentang pengaruh pemberian rendam kaki menggunakan air hangat terhadap insomnia pada penderita kanker.

1.4.1.2. Hasil penelitian bermanfaat untuk pengembangan ilmu keperawatan paliatif pada penderita kanker yang mengalami insomnia

1.4.1.3. Sebagai dasar untuk pengembangan penelitian lebih lanjut di bidang keperawatan khususnya pemberian terapi rendam kaki terhadap insomnia.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

#### **1.4.2.1. Bagi Responden**

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bahwa penanganan penderita kanker yang mengalami insomnia selain penanganan farmakologi (obat) ada juga penanganan nonfarmakologi yaitu dengan terapi rendam kaki air hangat yang dapat dilakukan pasien secara mandiri untuk mengatasi insomnia.

#### **1.4.2.2. Bagi Keluarga**

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan penanganan bagi keluarga yang memiliki penyakit kanker yang mengalami insomnia untuk memberikan terapi rendam kaki menggunakan air hangat.

#### 1.4.2.3. Bagi Perawat Komunitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan bagi perawat komunitas dalam membuat intervensi untuk terapi rendam kaki menggunakan air hangat pada penderita kanker yang mengalami insomnia

#### 1.4.2.4. Bagi Puskesmas

Sebagai acuan dalam menyusun program pendidikan kesehatan tentang pengaruh pemberian rendam kaki menggunakan air hangat terhadap insomnia pada penderita kanker.

#### 1.4.2.5. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam ilmu keperawatan khususnya mengenai pengaruh terapi rendam kaki air hangat terhadap insomnia pada penderita kanker.

#### 1.4.2.6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dipakai sebagai sumber informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan penelitian yang telah peneliti lakukan.