

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker payudara masih menjadi permasalahan kesehatan utama pada perempuan karena tingginya angka kejadian dan kontribusinya terhadap mortalitas di berbagai negara. Organisasi kesehatan dunia melaporkan terdapat lebih dari dua juta perempuan terdeteksi kanker payudara pada tahun 2022 dan ratusan ribu diantaranya meninggal akibat penyakit tersebut (WHO, 2022). Berdasarkan data *Global Cancer Observatory* tahun 2024, jumlah kasus kanker di Indonesia mencapai lebih dari 80.000 kasus baru dengan angka kematian 234.511 jiwa.

Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) memiliki prevalensi tertinggi untuk penyakit kanker payudara yaitu sebesar 2,4% (Zulala, 2024). Sebagai perbandingan, studi spasial pada tingkat komunitas menunjukkan bahwa prevalensi kanker payudara di provinsi lain cukup beragam misalnya, di Sumatera Barat tercatat sekitar 2,48 per 1.000 jiwa, di Gorontalo sekitar 2,44 per 1.000 jiwa, dan di DIY mencapai 4,86 per 1.000 jiwa (Solikhah *et al.*, 2022). Selama periode 2008-2019, angka kejadian kanker payudara di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta terus mengalami peningkatan. Kabupaten Bantul tercatat mempunyai angka kejadian kanker payudara yang lebih tinggi dibandingkan dengan kabupaten lain di wilayah DIY, dan tingkat insidensi terstandarisasi usia tersebut terus meningkat tiap tahunnya (Bryant *et al.*, 2023).

Kasus baru kanker diproyeksikan akan meningkat secara signifikan dalam beberapa dekade mendatang. Sebagai contoh, diperkirakan akan mencapai lebih dari 35 juta kasus baru pada tahun 2050, naik sekitar 77 % dari sekitar 20 juta kasus pada tahun 2022 (WHO, 2024). Di Asia Tenggara termasuk Indonesia, peningkatan insiden dan mortalitas dipengaruhi keterlambatan diagnosis dan pengobatan. Setiap penundaan terapi 4 minggu meningkatkan risiko kematian 6–13% (Hanna *et al.*, 2020). Terapi pengobatan kanker dapat dilakukan melalui beberapa pendekatan, diantaranya prosedur pembedahan, pemberian terapi radiasi, serta kemoterapi sebagai terapi sistemik yang menasar sel abnormal melalui sirkulasi darah. Pada layanan kesehatan, kemoterapi sering dipilih karena mampu menjangkau sel kanker yang telah mengalami penyebaran mikro (Sari *et al.*, 2021).

Kemoterapi diberikan sebagai salah satu strategi dalam pengobatan kanker. Namun, pengobatan ini kerap menimbulkan berbagai perubahan fisiologis maupun psikologis. Beberapa efek yang sering terjadi antara lain rasa mual, muntah, rambut rontok, rasa lelah berkepanjangan, hingga munculnya respon emosional yaitu kecemasan. Kecemasan yang tinggi dapat muncul dari rasa takut terhadap proses pengobatan, ketidakpastian mengenai hasil terapi, dan kekhawatiran tentang kemungkinan kekambuhan penyakit. Kondisi ini dapat berdampak pada respon fisiologis pasien, termasuk peningkatan tekanan darah, denyut jantung, dan kadar kortisol. Dampak dari kondisi tersebut dapat menghambat proses penyembuhan dan

menurunkan kualitas hidup pasien kanker yang menjalani kemoterapi (Nguyen *et al.*, 2022). Temuan serupa dilaporkan Dewi *et al.*, (2025) yang mencatat bahwa lebih dari 60% pasien kanker payudara di Yogyakarta, termasuk Kabupaten Bantul mengalami kecemasan tinggi selama menjalani kemoterapi. Kondisi ini memperlihatkan bahwa gangguan psikologis masih menjadi masalah signifikan dalam proses pengobatan pasien kanker.

Berbagai metode nonfarmakologis telah dikembangkan untuk membantu mengatasi kecemasan tanpa menambah beban farmakologis, termasuk terapi musik dan teknik relaksasi napas dalam. Studi terbaru oleh Salgado-Vasco *et al.*, (2025) melaporkan bahwa pemberian terapi musik selama sesi kemoterapi dapat menurunkan tingkat kecemasan hingga 40% dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil tersebut memperkuat bukti bahwa intervensi nonfarmakologis seperti musik dapat menjadi terapi pendukung yang efektif, murah, dan mudah diterapkan dalam praktik keperawatan onkologi.

Walaupun terapi musik telah terbukti efektif, penelitian mengenai terapi musik gamelan Jawa yang memiliki nilai budaya lokal masih sangat sedikit di Indonesia, khususnya pada pasien kanker payudara. Penelitian terdahulu umumnya lebih menitikberatkan pada penggunaan musik klasik Barat atau musik instrumental modern, sehingga aspek kearifan lokal yang berpotensi meningkatkan kenyamanan serta penerimaan pasien belum banyak dieksplorasi.

Dalam konteks tersebut, kawasan Yogyakarta dikenal memiliki ekosistem kebudayaan karawitan atau gamelan yang sangat kuat dan berkelanjutan. Pemerintah daerah dan komunitas seni secara aktif menjalankan berbagai program dan kegiatan untuk melestarikan seni tradisi. Dinas Kebudayaan Kabupaten Bantul juga menegaskan peran penting seni gamelan melalui aktivitas sanggar, program pengembangan komunitas, dan penyediaan fasilitas seni untuk mendukung kegiatan karawitan dan pertunjukan tradisional (Dinas Kebudayaan Bantul, 2023).

Studi menunjukkan bahwa gamelan merupakan suara yang akrab bagi masyarakat Yogyakarta dan berperan dalam membentuk identitas komunitas (Sularso *et al.*, 2023). Pelestarian musik tradisional, seperti penelitian mengenai pola tabuhan bonang gaya Yogyakarta, menunjukkan kuatnya apresiasi budaya masyarakat termasuk di Kabupaten Bantul (Rokhayatun & Jatilinar, 2022). Oleh karena itu, terapi musik gamelan layak diterapkan karena memiliki nilai budaya lokal sekaligus potensi relaksasi fisiologis (Dewi *et al.*, 2024). Musik bertempo lambat dan ritme repetitif terbukti meningkatkan gelombang otak alfa dan memicu respon relaksasi sehingga aman dan nyaman untuk pasien kemoterapi. (Zhang *et al.*, 2024).

Selain itu, teknik napas dalam telah terbukti memiliki mekanisme fisiologis yang kuat dalam menurunkan kecemasan, yaitu dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, menurunkan aktivitas saraf

simpatis, meningkatkan oksigenasi, dan mengurangi ketegangan otot yang sering dirasakan oleh pasien kanker selama kemoterapi (Hamasaki, 2020).

Efektivitas ini diperkuat oleh penelitian Syahida *et al.*, (2024) yang melibatkan 36 pasien kanker dan menunjukkan penurunan kecemasan signifikan setelah diberikan intervensi kombinasi aromaterapi lavender dan relaksasi napas dalam selama 10–15 menit, dengan perubahan tingkat kecemasan dari mayoritas cemas sedang (52,8%) menjadi mayoritas cemas ringan (69,4%). Temuan tersebut memberikan bukti kuat bahwa latihan napas dalam merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif, aman, dan mudah diterapkan pada pasien kanker.

Hasil studi pendahuluan di bangsal kemoterapi RSPAU dr. S. Hardjolukito pada bulan September, Oktober, dan November menunjukkan bahwa terdapat 343 kunjungan kemoterapi. Pasien terbanyak adalah pasien kanker payudara dengan jumlah rata rata kunjungan 60 pasien per bulan. Jumlah pasien yang menjalani kemoterapi selama periode oktober, november, dan desember adalah 72 orang. Mayoritas pasien mengalami kecemasan terutama yang pertama kali menjalani kemoterapi, namun pasien yang telah beberapa kali menjalani kemoterapi juga masih menunjukkan kecemasan.

Hasil Wawancara dengan perawat menunjukkan bahwa penatalaksanaan kecemasan selama ini dilakukan melalui edukasi psikologis untuk menenangkan pasien. Belum tersedia intervensi nonfarmakologis lain seperti kombinasi terapi musik dan terapi napas dalam

yang mudah diterapkan untuk membantu mengurangi kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.

Penelitian ini relevan untuk dilakukan mengingat tingginya kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Kombinasi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam memiliki keunggulan dibandingkan intervensi tunggal. Musik gamelan yang akrab bagi masyarakat Bantul, dengan tempo lambat dan ritme repetitif mendukung relaksasi fisiologis, sementara napas dalam mengaktifkan sistem parasimpatik dan menurunkan aktivitas simpatis. Sinergi keduanya berpotensi memberikan penurunan kecemasan yang lebih optimal sebagai intervensi keperawatan berbasis budaya lokal.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Apakah terdapat pengaruh kombinasi terapi musik gamelan jawa dan teknik relaksasi napas dalam terhadap kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh kombinasi terapi musik gamelan jawa dan teknik relaksasi napas dalam terhadap kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik pasien kanker payudara dengan kemoterapi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- b. Diketahui skor kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan kombinasi terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam pada kelompok intervensi.
- c. Diketahui skor kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi sebelum dan sesudah diberikan perawatan standar rumah sakit yaitu edukasi verbal pada kelompok kontrol.
- d. Diketahui perbedaan skor kecemasan sebelum dan sesudah pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini mencakup bidang keperawatan medikal bedah, khususnya dalam aspek asuhan keperawatan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Penelitian ini difokuskan pada upaya penurunan kecemasan pasien melalui intervensi nonfarmakologis, yaitu kombinasi terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam. Adapun subjek penelitian ini adalah pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi di rumah sakit, dengan fokus pada pengaruh intervensi tersebut terhadap perubahan skor kecemasan pasien sebelum dan sesudah tindakan terapi.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pasien

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi mengenai pentingnya pengelolaan kecemasan dengan metode nonfarmakologis. Melalui kombinasi terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam pasien dapat menurunkan kecemasan, meningkatkan rasa tenang, dan memperbaiki kualitas hidup mereka selama menjalani proses kemoterapi.

2. Bagi Perawat Ruang Onkologi

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam penyusunan SOP keperawatan terkait intervensi nonfarmakologis untuk menurunkan kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Temuan ini juga dapat mendukung penerapan intervensi keperawatan holistik yang meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikologis pasien.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi atau dasar pengembangan studi lebih lanjut mengenai efektivitas terapi kombinasi musik tradisional dan teknik relaksasi napas dalam terhadap kondisi psikologis pasien kanker. Selain itu, penelitian lanjutan dapat memperluas penerapan intervensi ini pada jenis kanker lain atau dalam konteks perawatan paliatif.

4. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi rumah sakit dalam mengembangkan kebijakan pelayanan kesehatan, khususnya dalam penerapan intervensi nonfarmakologis seperti terapi musik gamelan Jawa dan teknik relaksasi napas dalam. Intervensi ini dapat digunakan sebagai upaya pendukung dalam menurunkan kecemasan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi, sehingga dapat meningkatkan kualitas pelayanan, kepuasan pasien, serta mendukung penerapan asuhan keperawatan holistik.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama peneliti	Judul Peneliti	Metode	Hasil Penelitian	Keterangan
1.	Gezgin Yazıcı <i>et al.</i> , (2024)	<i>Effect of Music on Anxiety and Fatigue in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy: A Randomized Controlled Trial</i>	Kuasi-eksperimen (RCT)	Terapi musik selama 30 menit menurunkan tingkat kecemasan dan kelelahan pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi musik selama kemoterapi secara signifikan menurunkan kecemasan state dari 52,67 menjadi 31,20 dan kecemasan trait dari 49,30 menjadi 31,50 pada pasien kanker.	Persamaan: Sama-sama meneliti efek musik terhadap kecemasan pasien kemoterapi. Perbedaan: Musik yang digunakan bersifat umum, sedangkan penelitian ini menggunakan musik gamelan Jawa dan dikombinasikan dengan teknik relaksasi napas dalam.
2.	Kristianingsih & Rohayati, (2024)	Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi	Kuasi eksperimen (<i>pretest-posttest one group</i>)	Hasil menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan secara signifikan pada pasien kanker setelah diberikan terapi musik klasik selama sesi kemoterapi. Penelitian Ery Natalina menunjukkan bahwa terapi musik klasik menurunkan tingkat kecemasan dari 48,47 menjadi 42,67 dengan penurunan sebesar 5,80 poin.	Persamaan: Sama-sama meneliti penurunan tingkat kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi. Perbedaan: Penelitian sebelumnya menggunakan musik klasik, sedangkan penelitian ini menggunakan musik gamelan yang merupakan musik tradisional Indonesia dan terdapat kelompok kontrol

No	Nama peneliti	Judul Peneliti	Metode	Hasil Penelitian	Keterangan
3.	Sari <i>et al.</i> , (2021)	<i>Effect of Musical Therapy Langgam Jawa on Pre-chemotherapy Anxiety of Cancer Patients</i>	Kuasi eksperimen	Pemberian terapi musik Langgam Jawa terbukti efektif menurunkan kecemasan pra-kemoterapi. Pada kelompok perlakuan, skor kecemasan menurun dari 60,1 menjadi 35,52, sedangkan kelompok kontrol menurun dari 60,5 menjadi 51,81. Penurunan kecemasan pada kelompok perlakuan jauh lebih besar, dan terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok ($p = 0,001$).	Persamaan: Sama-sama meneliti efek musik tradisional terhadap kecemasan pasien kanker. Perbedaan: Penelitian terdahulu meneliti Langgam Jawa pada fase <i>pra</i> -kemoterapi, sedangkan penelitian ini fokus pada musik gamelan selama proses kemoterapi dan mengkombinasikan dua intervensi dan mengukur apakah efektivitasnya lebih tinggi.
4.	Syahida <i>et al.</i> , (2024)	<i>Lavender Aromatherapy and Deep Breathing Relaxation on Reducing The Anxiety of Cancer Patients</i>	<i>Pre-eksperimen (One Group Pretest-Posttest Design)</i> Jumlah sampel: 36 pasien kanker di RSUD dr. Moewardi Surakarta.	Hasil menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan secara signifikan ($p = 0,001$) setelah diberikan kombinasi aromaterapi lavender dan relaksasi napas dalam selama 10–15 menit. Sebelum intervensi mayoritas cemas sedang (52,8%), setelah intervensi mayoritas cemas ringan (69,4%).	Persamaan: Sama-sama meneliti efek intervensi non-farmakologis terhadap kecemasan pasien kanker. Perbedaan: Penelitian menggunakan kombinasi aromaterapi lavender dan teknik relaksasi napas dalam, sedangkan penelitian ini menggunakan musik gamelan Jawa dikombinasikan dengan relaksasi napas dalam.