

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker payudara (*carcinoma mammae*) adalah tumor ganas yang muncul sebagai benjolan abnormal pada jaringan payudara akibat pertumbuhan sel yang tidak terkendali di kelenjar susu, saluran kelenjar, maupun jaringan penunjang seperti jaringan lemak dan ikat, serta memiliki kemampuan menyebar ke organ lain (Ketut *et al.*, 2022). Kanker payudara termasuk salah satu jenis kanker dengan prevalensi tinggi pada perempuan. (Sheryn, 2023).

Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta tercatat sebagai provinsi dengan prevalensi kanker payudara tertinggi, yaitu 2,4% (sekitar 4.325 kasus) (Kemenkes, 2022), Khususnya di Kabupaten Sleman, terdapat 2.003 kasus kanker payudara dengan kelompok usia terbanyak 45–54 tahun (673 jiwa), sedangkan data sekunder Puskesmas Gamping II tahun 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar kasus kanker yang tercatat adalah kanker payudara, yaitu 42 orang (Dinkes Sleman, 2024).

Tingginya kasus kanker payudara menjadi prioritas penanganan oleh pemerintah tanpa mengabaikan jenis kanker lainnya. Program Rencana Aksi Nasional Kanker 2022, Strategi Nasional Penanggulangan Kanker Payudara Indonesia mencakup 3 pilar yakni promosi kesehatan, deteksi dini dan tata laksana kasus. Penatalaksanaan kasus kanker sendiri dapat memunculkan berbagai reaksi negatif dan dapat mengalami tekanan psikologis seperti sedih, malu, rasa putus asa, kecemasan bahkan depresi akan pikiran mereka tertuju kepada kematian (Lewandowska *et al.* 2020).

Penanganan kanker dapat dilakukan melalui berbagai prosedur medis, termasuk pembedahan, terapi radiasi, maupun pemberian kemoterapi. Kemoterapi adalah pengobatan kanker sistemik menggunakan obat sitotoksik untuk tujuan penyembuhan, pengendalian, atau paliatif, yang diberikan secara berulang dalam 4-8 siklus sesuai kondisi pasien (Allo, 2020). Pengobatan dengan kemoterapi tersebut dapat menimbulkan efek pada kondisi fisik dan berpengaruh besar terhadap keadaan psikologis, seperti munculnya perubahan suasana hati dan stres. Stres yang dialami secara berulang dan berkepanjangan dapat memicu munculnya kecemasan (Lestari, 2020).

Kecemasan yang terus-menerus dapat menurunkan fungsi sistem imun, termasuk aktivitas sitotoksik limfosit T sebagai sel pembunuh alami, sehingga mendorong pertumbuhan sel ganas, ketidakstabilan genetik, dan perluasan tumor (Lestari, 2020). Temuan tersebut sejalan dengan kajian psiko-onkologi yang menunjukkan bahwa stres dan kecemasan kronis pada pasien kanker tidak hanya menekan fungsi imun seluler, aktivitas limfosit T sitotoksik, tetapi juga berhubungan dengan luaran klinis yang lebih buruk, sehingga penanganan aspek psikologis menjadi bagian penting dari terapi kanker yang komprehensif (Antoni & Dhabhar, 2019). Beberapa fakta di lapangan menunjukkan bahwa penanganan pasien kanker sering kali diarahkan pada aspek fisik, sementara kondisi psikologisnya kurang mendapat perhatian, padahal kesehatan mental yang baik sangat berperan dalam mendukung proses penyembuhan pasien (Saniatuzzulfa & Retnowati, 2015).

Proses penyembuhan pasien dari aspek psikologis membutuhkan motivasi intrinsik, dukungan keluarga, kecukupan finansial, serta bantuan tenaga kesehatan seperti perawat dan tim medis lainnya (Rumambi, 2024). Semakin tinggi dukungan positif yang diberikan oleh keluarga, semakin sedikit gejala kecemasan yang dialami (Hermann *et al.*, 2024). Menurut Putra (2015) dalam Reni & Ramdhani (2025) dukungan keluarga sangat diperlukan untuk meningkatkan kesehatan mental dan motivasi bertahan hidup pada pasien kanker. Dukungan tersebut membantu pasien yang sedang menjalani kemoterapi agar tidak lagi melihat prosedur tersebut sebagai sesuatu yang menakutkan dan memicu kecemasan.

Kecemasan merupakan respons adaptif yang dipengaruhi oleh karakteristik individu atau proses psikologis, sebagai akibat dari tindakan, situasi, atau peristiwa eksternal yang menimbulkan tuntutan fisik maupun psikologis pada seseorang (Rahmadania, 2021). Kecemasan yang dialami keluarga pasien kritis dapat memicu ketidakmampuan dalam pengambilan keputusan, sehingga menghambat pelaksanaan asuhan keperawatan optimal bagi pasien (Kozier *et al.*, 2019). Salah satu terapi komplementer yang dapat diberikan untuk menurunkan kecemasan adalah relaksasi SEFT (Abd. Haris *et al.* 2023).

Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) merupakan teknik nonfarmakologis yang dapat diterapkan untuk membantu mengatasi masalah emosional, termasuk kecemasan dan depresi pada pasien kanker (Aristiawati *et al.*, 2025). Pasien akan merasa lebih tenang dan rileks, karena saat terapi akan menguraikan ketegangan otot – otot dan pikiran menjadi

lebih tenang & tentram (Majid & Sukartini, 2021). SEFT menggabungkan unsur doa, keikhlasan, dan penggunaan energi tubuh untuk menata kembali kondisi pikiran, emosi, dan perilaku melalui rangkaian kalimat sugestif berbentuk doa serta ketukan lembut menggunakan dua ujung jari (*tapping*) pada titik-titik tertentu di tubuh. (Mariani Nasution *et al.*, 2020). SEFT juga terbukti dapat meningkatkan hormon endorphen dan enkepalin sehingga menciptakan ketenangan yang distimulasi dari terapi ketuk ringan pada titik meridian tubuh (Maryana, 2019). Terapi tersebut membantu mengatur dan memperlancar energi yang mengalir di meridian tubuh, sehingga memberikan efek terapeutik pada kondisi psikologis dan emosional (Hamidah *et al.*, 2024).

Keunggulan relaksasi SEFT dibandingkan dengan terapi relaksasi lainnya yaitu mudah dipelajari dan diterapkan oleh siapa saja, hasil yang cepat dirasakan, biaya yang murah, efektivitas relatif tahan lama, serta tanpa efek samping, sehingga sangat aman untuk dilakukan oleh siapa saja dan bersifat universal (Hamidah *et al.*, 2024). SEFT juga terbukti dapat menurunkan tingkat depresi, menurunkan nyeri, menurunkan kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur (Zheng, 2025). Relaksasi SEFT secara eksplisit mengintegrasikan doa, ketulusan (ikhlas), dan kepasrahan kepada Tuhan, dimana dalam dinamika energi psikologis memperluas cakupan penanganan masalah hingga ranah fisik dan emosional, sehingga klien lebih mampu menerima, memaknai, dan menjalani hidup dengan tenang, yang pada akhirnya memperbaiki kesejahteraan fisik, emosional, dan kebahagiaan batin. (Rachmawati & Aristina, 2019).

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik mengangkat kasus tentang Penerapan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk menurunkan tingkat kecemasan anggota keluarga dengan kanker payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimana Penerapan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Anggota Keluarga dengan Kanker Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diperoleh pengalaman nyata dalam memberikan asuhan keperawatan Keluarga dengan Kanker Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II dengan intervensi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk menurunkan tingkat kecemasan.

2. Tujuan Khusus

- a. Menerapkan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan pada keluarga dengan kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Gamping II.
- b. Melaksanakan pendokumentasian asuhan keperawatan pada keluarga dengan kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas

Gamping II.

- c. Mengidentifikasi faktor penghambat dan pendukung dalam melaksanakan asuhan keperawatan pada keluarga dengan kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Gamping II.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan ilmu keperawatan khususnya tentang asuhan keperawatan keluarga dan keperawatan jiwa mengenai relaksasi SEFT sebagai upaya penurunan tingkat kecemasan dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada pasien kanker payudara.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Keluarga dengan anggota Kanker Payudara

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diterapkan secara terus menerus untuk memberikan dukungan psikologis terhadap anggota keluarga yang menderita kanker payudara

b. Bagi Perawat Puskesmas

Hasil penulisan ini diharapkan dapat menjadi gambaran dalam melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan kanker payudara

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan pertimbangan dalam melanjutkan penelitian yang lebih mendalam terkait penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien kanker payudara.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam Tugas Akhir Ners ini mencakup keilmuan pada ruang keperawatan keluarga dan keperawatan jiwa, yaitu penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada keluarga dengan pasien kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Gamping II. Penerapan ini dilaksanakan selama 2 minggu dari tanggal 11 - 23 Mei 2025. Data yang diperoleh menggunakan metode wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik dengan pendekatan proses keperawatan.