

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kanker adalah penyakit yang ditandai oleh pertumbuhan cepat sel-sel abnormal yang dapat menyebar ke jaringan atau organ lain melalui metastasis, yang sering menjadi penyebab utama kematian (1). Salah satu masalah psikologis yang dapat muncul karena penyakit kanker adalah kecemasan. Kecemasan adalah emosi subjektif yang muncul akibat antisipasi terhadap bahaya yang tidak jelas, mendorong individu untuk bersiap menghadapi ancaman (2). Kondisi ini dapat muncul akibat ketidakpastian mengenai prognosis, efek samping pengobatan, perubahan identitas diri (3), tingkat pendidikan, faktor usia (4), serta status finansial yang dapat memicu terjadinya kecemasan (5). Kecemasan pada penderita kanker adalah reaksi yang wajar namun jika tidak diatasi akan dapat menimbulkan dampak yang negatif, contohnya dapat mengganggu kepatuhan terapi (6), meningkatkan nyeri (7), dan menimbulkan terjadinya penurunan kualitas hidup (8).

Menurut WHO pada tahun 2022, prevalensi kanker di dunia adalah 53.504.187 kasus dari total populasi dunia sebesar 7.885.070.781 jiwa (9). Menurut WHO 2022, prevalensi kanker di Indonesia adalah 1.018.110 kasus dari total populasi di Indonesia sebesar 279.134.505 jiwa (9). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi kanker di Provinsi Jawa Timur tercatat sebesar 1,89 per mil atau setara dengan sekitar 1,89 kasus per 1.000 penduduk. Angka ini menunjukkan bahwa dari setiap 1.000 penduduk di Jawa Timur, terdapat hampir 2 orang yang menderita kanker pada tahun 2023. Jika dikaitkan dengan

jumlah penduduk Jawa Timur yang mencapai sekitar 40 juta jiwa, maka diperkirakan terdapat lebih dari 75.000 penduduk yang hidup dengan kanker (10). Berdasarkan data di Puskesmas Kedungdoro yang di dapatkan selama penelitian, terdapat 32 pasien kanker yang menjalani pemantauan. Dari seluruh pasien tersebut, kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling banyak ditemukan, sehingga menjadi jenis kanker yang mendominasi kasus kanker di wilayah kerja Puskesmas Kedungdoro. Prevalensi penderita kanker yang mengalami kecemasan di dunia mencapai 30,55% yang berarti terdapat 393 responden dari total populasi 1.288.612 yang mengalami kecemasan (11). Prevalensi penderita kanker yang mengalami kecemasan di Indonesia di salah satu penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sibela, Surakarta melibatkan 100 responden wanita usia subur (WUS) yang mengalami kecemasan terhadap kanker serviks. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 100 responden, terdapat 93 responden yang mengalami kecemasan (12). Prevalensi kecemasan pada penderita kanker di Jawa Timur, berdasarkan salah satu penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya, menunjukkan bahwa dari total 20 responden penderita kanker payudara, seluruhnya mengalami kecemasan dengan tingkat yang bervariasi. Sebagian besar responden, yaitu 55% mengalami kecemasan ringan, kemudian 15% mengalami kecemasan sedang, dan 30% lainnya mengalami kecemasan berat (13).

Kecemasan pada penderita kanker dipicu oleh tekanan psikososial akibat diagnosis dan perjalanan penyakit yang bertindak sebagai stresor kronis. Stres berkepanjangan menyebabkan disregulasi sumbu hipotalamus hipofisis adrenal (HPA) dan aktivasi sistem saraf simpatis sehingga meningkatkan hormon stres seperti kortisol dan katekolamin. Kondisi ini memengaruhi fungsi amigdala dan

korteks prefrontal yang mengatur emosi, memicu rasa takut dan kewaspadaan berlebih. Selain itu, stres kronis juga meningkatkan inflamasi dan pelepasan sitokin proinflamasi yang mengganggu neurotransmisi di sistem saraf pusat sehingga memperberat kecemasan pada penderita kanker (14). Gejala kecemasan terbagi menjadi gejala fisik dan psikis. Gejala fisik meliputi gangguan sistem saraf, jantung berdebar, sesak napas, keringat berlebih, telapak tangan dan kaki dingin, kelelahan, sakit kepala, mulut kering, serta gangguan pencernaan. Sementara gejala psikis ditandai dengan gangguan tidur, kesulitan konsentrasi, mudah cemas dan tegang, perasaan pesimis, tidak percaya diri, serta ketidakbahagiaan. Penanganan kecemasan dibagi menjadi dua yaitu terapi farmakologi dan non farmakologi, terapi farmakologi seperti benzodiazepine termasuk aprozolam dan diazepam biasanya digunakan untuk menangani kecemasan berat saja (15). Untuk menangani kecemasan sedang hingga ringan bisa dilakukan terapi non farmakologis contohnya terapi *guided imagery*(16), *progressive muscle relaxation* (PMR) (17), terapi musik klasik Mozart (18). Beberapa terapi non farmakologis tersebut belum sepenuhnya mempertimbangkan minat dan preferensi penderita, padahal keterlibatan penderita dalam pemilihan terapi dapat meningkatkan partisipasi dan kepatuhan terhadap terapi. Oleh karena itu, peneliti memilih *Self Selected Individual Music Therapy* karena memberikan kebebasan kepada responden untuk memilih musik sesuai preferensi mereka, sehingga menimbulkan rasa nyaman dan relaksasi yang lebih baik serta membantu menurunkan kecemasan secara lebih optimal (19),(20).

Salah satu terapi yang memperhatikan minat dan preferensi penderita adalah terapi *Self Selected Individual Music Therapy* (SeLiMuT). Secara neurofisiologis,

Self Selected Individual Music Therapy (SeLiMuT) memodulasi sistem saraf pusat dengan memicu gelombang alfa melalui sistem talamokortikal dan meningkatkan produksi serotonin yang berperan dalam regulasi emosi, nafsu makan, dan tidur. Peningkatan gelombang alfa, theta, dan delta menimbulkan relaksasi, menurunkan aktivitas simpatis, serta memperbaiki gejala vegetatif dan psikosomatik yang menyertai kecemasan (21). Secara psikologis, musik yang disukai memicu emosi positif melalui *appraisal* kognitif dan aktivasi sistem *reward* otak, sehingga membantu regulasi emosi dan menurunkan kecemasan (22). Menurut penelitian (23) terdapat 171 responden wanita dengan gangguan ginekologis, termasuk kanker, diperoleh hasil kelompok yang mendapat terapi SeLiMuT kecemasannya menurun lebih banyak daripada kelompok yang mendapat terapi *predetermined music* dan terapi nafas dalam. Terapi SeLiMuT diberikan satu kali 1 jam sebelum operasi, dengan durasi 20 menit. Menurut studi (24) dengan jumlah responden 102 wanita penderita kanker yang baru memulai terapi radiasi, diperoleh hasil kelompok yang mendapat terapi selimut kecemasannya menurun lebih banyak daripada kelompok yang tidak menjalani terapi musik sama sekali. Terapi SeLiMuT diberikan satu kali selama sesi pertama terapi radiasi berlangsung. Berdasarkan pedoman umum *Self-Selected Individual Music Therapy* (SeLiMuT), terapi diberikan kepada seluruh pasien kanker yang menjalani kemoterapi dengan frekuensi empat kali selama 2 hari berturut-turut, masing-masing selama 20 menit. (25). Di dalam penelitian ini, terapi musik SeLiMuT diberikan 2 kali sehari di pagi dan sore dengan durasi masing-masing 20 menit selama 2 hari berturut-turut. Kebaharuan dalam penelitian ini terletak pada populasi target yang mencakup penderita kanker secara umum yang sedang menjalani berbagai jenis terapi kanker,

sehingga hasil penelitian diharapkan memiliki cakupan yang lebih luas dan dapat diterapkan pada beragam kondisi pasien kanker yang mengalami kecemasan. Urgensi penelitian ini adalah untuk meningkatkan efektivitas penanganan kecemasan, mengingat selama ini penanganan kecemasan di masyarakat masih kurang memperhatikan minat dan preferensi penderita kanker. Melalui penerapan terapi musik SeLiMuT yang disesuaikan dengan minat dan preferensi pribadi diharapkan penderita dapat berperan aktif dalam proses terapi .

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh *Self Selected Individual Music Therapy* terhadap tingkat kecemasan penderita kanker?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menjelaskan pengaruh *Self Selected Individual Music Therapy* terhadap tingkat kecemasan pada penderita kanker.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi kecemasan pada penderita kanker sebelum diberikan *Self Selected Individual Music Therapy*.

1.3.2.2 Mengidentifikasi kecemasan pada penderita kanker setelah diberikan *Self Selected Individual Music Therapy*.

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh *Self Selected Individual Music Therapy* terhadap tingkat kecemasan pada penderita kanker.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan paliatif dan jiwa. Hasil penelitian mengenai efektivitas SeLiMuT dalam menurunkan tingkat kecemasan pada penderita kanker dapat memperkaya literatur terkait intervensi non-farmakologis. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi dasar teoritis untuk mendukung konsep pelayanan kesehatan yang holistik, dimana aspek psikologis penderita mendapat perhatian yang sama pentingnya dengan aspek fisik.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Penderita

Penelitian ini dapat memberikan informasi serta alternatif intervensi non-farmakologis yang aman dan sederhana, sehingga penderita kanker dapat mengurangi kecemasan, merasa lebih nyaman, dan memperoleh dukungan dalam perawatan paliatif.

1.4.2.2 Bagi Keluarga Penderita

Penelitian ini bermanfaat dalam meningkatkan pemahaman keluarga penderita mengenai pentingnya dukungan emosional dan lingkungan yang kondusif selama proses perawatan. Dengan mengetahui manfaat terapi musik, keluarga dapat lebih aktif mendukung dan mendampingi penderita dalam penerapan terapi ini di rumah, sehingga tercipta suasana yang lebih positif, nyaman, dan harmonis.

1.4.2.3 Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam mengembangkan program pelayanan yang lebih komprehensif dengan

memanfaatkan terapi komplementer untuk menunjang kesehatan mental penderita kanker.

1.4.2.4 Bagi Perawat Komunitas

Penelitian ini bermanfaat bagi perawat komunitas sebagai dasar untuk mengembangkan intervensi nonfarmakologis, seperti terapi musik yang disesuaikan dengan preferensi individu, dalam upaya mengurangi kecemasan pada penderita kanker. Pendekatan ini dapat diterapkan di tingkat komunitas untuk meningkatkan kualitas hidup penderita serta memperkuat hubungan terapeutik antara perawat dan penderita.

1.4.2.5 Bagi Civitas Akademika

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi dan bahan pembelajaran tambahan yang relevan di bidang keperawatan. Hasil penelitian mengenai efektivitas *self individual music therapy* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada penderita kanker dapat dijadikan rujukan untuk memperluas wawasan, mengembangkan diskusi ilmiah, serta memperkaya kajian teori dan praktik di lingkungan akademis. Selain itu, penelitian ini juga dapat mendorong mahasiswa, dosen, dan peneliti untuk terus melakukan inovasi dalam menemukan metode intervensi non-farmakologis lain yang mampu meningkatkan kualitas hidup penderita dengan penyakit kronis. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bermanfaat secara praktis, tetapi juga memberikan kontribusi nyata dalam memperkuat tradisi ilmiah di lingkungan akademik.

1.4.2.6 Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi dasar dan rujukan untuk mengembangkan kajian lebih lanjut mengenai efektivitas *self individual music therapy* pada kelompok penderita dengan kanker yang lebih spesifik.