

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker adalah sekelompok penyakit yang ditandai dengan pertumbuhan dan penyebaran sel abnormal yang tidak terkontrol dan dapat menyebabkan kematian. Kanker memberikan dampak yang besar pada penderitanya baik secara fisik, psikologis maupun social yang akan berpengaruh pada kualitas hidupnya (Toulasik et al., 2019). Pada tahun 2020, World Health Organization (WHO) mencatat kanker payudara di urutan pertama sebagai kanker dengan jumlah kasus baru terbanyak yaitu 2,26 juta kasus dengan 685.000 kematian secara global (World Health Organization, 2023). Kanker juga merupakan penyebab kematian utama diseluruh dunia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Data Global Burden of Cancer (GLOBOCAN) tahun 2020 menunjukkan beban kanker global mengalami peningkatan yaitu terdapat 19,3 juta kasus baru dengan 10 juta kematian, di mana 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita di dunia mengembangkan kanker selama masa hidup mereka serta 1 dari 8 pria dan 1 dari 11 wanita meninggal akibat kanker. Angka ini diperkirakan masih akan terus bertambah hingga 32,2 juta kasus baru pada tahun 2040. Data tersebut juga mengemukakan jenis kanker dengan kasus baru terbanyak di dunia pada tahun 2020, yaitu kanker payudara (11,7%), kanker paru-paru (11,4%), kanker kolorektal (10%), kanker prostat (7,3%), dan kanker perut (5,6%) (Global Cancer Observatory, 2023). Tren ini mengalami peningkatan di tahun 2020 yaitu mencapai 396.914 kasus dengan jumlah kematian mencapai 234.511 kasus. Dengan kejadian ini Indonesia menempati urutan 23 di Asia dan 8 di Asia Tenggara dengan kasus kanker. Tiga jenis kanker paling tinggi di Indonesia yaitu kanker payudara 16,6%, kanker serviks 9,2%, serta kanker paru-paru 8,8% (Ferlay et al., 2021). Berdasarkan jenis kelamin, laki-laki merupakan pasien pengidap kanker paru-paru tertinggi mencapai 14,1% atau 25.943 kasus, sedangkan perempuan merupakan pasien pengidap kanker payudara tertinggi mencapai

30,8% atau 65.858 kasus, serta pengidap kanker serviks tertinggi kedua yang mencapai 17,2% atau 36.633 kasus. (Dinkes DIY., 2021)

Penanganan kanker umumnya menggunakan salah satu atau kombinasi dari terapi seperti pembedahan, radiasi, transplantasi sumsum tulang, bioterapi, dan kemoterapi. Kemoterapi merupakan terapi modalitas yang paling sering digunakan dalam penanganan kanker karena sangat efektif untuk kanker sistemik yang tidak dapat ditangani dengan pembedahan atau terapi radiasi. Penggunaan kemoterapi multi-agen diketahui memberikan keberhasilan dalam penanganan kanker sehingga kelangsungan hidup anak-anak dengan kanker dapat ditingkatkan. Namun, agen kemoterapi tidak bisa membedakan sel-sel kanker dan sel-sel normal sehingga tidak hanya dapat mematikan sel kanker tetapi juga sel-sel normal lain yang memiliki pertumbuhan yang cepat sehingga menimbulkan efek samping pada sistem hematopoetik, gastrointestinal, dan integumen. (PDQ, 2023)

Pasien kanker yang berada pada tahap pengobatan seperti kemoterapi, radiasi, operasi, dan kemoradiasi akan menimbulkan dampak pada penurunan aktivitas fisiknya, hal ini dapat dilihat dari kegiatan pasien sehari-hari seperti toileting, berpakaian, makan, dan ambulasi. Pasien kanker dalam pengobatan kemoterapi dan radiasi dapat mengalami gangguan pada sistem otot sehingga pasien merasakan kelemahan pada fisik dan menyebabkan ketergantungan hidupnya kepada *family caregiver* dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari (Mohile et al., 2009 dalam Werdani, 2021).

Caregiver adalah seseorang yang memberikan bantuan perawatan, bertanggung jawab terhadap kebutuhan penderita dan menghabiskan waktu hampir 24 jam untuk penderita dalam kehidupan sehari-hari (Fajriyati & Asyanti, 2017). Individu yang dikatakan *caregiver* adalah orang yang bertanggung jawab dalam merawat penderita. Definisi ini tertuang dalam Undang-Undang Kesehatan Jiwa No.18 tahun 2014, yaitu suami/istri, orang tua, saudara sekandung yang paling sedikit berumur 17 tahun, dalam hal ini merupakan keluarga dari penderita, wali dan pejabat yang berwenang sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Selama merawat penyintas kanker *family caregiver* selalu mengutamakan dan menghabiskan sebagian besar waktunya untuk menangani penyakit tersebut, sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup dilihat dari berbagai dimensi yaitu fisik (kelelahan, sakit, gangguan tidur, kehilangan kekuatan fisik, kehilangan nafsu makan, dan penurunan berat badan), psikologis (stres, kesulitan, kecemasan, kesepian, dan depresi), sosial (keuangan, isolasi, dan pekerjaan), dan mengelola lingkungan (Fajriyati & Asyanti, 2017). Semakin tinggi stadium kanker maka akan bertambah juga waktu perawatannya, maka *family caregiver* akan mengalami kelelahan dan stres yang berlebihan (Lestari & Nurhayati, 2020).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi beban *caregiver* antara lain adalah keterbatasan ekonomi, keterbatasan pengetahuan dalam merawat pasien, kurangnya dukungan. Gender juga mempengaruhi dalam beban *caregiver*, penelitian serupa meneliti bahwa perempuan berpotensi mengalami beban *caregiver* lebih berat dibandingkan laki-laki. Begitu pula umur muda dan juga lansia akan semakin menerima tekanan akibat pemberian perawatan pada pasien. Untuk meningkatkan kualitas hidup *family caregiver* berbagai strategi perlu dilakukan sesuai dengan kebutuhan seperti pemberian edukasi kesehatan guna mengelola stres. Salah satu pelatihan yang dapat dilakukan yaitu relaksasi napas dalam. Latihan pernafasan dalam dapat mengurangi ketegangan emosional. Menurut penelitian (Martínez et al., 2017) menyatakan bahwa pengasuh pasien kanker yang mampu mengembangkan strategi koping akan berhasil mengurangi dampak emosional dan rasa lelah. Pemberian pelatihan teknik relaksasi secara bertahap sangat penting dilakukan. Dalam (Sari & Subandi, 2019) menyatakan bahwa pelaksanaan relaksasi dengan teknik napas dalam akan mempengaruhi simptom kecemasan pada fisik *caregiver* sehingga dapat memberikan efek positif terhadap emosi dan perasaan. Dari uraian latar belakang dan hasil penelitian terdahulu, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui pengaruh edukasi menggunakan video mengenai relaksasi nafas dalam dan musik terhadap kualitas hidup *family caregiver* penyintas kanker.

Penelitian yang dilakukan oleh Zhang menemukan bahwa adanya peningkatan kualitas hidup pasien setelah mendapatkan dukungan sosial yang didapatkan dari

keluarga, dukungan dari teman, dan dukungan dari orang lain yang dianggap penting oleh individu tersebut. Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya yang positif untuk memerangi gejala depresi, dan bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan mental (Sun et al., 2023). Meningkatkan dukungan sosial terutama dukungan dari keluarga, akan meningkatkan harapan dan semangat pasien dalam menjalani proses diagnosis dan pengobatan yang akan dan sedang dijalani (Zhao et al., 2022).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Ngemplak 1 dengan dokter penanggung jawab penyakit *paliatf care* menyatakan bahwa kurang lebih ada 25 penyintas kanker yang berobat di Puskesmas Ngemplak 1. Setelah dilakukan wawancara terhadap 3 *family caregiver* penyintas kanker dengan 5 pertanyaan yaitu apakah merawat pasien kanker mengganggu rutinitas harian *family caregiver*, apakah saat merawat mengalami kesulitan kondisi keuangan, apakah tingkat stres dan khawatir meningkat, apakah ada rasa takut akan masa depan, dan apakah ada perhatian keluarga lain dalam merawat didapatkan hasil bahwa ketiganya memiliki kualitas hidup rendah. Serta telah didapatkan informasi bahwa sudah pernah diajarkan relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif sebelumnya tanpa disertai media pendidikan kesehatan sehingga informasi yang didapatkan masih terbatas. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Edukasi Video Relaksasi Nafas Dalam dengan Musik terhadap Kualitas Hidup *Family Caregiver* Penyintas Kanker” dikarenakan belum ada penelitian sebelumnya terkait pendidikan kesehatan relaksasi nafas dalam dengan menggunakan media video.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka peneliti dapat merumuskan masalah yang diteliti sebagai berikut “Apakah Ada Pengaruh Edukasi Video Relaksasi Nafas Dalam Dengan Musik Terhadap Kualitas Hidup *Family Caregiver* Dalam Merawat Pasien Penyintas Kanker Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak 1 Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh edukasi video relaksasi nafas dalam dengan musik terhadap *family caregiver* dalam merawat pasien penyintas kanker di wilayah kerja Puskesmas Ngemplak 1 Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran kualitas hidup *family caregiver* dengan penyintas kanker di Puskesmas Ngemplak 1 Yogyakarta sebelum dilakukan edukasi video relaksasi nafas dalam.
- b. Mengetahui gambaran kualitas hidup *family caregiver* dengan penyintas kanker di Puskesmas Ngemplak 1 Yogyakarta setelah dilakukan edukasi video relaksasi nafas dalam.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan informasi yang dapat digunakan untuk melakukan relaksasi nafas dalam terhadap *family caregiver* penyintas kanker yang lebih spesifik.
- b. Memberikan data yang dapat digunakan untuk penelitian lebih lanjut terkait kualitas hidup *family caregiver* penyintas kanker.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan literatur mengenai Edukasi Relaksasi Nafas Dalam dengan musik terhadap Kualitas Hidup Penyintas Kanker.
- b. Bagi Puskesmas Ngemplak 1 Yogyakarta
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan tambahan terhadap kualitas hidup pada *family caregiver* penyintas kanker salah satunya dengan pemberian terapi nonfarmakologi yaitu relaksasi nafas dalam dengan musik yang dapat diterapkan dirumah.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi ketika melakukan penelitian khususnya yang berkaitan dengan edukasi relaksasi nafas dalam dengan musik terhadap kualitas hidup family caregiver penyintas kanker dan dapat dijadikan sumber acuan bagi peneliti selanjutnya untuk membandingkan keefektifan terapi-terapi lain.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA