

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Prognosis pada pasien yang menderita kanker dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu jenis kanker yang diderita oleh pasien dan letak kanker pada tubuh penderita, stadium kanker, *grade* kanker, ciri-ciri dari kanker yang diderita, usia penderita kanker, serta persepsi dalam pengobatan (1). Pada pasien Kanker dengan prognosis yang buruk mengalami beberapa gejala seperti kelelahan, sesak napas, berat badan yang menurun, pengecilan otot serta nyeri (2). *Cancer of unknown Primary (CUP)* atau kanker yang mengalami metastasis tanpa diketahui penyebarannya mempunyai prognosis yang lebih buruk daripada yang tidak mengalami metastasis (3). Selain karena prognosis yang buruk kanker juga dipersepsikan negatif, hal ini didapatkan dari suatu penelitian dimana pasien dan keluarganya merasa tidak percaya dengan kondisi yang dialami, keluarga merasa khawatir serta belum siap dengan hal ini (4).

Sebuah penelitian kualitatif menyebutkan bahwa pasien kanker yang mendengar tentang diagnosa kanker, akan berespon merasa takut, kebingungan, kecemasan terhadap kematian (5). Dari suatu penelitian didapatkan hasil bahwa pasien kanker yang mempunyai pengetahuan yang buruk tentang hasil diagnosa tentang penyakit kanker yang diderita cenderung mengalami kecemasan (6). Selain prognosis kanker, hal lain yang memicu kecemasan pasien kanker adalah efek samping dari terapi kanker. Penyakit kanker dapat diatasi dengan pengobatan farmakologi yang kemoterapi, radiasi, terapi hormon, imunoterapi, terapi

fotodinamik, transplantasi sel induk, operasi dan terapi bertarget (7) Sebuah penelitian menjelaskan bahwa terapi kanker berupa kemoterapi dapat menimbulkan efek samping psikologis berupa kecemasan, dan juga efek samping fisik berupa mual muntah, konstipasi, neuropati perifer, toksisitasi kulit, kerontokan rambut, penurunan berat badan, dan kelelahan (*fatigue*) (8). Sebuah penelitian mengatakan bahwa kecemasan pada pasien kanker dapat meningkatkan faktor risiko yang menyebabkan kematian pada pasien kanker (9).

Dari data *Global Burden of Cancer (GLOBOCAN)* pada tahun 2020 diperkirakan jumlah penderita kanker di dunia mencapai 19,3 juta kasus baru dengan jumlah kematian sebanyak 10,0 juta kasus (10). Ada beberapa jenis kanker terbanyak yang terjadi di Indonesia yaitu kanker paru-paru menempati urutan pertama dengan jumlah kasus (2,094 juta kasus), kanker payudara pada urutan kedua dengan jumlah kasus (2,089 juta kasus), dan kanker kolorektal pada urutan ketiga dengan jumlah kasus (1,8 juta kasus). Dari data tersebut diprediksi bahwa akan terjadi peningkatan jumlah kematian akibat kanker dimana lebih dari 13, 1 juta pada tahun 2030 (11). Data Riskesdas pada tahun 2018 prevalensi kanker (permil) kanker di Jawa Timur sebanyak 151.878 kasus yang mencakup semua jenis usia (12). Pasien kanker yang mengalami kecemasan mempunyai prevalensi yang cukup tinggi yang dibuktikan dalam sebuah penelitian bahwa secara umum jumlah pasien kanker yang mengalami kecemasan sebanyak 42,7% (432 orang) dimana sebanyak 55,1% (220 orang) adalah pasien rawat inap sedangkan 34,6% (212 orang) adalah pasien rawat jalan (13). Pada bulan Mei-Juni pada tahun 2023 diperoleh data pasien kanker di Puskesmas Ngagel Rejo sebanyak 22 pasien kanker dan Puskesmas Dr Soetomo sebanyak 34 orang pasien kanker.

Kecemasan adalah suatu ungkapan ketidaknyamanan atau perasaan takut yang dirasakan seseorang sebagai bentuk antisipasi terhadap sesuatu yang dianggap bahaya (14). Dari penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Pusat Dr Hasan Sadikin Bandung didapatkan data bahwa kecemasan yang dialami pada pasien kanker dipengaruhi oleh faktor ancaman integritas fisik, yaitu dimana adanya rasa ketidakpuasan dalam diri pasien dalam melakukan peran dalam rumah tangga dan ancaman sistem diri yaitu adanya keterbatasan dalam melakukan aktivitas fisik akibat dari pengobatan yang dilakukan (15). Dari suatu penelitian didapatkan hasil bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan kecemasan pasien kanker yaitu karakter individu, faktor sosial dan kontekstual, faktor psikologi sebelumnya, respon psikologi terhadap diagnosa, karakteristik kanker dan pengobatan kanker (16). Kecemasan yang dirasakan oleh pasien kanker ditandai dengan gejala fisik dan psikologis. Gejala fisik yang paling umum dirasakan adalah kelelahan, mual dan nyeri. Sedangkan gejala psikologis yang dirasakan berupa marah, khawatir yang berlebihan, perasaan tegang, mempunyai pandangan yang tidak realistis terhadap masalah yang dihadapi, sakit kepala, sulit untuk berkonsentrasi. Selain itu, dampak yang dirasakan adalah adanya perubahan pada kehidupan pribadi, seperti aktivitas sehari-hari, pekerjaan, hubungan dan peran dalam keluarga sehingga membuat pasien mengalami kecemasan (17).

Saat seseorang mengalami kecemasan, hal ini akan mengaktifkan *Hypothalamus-Pituitary-Adrenal Axis (HPA Axis)* dimana *HPA axis* akan merespon masalah psikologis yang dihadapi. *HPA axis* akan menyebabkan peningkatan sekresi hormon kortisol di dalam korteks adrenal sehingga hal ini

akan menyebabkan terjadinya peningkatan kadar hormon kortisol saliva sehingga tingkat kecemasan pasien cenderung tinggi (18). Dampak dari kecemasan yang dialami oleh pasien kanker dapat meningkatkan rasa sakit, kesulitan untuk tidur, menyebabkan mual muntah serta mengganggu kualitas hidup pasien maupun keluarganya (19).

Kecemasan pada pasien kanker dapat diatasi dengan terapi non farmakologis, salah satunya adalah terapi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi suara alam. Dari suatu penelitian dijelaskan bahwa imajinasi terbimbing adalah suatu teknik relaksasi dimana tindakan ini di pandu oleh seorang terapis dengan menggunakan suaranya sehingga mereka dapat menggunakan imajinasinya untuk menjadi lebih rileks dengan memikirkan hal-hal yang indah (20). Sebuah penelitian melaporkan bahwa pasien kanker yang menjalani kemoterapi dan diberikan teknik imajinasi terbimbing selama 7 hari dengan durasi 20 menit mengalami penurunan kecemasan yang dapat dilihat pada nilai *pre test* 5,72 dan nilai *post test* 2,25 (21).

Terapi musik relaksasi alam adalah suatu jenis musik yang terdiri dari suara burung, bunyi air, suara keheningan malam hari (22). Saat seseorang mendengarkan musik hal ini akan merangsang akson-akson serabut saraf *ascendens* kemudian akan diteruskan ke neuron-neuron di *reticular activating system* selanjutnya rangsangan tersebut akan diteruskan ke korteks serebral, sistem limbik dan korpus *kalosum* melalui saraf otonom dan sistem *neuroendokrin*. Hal ini kemudian akan mengaktifkan hormon *endorphin* untuk mengurangi nyeri serta mengaktifkan sistem parasimpatis untuk membuat tubuh menjadi rileks. Saat proses tubuh sedang rileks, impuls akan memberi pesan ke *hypothalamus* untuk mengurangi sekresi hormon *neuropeptida* sehingga hal ini akan menurunkan

pelepasan hormon *katekolamin* sehingga akan menurunkan frekuensi denyut jantung dan nyeri yang merupakan gejala dari kecemasan yang dirasakan pasien kanker (23). Dari suatu penelitian didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan kecemasan pada pasien kritis setelah diberikan terapi musik relaksasi alam sebanyak 2 kali 30 menit dengan hasil sebelum diberikan intervensi jumlah pasien yang mengalami kecemasan 70% dan setelah diberikan intervensi turun menjadi 30% (24). Gabungan dari intervensi terapi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam dilakukan selama 7 sesi dengan 2 sesi diantaranya digunakan untuk *pre test* dan *post test* didapatkan hasil bahwa ada gabungan intervensi ini dapat menurunkan kecemasan pada atlet sebelum bertanding dari kecemasan tinggi ke kecemasan sedang (25). Berdasarkan paparan di atas dapat dilihat bahwa terapi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam terbukti dapat menurunkan kecemasan bukan hanya pada pasien kanker tetapi juga pada pasien dengan masalah kesehatan yang berbeda, tetapi kedua intervensi tersebut masih dilakukan secara terpisah. Belum ada penelitian yang menggabungkan kedua intervensi tersebut untuk menurunkan kecemasan pada pasien kanker, yang ada hanya pada atlet sebelum bertanding, sehingga pada penelitian ini peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam terhadap kecemasan pasien kanker. Keunggulan dari penelitian ini sendiri adalah tidak membutuhkan biaya yang mahal, serta dapat dilakukan sendiri oleh pasien.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam terhadap kecemasan pasien kanker?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan pengaruh terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam terhadap kecemasan pasien kanker.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi kecemasan pada pasien kanker sebelum dilakukan terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam.

1.3.2.2 Mengidentifikasi kecemasan pada pasien kanker setelah dilakukan terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam.

1.3.2.3 Menganalisa pengaruh terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam terhadap kecemasan pasien kanker.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan keperawatan paliatif khususnya yang berkaitan langsung dengan keperawatan paliatif terutama dalam terapi komplementer berupa terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam terhadap kecemasan pasien kanker.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Pasien kanker

Penelitian ini bermanfaat bagi pasien kanker karena memberikan informasi mengenai terapi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam untuk manajemen diri sendiri ketika sedang merasa cemas.

1.4.2.2 Bagi keluarga pasien

Penelitian ini bermanfaat bagi keluarga pasien kanker karena memberikan informasi mengenai terapi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam untuk membantu klien dalam memberikan semangat dalam melakukan intervensi karena dengan adanya dukungan keluarga diharapkan pasien semakin semangat menjalani terapi.

1.4.2.3 Bagi Komunitas

Penelitian ini bermanfaat bagi para perawat komunitas karena dijelaskan informasi mengenai terapi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam sehingga diharapkan perawat komunitas dapat membantu pasien dalam membantu memberikan intervensi kepada pasien kanker untuk manajemen diri ketika pasien cemas.