

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kanker lebih sering dikenal masyarakat sebagai tumor ganas, merupakan kelainan yang disebabkan oleh pertumbuhan abnormal sel-sel jaringan tubuh yang berubah menjadi sel-sel ganas (1). Kondisi ini membuat individu yang terdiagnosis kanker tidak hanya menderita secara fisik, tetapi juga menghadapi gangguan pada kesejahteraan psikologis. Masalah psikologis yang dialami penderita kanker umumnya adalah stres (2). Stres terjadi ketika seseorang menilai suatu kondisi atau peristiwa sebagai ancaman atau tuntutan yang melampaui kemampuan koping yang dimilikinya, sehingga menimbulkan respons emosional berupa kecemasan (3). Umumnya stresor stres pada penderita kanker muncul akibat kecemasan, yang dipicu oleh rasa takut terhadap penyakit yang diderita, perasaan gelisah, serta munculnya anggapan diri tidak berharga (4). Stres yang dialami pasien kanker dapat menimbulkan dampak negatif, seperti munculnya perasaan putus asa serta keyakinan bahwa dirinya tidak akan dapat sembuh jika tidak ditangani dengan baik (5). Secara psikologis, stres dapat memicu perubahan pada fungsi kognitif seseorang, seperti menurunnya konsentrasi, terganggunya kejernihan berpikir, serta kecenderungan untuk terus memusatkan pikiran pada sumber stres. Selain itu, kondisi stres juga dapat menimbulkan perubahan pada fungsi tubuh yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan (6). Secara fisiologis, stres pada pasien kanker dapat meningkatkan hormon stres (7), menurunkan daya tahan tubuh, serta memperlambat proses pemulihan (8).

Berdasarkan data yang didapat *World Health Organization (WHO)*, kasus kanker di seluruh dunia sangat tinggi, dengan prevalensi 20 juta kasus pada tahun 2022. Didapatkan juga 5 besar jenis kanker yang menyebar di dunia yaitu, kanker paru (12,4%), diikuti kanker payudara (11,6%), kolorektal (9,6%), prostat (7,3%), dan lambung (4,9%) (9). Berdasarkan data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, pada tahun 2023 tercatat sebanyak 408.661 kasus baru kanker dengan 242.988 kematian akibat kanker. Dari jumlah tersebut, empat jenis kanker dengan angka kematian tertinggi adalah kanker payudara (9,3%), kanker leher rahim (8,5%), kanker paru (14,1%), dan kanker kolorektal (7,9%) (10). Dari data yang didapatkan dari laporan Survei Kesehatan Indonesia 2023, angka prevalensi kanker di Provinsi Jawa Timur mencapai 1,89 per mil atau setara dengan 1,89 kasus pada setiap 1.000 penduduk. Didapatkan juga 5 jenis kanker terbanyak di Jawa Timur seperti Kanker paru-paru, Kanker payudara, Kanker serviks uteri, Kanker kolorektal, Kanker hati (11). Penelitian terdahulu di Manado terhadap 13 pasien kanker didapatkan (13%) responden dengan stres ringan, (3%) dengan stres sedang, dan (5%) dengan stres berat (2). Penelitian lain di Padang terhadap 45 pasien didapatkan stres ringan (11,1%), stres sedang (48,9%), dan stres berat (40,0%) (12).

Stres dapat ditimbulkan oleh kecemasan yang merupakan respons emosional terhadap persepsi ancaman atau ketidakpastian (13). Pengobatan dan perkembangan penyakit juga turut memicu stres karena adanya efek samping yang tidak diinginkan atau gejala yang membuat tidak nyaman (14). Ketika seseorang mengalami stres, sistem saraf pusat akan merangsang aktivasi sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal (HPA). Sumbu HPA tersebut merupakan langkah

utama mengatur sekresi hormon. Dengan mengaktivasi sumbu HPA tersebut dapat memicu pelepasan hormon kortikotropin (CRH), hormon adrenokortikotropin (ACTH), serta hormon kortisol yang mempersiapkan tubuh untuk melawan stres, saat tubuh merespons stres. Hormon kortisol ini memiliki peran yang sangat penting dalam respons stres dengan cara meningkatkan glukoneogenesis, lipolisis, dan pemecahan protein untuk menyediakan energi selama kondisi stres. Hormon stres yang diproduksi oleh kelenjar adrenal membantu menyiapkan diri mengatasi stresor atau ancaman (15). Pada seseorang yang merasakan stres akan mengalami peningkatan tekanan darah (TD) (16), penurunan nafsu makan (17), serta merasa putus asa dan tidak berdaya (18).

Masalah stres pada pasien kanker dapat ditangani melalui terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Terapi farmakologis umumnya diberikan pada kasus stres berat dengan menggunakan obat-obatan, seperti golongan benzodiazepin (misalnya *diazepam*) dan *Selective Serotonin Reuptake Inhibitors* (SSRI) (misalnya *fluoxetine*), sedangkan terapi nonfarmakologis direkomendasikan sebagai salah satu bentuk penanganan yang dapat diberikan bersamaan dengan terapi medis karena berfungsi sebagai terapi komplementer yang membantu menunjang proses pengobatan kanker. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang banyak digunakan adalah manajemen stres, terutama bagi pasien yang sedang menjalani pengobatan kanker ((19),(20),(21)). Terapi non farmakologis untuk menurunkan stres pada penderita kanker yang dapat dilakukan seperti terapi *self-hypnotis* (20), akupresur (21), terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) (22), yang dapat membantu menurunkan tingkat stres pada pasien kanker. Namun, terapi-terapi tersebut membutuhkan pendampingan dari

fasilitator atau instruktur, serta membutuhkan waktu yang relatif lama, dan biayanya relatif mahal terkait honorarium tenaga profesional. Terdapat jenis terapi lain yang dapat dilakukan secara mandiri oleh penderita kanker dalam waktu yang relatif cepat, dan biayanya relatif murah, misalnya aromaterapi lavender. Selama ini, aromaterapi lavender digunakan pada penderita kanker untuk mengatasi kecemasan (23), meningkatkan kualitas tidur (24), mengurangi nyeri (25), dan mual-muntah (26).

Aromaterapi lavender belum diketahui efektivitasnya untuk mengatasi stres pada responden yang menderita kanker. Dari penelitian sebelumnya pada subjek pasien kanker yang mengalami kecemasan, diberikan aromaterapi dengan cara dihirup selama 10-15 menit diberikan 1x sehari selama 3 hari berturut-turut (27). Penelitian lainnya pada subjek gagal ginjal kronis, aromaterapi lavender diteteskan 2 tetes ke kasa dengan ukuran 2x2 cm, kemudian dihirup dengan jarak 10 cm dari hidung selama 20 menit diberikan 1x sehari dilakukan 2-3 kali dalam seminggu. Hal terbukti efektif untuk menurunkan tingkat stres (28). Pada penelitian sebelumnya telah banyak meneliti efek aromaterapi lavender terhadap stres, namun umumnya berfokus pada populasi anak sekolah (29), dan mahasiswa semester akhir (30). Karena itu, peneliti menawarkan kebaruan dari penelitian ini yaitu terletak pada penerapan aromaterapi lavender pada pasien kanker, yang merupakan kelompok rentan terhadap stres akibat durasi pengobatan yang panjang. Sampai saat ini, penggunaan intervensi non farmakologis seperti aromaterapi masih terbatas sebagai terapi pelengkap. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi yang dilakukan untuk menilai efektivitas aromaterapi lavender dalam menurunkan stres pada pasien kanker sebagai dasar penerapan

intervensi non farmakologis, sekaligus menjadi kontribusi ilmiah baru karena belum banyak penelitian yang secara khusus membahas manajemen stres pada pasien kanker melalui aromaterapi lavender.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap stres pada penderita kanker?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan pengaruh aromaterapi lavender terhadap stres pada penderita kanker.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi stres pada penderita kanker sebelum diberikan aromaterapi lavender.

1.3.2.2 Mengidentifikasi stres pada penderita kanker sesudah diberikan aromaterapi lavender.

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh aromaterapi lavender terhadap stres pada penderita kanker.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian tentang pengaruh aromaterapi lavender terhadap stres pada penderita kanker diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya di bidang paliatif, serta hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memperkuat konsep bahwa pemberian aromaterapi lavender efektif untuk menurunkan stres pada penderita kanker

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Manfaat bagi Penderita Kanker

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi penderita kanker untuk memberikan efek rileks dan akan menimbulkan efek nyaman sehingga dapat mengatasi atau mengurangi stres yang dialami.

1.4.2.2 Manfaat bagi Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi keluarga penderita kanker agar mampu dan dapat memberikan dukungan dan menerapkan pada penderita kanker yang mengalami stres.

1.4.2.3 Manfaat bagi Perawat Komunitas

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi perawat komunitas yang berada di Puskesmas untuk mengetahui salah satu perawatan nonfarmakologis berupa aromaterapi lavender sehingga dapat diterapkan dalam menurunkan stres pada penderita kanker

1.4.2.4 Manfaat bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi puskesmas dalam mengembangkan intervensi nonfarmakologis untuk mengatasi stres pada penderita kanker. Selain itu, hasil penelitian ini dapat mendukung puskesmas dalam menyusun pedoman atau standar operasional penggunaan aromaterapi sebagai bagian dari pelayanan kesehatan yang lebih komprehensif dan menyenangkan bagi pasien.

1.4.2.5 Manfaat bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai sumber informasi bagi institusi dalam menjadikan mahasiswa yang berkualitas dan bermanfaat di bidang

keperawatan paliatif.

1.4.2.6 Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai acuan dan referensi mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap stres pada penderita kanker untuk melakukan penelitian selanjutnya.