

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Acute Lymphoblastic Leukemia (ALL) merupakan salah satu jenis kanker darah yang banyak diderita oleh anak-anak (Puckett & Chan, 2025). ALL terjadi pada darah dan sumsum tulang belakang yang berasal dari sel limfosit yang belum cukup matang (limfoblas) dan membelah secara tidak terkendali. Sel limfosit normal berperan penting dalam pembentukan sistem imun, namun pada ALL, sel-sel ini mengalami mutasi genetik yang menyebabkan kegagalan pematangan dan proliferasi berlebihan di sumsum tulang. Hal ini dapat mengganggu produksi sel darah merah, trombosit, dan sel darah putih yang normal karena tergantikan oleh limfoblas abnormal. Akibatnya, dapat memicu berbagai gejala seperti infeksi anemia, perdarahan, dan infeksi berulang (Rahmat et al., 2022).

Sebagaimana dijelaskan sebelumnya bahwa ALL merupakan jenis kanker dengan jumlah prevalensi tertinggi dialami oleh anak-anak di dunia. *Internasional Agency for Research on Cancer* (IARC) milik *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa prevalensi ALL pada kelompok usia anak-anak di dunia mencapai 3,1 kasus per 100.000 individu pada tahun 2022. Data dari *Indonesia Pediatric Cancer Registry* (IPCAR) menunjukkan bahwa pada tahun 2020 – 2024, ALL menjadi penyakit kanker dengan komposisi terbanyak diderita oleh anak-anak, yaitu sebanyak 33,19% di Indonesia. Yogyakarta merupakan provinsi dengan prevalensi leukemia tertinggi di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, yaitu sebesar 4,9% (Rahmat et al., 2022).

Anak dengan ALL pada umumnya dilakukan penatalaksanaan sedemikian rupa ketika berada di ruang rawat rumah sakit, salah satunya adalah prosedur kemoterapi. Hingga saat ini, kemoterapi menjadi salah satu pengobatan yang paling efektif diberikan pada pasien ALL dalam membantu meningkatkan kesempatan mereka untuk *survive* (Fernandes & Andriani, 2024). Kemoterapi diberikan untuk membunuh sel-sel kanker dan mencegah terjadinya metastase. Namun, hal ini berisiko menyebabkan melemahnya sel-sel normal

dan menurunkan fungsinya. Hal tersebut menyebabkan berbagai keluhan dirasakan oleh pasien dengan ALL, antara lain kelelahan, kecemasan, nyeri, mual muntah, hingga penurunan kualitas tidur (Sulistyawati et al., 2021).

Gangguan tidur merupakan salah satu keluhan yang kerap dirasakan oleh anak dengan ALL. Berdasarkan berbagai studi, gangguan tidur banyak ditemukan pada anak-anak secara global, dengan angka kejadian berkisar antara 35 hingga 46% (Kaushik et al., 2022). Anak-anak dengan leukemia, terutama yang menjalani kemoterapi, cenderung mengalami gangguan tidur dengan kualitas tidur yang tergolong sedang (Fernandes & Andriani, 2024). (Xi et al., 2023) melaporkan bahwa dari 167 anak dengan ALL, sebanyak 67 anak (sekitar 40,12%) mengalami gangguan tidur. Sementara itu, dari 6 anak dengan *acute non-lymphoblastic leukemia*, 3 anak (50%) juga mengalami gangguan tidur. Selain kemoterapi, kondisi *relapse* pada pasien ALL juga menyebabkan penurunan kualitas tidur. Kondisi *relapse* yang ditandai dengan anemia, infeksi, nyeri, demam, dan berkeringat saat malam, dapat mempengaruhi kualitas tidur pasien ALL (Fernandes & Andriani, 2024). Temuan ini menunjukkan bahwa gangguan tidur merupakan masalah yang cukup umum terjadi pada anak dengan leukemia.

Tidur yang cukup dan berkualitas sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh dan pikiran (Xi et al., 2023). Tidur membantu tubuh pulih dan kembali bertenaga, serta mendukung fungsi fisik dan mental. Tidur juga berperan besar dalam proses tumbuh kembang pada anak-anak (Kaushik et al., 2022). Bagi anak yang sedang menjalani pengobatan kanker, tidur yang baik membantu meningkatkan pembentukan protein dan menjaga daya tahan tubuh. Hal ini dapat membantu memperbaiki kualitas hidup mereka dalam jangka panjang (Fernandes & Andriani, 2021). Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Alwi, et al., (2022) disebutkan bahwa kualitas tidur anak penyandang leukemia erat hubungannya dengan resiliensi orang tua anak, sehingga dapat menunjang dukungan, optimistis, dan ketenangan dalam merawat anaknya.

Studi pendahuluan dilakukan oleh penulis melalui wawancara dengan seorang perawat di ruang rawat inap anak dengan kanker di RSUP dr.

Sardjito. Salah satu hasil dari wawancara tersebut adalah belum optimalnya penerapan terapi nonfarmakologi yang sistematis untuk meningkatkan kualitas tidur anak-anak dengan ALL, sedangkan seringkali proses pengobatan, kondisi penyakit, dan lingkungan hospitalisasi membuat kualitas tidur anak menjadi buruk. Kualitas tidur yang buruk dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh dan meningkatkan risiko infeksi akut yang disebabkan oleh bakteri, virus, atau jamur. Pasien kanker yang baru menjalani kemoterapi umumnya memiliki daya tahan tubuh yang rendah, sehingga kurang tidur dapat memperburuk kondisi mereka. Anak-anak dengan leukemia yang sedang menjalani kemoterapi juga bisa mengalami gangguan tidur, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup mereka (Hayati et al., 2024). Oleh karena itu, menjaga kualitas tidur yang cukup bagi anak dengan ALL menjadi bagian penting dalam perawatan.

Pentingnya kualitas tidur ini menunjukkan bahwa perlunya penanganan baik secara farmakologi maupun nonfarmakologi. Pemberian terapi farmakologi melibatkan pendekatan obat-obatan untuk mengatasi gangguan tidur atau efek samping pengobatan yang mengganggu tidur. Namun, berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis, pemberian terapi farmakologi atau obat tidur untuk mengatasi gangguan tidur pada anak dengan ALL sangat jarang atau bahkan tidak pernah dilakukan. Hal ini dikarenakan adanya pertimbangan bahwa pemberian obat tidur pada anak-anak dapat memicu efek samping seperti sakit tenggorokan, mual, pusing, mulut kering, hingga disfungsi aktivitas anak pada siang hari. Oleh karena itu, peran perawat dalam mengoptimalkan pendekatan nonfarmakologi untuk meningkatkan kualitas tidur anak dengan ALL sangat diperlukan.

Sleep hygiene merupakan salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat diberikan untuk meningkatkan kualitas tidur anak dengan ALL. *Sleep hygiene* merupakan pendekatan non-farmakologi untuk mengatasi gangguan tidur dengan mendorong pembentukan rutinitas tidur yang teratur, pola tidur yang sehat, serta peningkatan kualitas tidur (Herwawan et al., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh (Alem et al., 2021) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan ($p=0.002$) terkait masalah yang berhubungan dengan

penurunan kualitas tidur pasien kanker yang menjalani kemoterapi dan diberikan intervensi *sleep hygiene* dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian tersebut membuktikan bahwa *sleep hygiene* merupakan pendekatan nonfarmakologi yang aman dan efektif untuk membantu meningkatkan kualitas tidur pasien dengan ALL, terutama anak-anak. Penerapan kebiasaan tidur yang baik, seperti rutinitas tidur yang konsisten dan lingkungan tidur yang nyaman, dapat membantu mengatur ritme tidur alami dan mendukung sistem imun yang lemah akibat kemoterapi. Namun, efektivitas *sleep hygiene* bersifat bertahap dan mungkin kurang optimal jika pasien mengalami gejala fisik berat seperti nyeri atau mual. Selain itu, keberhasilannya sangat bergantung pada dukungan keluarga dan lingkungan perawatan yang konsisten (Baranwal et al., 2023).

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus terkait penerapan *sleep hygiene* yang dinilai potensial meningkatkan kualitas tidur anak dengan ALL tanpa efek samping. Dengan demikian, diharapkan studi kasus ini dapat menjadi pengembangan intervensi keperawatan berbasis *Evidence Based Practice* (EBP) dilingkungan RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

B. Tujuan Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners

1. Tujuan umum

Diketahui gambaran penerapan *sleep hygiene* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien *Acute Lymphoblastic Leukemia* (ALL) di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Dilakukannya pengkajian keperawatan kanker pada anak dengan *Acute Lymphoblastic Leukemia* (ALL) yang menjalani pengobatan di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta
- b. Ditegakkannya diagnosis keperawatan kanker pada anak dengan *Acute Lymphoblastic Leukemia* (ALL) yang menjalani pengobatan di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta

- c. Tersusunnya intervensi keperawatan kanker disertai penerapan *evidence based nursing* berupa *sleep hygiene* untuk mengatasi gangguan pola tidur pada anak dengan *Acute Lymphoblastic Leukemia* (ALL) yang menjalani pengobatan di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta
- d. Dilakukannya implementasi keperawatan kanker disertai penerapan *evidence based nursing* berupa *sleep hygiene* untuk mengatasi gangguan pola tidur pada anak dengan *Acute Lymphoblastic Leukemia* (ALL) yang menjalani pengobatan di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta
- e. Dilakukannya evaluasi keperawatan kanker pada anak dengan *Acute Lymphoblastic Leukemia* (ALL) yang menjalani pengobatan di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta setelah menerima implementasi keperawatan disertai dengan penerapan *evidence based nursing* berupa *sleep hygiene* untuk mengatasi gangguan pola tidur
- f. Dilakukan analisis penerapan *evidence based nursing* berupa *sleep hygiene* untuk mengatasi gangguan pola tidur dengan ALL yang menjalani pengobatan di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian studi kasus ini diharapkan menjadi salah satu sumbangsih bahan referensi materi atau informasi dalam memberikan manfaat untuk kemajuan di bidang keperawatan kanker pada anak, khususnya terkait penerapan *sleep hygiene* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien *Acute Lymphoblastic Leukemia* (ALL) dan dapat dijadikan pertimbangan intervensi berbasis *evidence based practice*.

2. Manfaat praktis

a. Bagi pasien dan keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat mempercepat proses kesembuhan pasien melalui proses asuhan keperawatan yang diberikan dan

menambah wawasan keluarga pasien tentang perawatan anak dengan ALL

b. Bagi perawat Ruang Asoka RSUP dr. Sardjito

Penelitian diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan peran perawat Ruang Asoka RSUP Dr. Sardjito dan menerapkan perawatan komprehensif tentang penerapan *sleep hygiene* dalam memenuhi kebutuhan istirahat dan tidur untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien ALL

c. Mahasiswa keperawatan poltekkes kemenkes yogyakarta

Hasil penelitian dapat menjadi bahan masukan penelitian selanjutnya dan juga dapat menjadi bahan referensi materi dalam pembelajaran bagi kemajuan pendidikan terutama yang berkaitan Penerapan *sleep hygiene* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien *Acute Lymphoblastic Leukemia* (ALL) di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta

d. Institusi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Bagi institusi penerapan *sleep hygiene* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien ALL di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta diharapkan mampu menjadi salah satu arsip Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners yang ada di institusi dan mampu dijadikan sebagai referensi untuk penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam tugas akhir ners ini mencakup keilmuan pada bidang keperawatan kanker, yaitu Penerapan *sleep hygiene* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien ALL di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta