

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kanker adalah penyakit yang disebabkan oleh pertumbuhan sel-sel jaringan tubuh yang tidak normal. Sel-sel kanker akan berkembang dengan cepat, tidak terkendali, dan akan terus membelah diri. Selanjutnya, sel kanker akan menyusup ke jaringan sekitarnya (*invasive*) dan terus menyebar melalui jaringan ikat, darah, serta menyerang organ-organ penting dan syaraf tulang belakang (Tim CancerHelp, 2010)

Kanker akan memberikan dampak negatif pada aspek kehidupan seseorang seperti fisik, psikologis, sosial dan spiritual yang akan mempengaruhi kualitas hidup pasien. Dampak fisik yang akan dirasakan pada pasien kanker adalah nyeri pada penyakit dan pengobatannya, penurunan nafsu makan, kelelahan, perubahan citra tubuh, penurunan fungsi seksual dan gangguan tidur, sedangkan untuk dampak psikologis yang akan ditimbulkan seperti menolak, takut, cemas, sedih, emosional tinggi, menyalahkan diri sendiri dan kehilangan kontrol hidup yang akan menyebabkan pasien depresi (Cancer Council Australia, 2016). Masalah sosial yang sering terjadi pada pasien kanker meliputi kesulitan membicarakan tentang penyakitnya, rasa percaya diri dan hubungan dengan pasangan hidup. Permasalahan yang lain adalah masalah spiritual yang meliputi kesulitan menerima penyakit dan kematian (Effendy et al, 2015)

Menurut *World Health Organisation* (WHO, 2019) angka kejadian kanker dari tahun ke tahun mengalami peningkatan dan masih menjadi masalah kesehatan di Negara berkembang serta saat ini menjadi masalah kesehatan di dunia internasional. Berdasarkan data *International Agency For Research on Cancer* (IARC) kejadian kanker pada tahun 2012 sebanyak 14,1 juta kasus dengan mortalitas sebanyak 8,2 juta kasus. Data dari *Global Burden Cancer* (Globocan) pada tahun 2018 jumlah kasus baru kanker mengalami peningkatan yaitu 18,1 juta kasus kanker dan angka kematian 9,6 juta kasus kanker.

Kecemasan merupakan gejala umum yang timbul akibat diagnosa kanker, prevalensi kecemasan pada pasien kanker masih sangat tinggi terutama diberbagai negara seperti penelitian yang dilakukan di Negara Babol Iran dari 150 kasus kanker terdapat 16,7% mengalami kecemasan yang dikaitkan dengan stadium akhir dan prognosis yang buruk (Nikbakhsh dkk., 2014). Penelitian serupa dilakukan di Provinsi Fujihan Negara China terdapat 6,49% mengalami kecemasan yang dikaitkan dengan status kinerja yang buruk, usia tua, dan jenis kelamin perempuan (Hong dan Tian, 2014)

Angka kejadian penyakit kanker di Indonesia berada pada urutan 8 di Asia tenggara, sedangkan di Asia diurutan 23. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes) tahun 2018, prevelansi kanker di Indonesia menunjukkan adanya peningkatan pada tahun 2013 yaitu 1,4 per 1.000 penduduk dan pada tahun 2018 menjadi 1,79 per 1.000 penduduk. Angka kejadian kanker tertinggi terjadi di Indonesia untuk laki-laki adalah kanker paru yaitu 19,4 per 100.000

penduduk dengan rata-rata kematian 10,9 per 100.000 penduduk, yang diikuti dengan kanker hati 12,4 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 7,6 per 100.000 penduduk. Sedangkan angka kejadian kanker pada perempuan yang tertinggi adalah kanker payudara yaitu 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 17 per 100.000 penduduk, yang diikuti kanker leher Rahim 23,4 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 13,9 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 13,9 per 100.000 penduduk (Kemenkes RI 2019).

Penelitian mengenai kecemasan pada pasien kanker juga banyak dilakukan di Indonesia salah satunya di RSUP Hasan Sadikin Bandung dari 97 responden mengalami tingkat kecemasan sementara ada 58 responden (59,8%), sedangkan untuk tingkat kecemasan tetap sebanyak 53 responden (54,6%) (Pratiwi dkk., 2017). Angka kanker di Yogyakarta dapat dilihat dari surveilans Terpadu Penyakit (STP) rawat jalan dan rawat inap rumah sakit. Kasus baru kanker leher Rahim di rawat jalan terdapat 725 kasus sedangkan di rawat inap 615 kasus. Kasus baru kanker leher rahim di Yogyakarta menduduki peringkat kedua setelah kanker payudara. Berdasarkan data dari profil Kesehatan kabupaten dan kota tahun 2018 menunjukkan Yogyakarta merupakan kabupaten tertinggi kedua angka kejadian IVA positif di Yogyakarta (Dinas Kesehatan DIY, 2017)

Beberapa jurnal atau artikel yang ditemukan tentang kecemasan pada pasien kanker semua menyebutkan pasien yang mengalami kecemasan terhadap dirinya, salah satunya penelitian di rumah sakit Islam Sultan Semarang

Jawa Tengah pada bulan oktober 2019 ditemukan dari 30 orang pasien 17 mengalami kecemasan sedang dan 13 orang mengalami kecemasan ringan (Pratiwi, Riska & Kristinawati, 2019). Hal ini tentu sangat berpengaruh penting untuk keadaan pasien dimana dengan terganggunya psikologis pasien maka dapat memperburuk keadaan pasien dan menurunkan sistem kekebalan tubuh pasien, serta pasien yang mengalami kecemasan akan berdampak pada nafsu makan, kesehatan fisik dan kualitas tidur sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien.

Ansietas atau kecemasan adalah kondisi dan pengalaman subyektif individu terhadap objek yang tidak dapat dijelaskan spesifik akibat antisipasi bahaya yang akan memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapinya (SDKI DPP PPNI, 2016) Ankrom (2008) menyatakan bahwa kecemasan mencetuskan beberapa sensasi dan perubahan fisik, meliputi peningkatan aliran darah menuju otot, ketegangan otot, mempercepat atau memperlambat pernapasan, menurunkan denyut jantung, dan menurunkan fungsi digestif. *Center For Clinical Intervention* (2008) mengatakan bahwa ketegangan otot merupakan ketegangan otot merupakan salah satu tanda yang sering terjadi pada kondisi stress dan ansietas yang merupakan persiapan tubuh terhadap potensial kejadian berbahaya.

Kecemasan yang berlangsung lama dapat mengakibatkan dampak buruk terhadap kesehatan dan kualitas hidup, kepatuhan pengobatan, kekambuhan, dan kesembuhan selama perawatan (So et al 2010). Perawat memiliki peran yang penting dalam pemberian layanan kesehatan yang mendukung pasien

dalam proses dalam mengontrol psikologisnya, intervensi mandiri perawat yang bisa diberikan pada pasien yang mengalami kecemasan adalah teknik relaksasi, salah satunya adalah *Progressive Muscle Relaxation*.

Ansietas muncul berkaitan dengan adanya ketidakpastian akan suatu penyakitnya, efektivitas pengobatan terhadap pemulihan kondisi yang sering ditemukan pada klien-klien kanker terutama stadium lanjut yaitu stadium 3 dan 4 (Otto, 2007) selain itu persepsi klien dan keluarga tentang kanker yang selalu dikaitkan dengan kematian, masalah ketidakpastian setelah pengobatan yang dilakukan dan ketakutan akan kanker menjadi progresif dapat meningkatkan ansietas.

*Progressive muscle relaxation* adalah salah satu teknik relaksasi yang paling mudah dan sederhana. *Progressive muscle relaxation* merupakan suatu prosedur untuk mendapatkan relaksasi pada otot (Dave, 2015). Relaksasi pada *Progressive muscle relaxation* merupakan relaksasi yang mudah untuk diajarkan kepada pasien dalam mengatasi masalah kesehatannya dalam hal ini untuk mengatasi ansietas/kecemasannya (Simanulang, 2019).

*Progressive muscle relaxation* dilakukan dengan mengencangkan dan melemaskan sekelompok otot, kontraksi otot akan diikuti dengan relaksasi 14 kelompok otot, termasuk tangan dan lengan dominan dan bukan lengan dominan, bisep dominan dan non dominan, dahi, pipi atas dan hidung, pipi bawah dan rahang, leher dan tenggerokan. Dada dengan bahu dan punggung atas, perut, paha dominan dan non dominan, betis dominan dan non dominan.

Tujuan *Progressive muscle relaxation* untuk membedakan perasaan yang dialami pasien saat kelompok otot dilemaskan dan dalam kondisi tegang. Salah satu respon kecemasan yaitu penderita dapat merasakan hilangnya ketegangan otot dimana terapi *Progressive muscle relaxation* dapat merangsang pengeluaran zat kimia endorfin dan merangsang signal otak yang menyebabkan relaks, dan dapat meningkatkan aliran darah ke otak (Tobing, 2012). *Progressive muscle relaxation* salah satu terapi relaksasi yang mudah untuk dilakukan, karena memiliki gerakan yang sederhana, telah digunakan secara luas dan dapat meningkatkan kemandirian pasien dalam mengatasi kecemasan (Syarif & Putra, 2014).

*Progressive muscle relaxation* salah satu bentuk penerapan perawatan paliatif untuk pasien kanker. Menurut KEPMENKES RI No. 812 Tahun 2007, tujuan perawatan paliatif adalah memperbaiki kualitas hidup pasien dan keluarga dalam menghadapi masalah yang berhubungan dengan penyakit terminal dan kronik dengan pencegahan melalui identifikasi dini dan penilaian yang tertib serta penanganan nyeri dan masalah-masalah lain meliputi fisik, psikososial dan spiritual.

Sesuai dengan diagnosa Ansietas pada Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) maka salah satu intervensi sesuai dari Standar Intervensi keperawatan Indonesia (SIKI) yang dapat dilakukan sebagai seorang perawat adalah dengan terapi Relaksasi Otot Progresif yang mana dapat mengurangi kecemasan pada pasien kanker. (SDKI DPP PPNI. 2016).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk membahas mengenai *Literature Riview* tentang *Progressive muscle relaxtion* terhadap penurunan kecemasan pada pasien kanker. Sebelum menyusun *Literature Riview* peneliti sudah membaca banyak dari penelitian yang mendapatkan hasil bahwa terapi *Progressive muscle relaxtion* dapat menurunkan kecemasan pada pasien kanker. Dengan menurunnya kecemasan pada pasien kanker melalui terapi *Progressive muscle relaxtion* dapat pula meningkatkan kualitas hidup pasien kanker. Penelitian ini akan melakukan *Literature Riview* dengan cara mengidentifikasi, meringkas dan menganalisa dari temuan penelitian sebelumnya yang melakukan penelitin terhadap terapi *Progressive muscle relaxtion* dapat menurunkan kecemasan pada pasien kanker.

## **B. Rumusan Masalah**

Dampak Psikologis yang akan terjadi pada pasien kanker yaitu salah satunya adalah Ansietas, dimana ansietas atau kecemasan sendiri sanagt berpengaruh dalam proses kesembuhan pasien salah satu intervensi yang dapat dilakukan seorang perawat dalam mengatasinta adalah dengan cara *Progressive Muscle relaxatation*.

Berdasarkan latar belakan, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh *Progressive muscle relaxtion* terhadap penurunan kecemasan pada pasien kanker”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini untuk menjelaskan pengaruh penerapan *Progressive muscle relaxation* dalam mengurangi kecemasan pada pasien kanker.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui kecemasan pada pasien kanker
- b. Mengetahui hasil efektifitas penerapan PMR terhadap pasien kanker
- c. Untuk mengetahui prosedur pengaruh dari terapi *Progressive muscle relaxation* dalam mengatasi kecemasan pada pasien kanker.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Pasien Kanker**

Hasil analisa ini bisa dijadikan pasien kanker sebagai tindakan mandiri untuk mengatasi kecemasan terhadap dirinya untuk membantu proses kualitas hidupnya.

### **2. Bagi Perawat diruang Penyakit dalam**

Hasil analisa ini bisa dijadikan intervensi lain sebagai tindakan perawat dalam mengatasi kecemasan pada pasien kanker

### **3. Bagi Pendidikan Profesi Ners Jurusan keperawatn Poltekkes Kemenkes Yogyakarta**



Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai kajian literature Riview atau kepustakaan untuk menambah ilmu pengetahuan terutama pada mata kuliah keperawatan jiwa dan keperawatan medikal bedah tentang terapi *Progressive muscle relaxtion* dalam mengurangi kecemasan pada pasien kanker.