

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker adalah salah satu jenis penyakit tidak menular yang ditandai dengan pertumbuhan sel-sel abnormal yang berlangsung secara cepat, tidak terkendali dan memiliki kemampuan untuk menyebar ke jaringan atau organ tubuh lain. Kondisi ini umumnya dipicu oleh adanya mutasi DNA sel yang menyebabkan mekanisme pengendalian pertumbuhan sel terganggu sehingga sel terus membelah dan berkembang biak tanpa batas. Sel kanker dapat terbentuk dari perubahan genetik rangkap dalam satu gen induk dan jika tidak segera ditangani maka dapat mengarah pada rasa sakit bahkan kematian (Suryani, 2020).

Kanker termasuk salah satu penyakit yang paling berbahaya dengan tingkat kematian yang tinggi di seluruh dunia. Kanker tidak mengenal batas usia maupun jenis kelamin sehingga dapat terjadi pada siapa saja mulai dari anak-anak hingga orang dewasa baik pria maupun wanita. Menurut data *Global Cancer Observatory* atau Globocan tahun 2022, jumlah kanker di seluruh dunia mencapai sekitar 19,98 juta kasus dengan hampir 9,74 juta kasus kematian. Pada tahun yang sama, di Indonesia tercatat sekitar 408.661 kasus baru dan 242.988 kasus kematian yang diakibatkan oleh kanker (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Data tersebut menunjukkan bahwa, kanker masih menjadi masalah kesehatan yang serius baik secara global maupun nasional.

Pengobatan kanker sangat dipengaruhi oleh jenis kanker, tingkat keparahan dan kondisi kesehatan pasien. Salah satu metode yang paling sering dilakukan yaitu pembedahan atau dengan melakukan pengangkatan tumor beserta jaringan di sekitarnya untuk mencegah penyebaran sel kanker. Selain itu terdapat pula metode lain seperti kemoterapi, radioterapi, imunoterapi, terapi target dan terapi hormonal (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Dengan beragam pilihan tersebut, pengobatan kanker dapat dirancang secara individual sehingga menunjukkan hasil yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan masing-masing pasien. Akan tetapi, terapi kanker sering kali menimbulkan efek samping seperti mual, muntah, anemia serta meningkatnya risiko infeksi (Digambiro dan Parwanto, 2024).

Umumnya, pasien yang menjalani terapi kanker mengalami penurunan nafsu makan yang sebagian besar disebabkan oleh rasa mual yang muncul selama proses pengobatan. Kondisi ini menyebabkan asupan makan pasien kurang dari kebutuhan harian. Pemenuhan gizi melalui makanan berperan penting dalam mendukung keberhasilan terapi pada pasien kanker. Asupan gizi yang adekuat dapat membantu tubuh pasien untuk mentoleransi efek samping pengobatan. Selain itu, asupan yang cukup juga berperan dalam mencegah terjadinya penurunan berat badan yang berlebih maupun malnutrisi yang sering kali menjadi masalah serius pada pasien kanker. Dengan demikian, pemberian gizi yang tepat tidak hanya memperkuat kondisi fisik tetapi juga berperan dalam menjaga status gizi serta meningkatkan kualitas hidup pasien.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Susetyowati dkk. (2018) di RSUP Dr. Sardjito menunjukkan bahwa sebagian besar pasien kanker memiliki asupan makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizinya. Dengan demikian, asupan energi maupun zat gizi makro dan mikro pada mayoritas subjek masih berada di bawah angka kebutuhan yang dianjurkan. Kondisi ini berimplikasi serius terhadap status gizi pasien akibat terapi kanker yang dijalani.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Putri, Adriani dan Estuningsih (2019) menunjukkan bahwa rata-rata asupan energi dan protein subjek yaitu mencakup 57% dari rata-rata kebutuhan energi berdasarkan perhitungan. Tingkat kecukupan tersebut termasuk dalam kategori kurang berdasarkan Kemenkes pada tahun 2017 Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran pada Kanker Payudara dimana asupan <70%. Penurunan nafsu makan akibat perubahan indra perasa, seperti ketidakmampuan untuk merasakan rasa makanan atau rasa pahit di mulut, merupakan efek samping kemoterapi yang menyebabkan penurunan nafsu makan.

Upaya edukasi gizi melalui konseling merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk membantu pasien kanker memahami peran asupan makan dalam mendukung proses pengobatan. Dengan adanya konseling terkait pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi, diharapkan pasien lebih memperhatikan pemilihan makanan yang dikonsumsi sehingga dapat menunjang kondisi kesehatan serta meningkatkan kualitas hidupnya. Konseling gizi berfungsi sebagai sarana untuk menumbuhkan kesadaran pasien dan keluarga pasien agar lebih konsisten dalam menerapkan diet sesuai anjuran.

Pengetahuan dan sikap pasien memiliki peran penting dalam keputusan untuk mengikuti diet yang dianjurkan. Pengetahuan yang baik tentang pentingnya pola makan seimbang membantu pasien memahami manfaat dan dampak yang timbul jika kebutuhan makanan tidak terpenuhi. Selain itu, sikap juga memiliki peran penting dalam keputusan untuk mengikuti anjuran diet. Sikap positif terhadap gizi, seperti keyakinan bahwa makanan bergizi memiliki pengaruh positif terhadap tubuh, dapat memotivasi pasien untuk lebih ketat mengikuti diet yang direkomendasikan. Sebaliknya, ketidakpedulian terhadap pentingnya anjuran diet pada akhirnya dapat berdampak negatif terhadap kesehatan pasien.

Asupan makanan yang cukup sangat penting untuk mendukung proses penyembuhan, menjaga berat badan, dan meningkatkan toleransi terhadap pengobatan yang dilakukan. Tetapi, masih ditemukan pasien yang tidak mematuhi diet yang dianjurkan. Ketidakpatuhan ini dapat memiliki dampak negatif, seperti penurunan berat badan, kehilangan massa otot, kelelahan, melemahnya sistem kekebalan tubuh, penundaan proses penyembuhan, dan bahkan penurunan kualitas hidup pasien. Ketidakpatuhan terhadap rekomendasi diet biasanya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan sikap penolakan pasien terhadap pentingnya gizi yang cukup selama pengobatan sehingga pasien sering kali tidak menyadari konsekuensi dari asupan makanan yang kurang. Selain itu, juga disebabkan karena efek samping yang ditimbulkan dari pengobatan yang dijalani dan juga kondisi fisik pasien itu sendiri. Oleh sebab

itu, konseling gizi merupakan langkah strategis yang penting untuk meningkatkan kepatuhan pasien kanker terhadap diet yang dianjurkan.

Dalam proses konseling, penggunaan media merupakan aspek yang penting. Media konseling berperan sebagai perantara untuk menyampaikan informasi yang dapat mempengaruhi cara seseorang menerima, memahami dan menerapkan pesan gizi yang disampaikan. Oleh sebab itu, diperlukan strategi yang tepat untuk memastikan bahwa kebutuhan gizi pasien tetap tercukupi. Salah satu inovasi yang dapat dilakukan yaitu dengan memanfaatkan media edukasi “Cakram Diet” yang merupakan alat bantu visual berbentuk lingkaran yang memberikan informasi terkait porsi dan jenis makanan sesuai anjuran gizi. Melalui cakram ini, diharapkan pasien dapat memilih makanan dengan porsi seimbang untuk mendukung perbaikan jaringan dan menjaga masa otot disamping mencukupi asupan energi, serat, dan cairan.

Selama ini, konseling gizi yang diberikan pada pasien sering kali hanya menggunakan media leaflet. Penggunaan leaflet cenderung pasif dan mudah menimbulkan kebosanan karena informasi yang disampaikan tidak selalu dapat dipahami dengan baik oleh pasien. Selain itu, leaflet umumnya terbuat dari bahan kertas biasa yang tipis dan mudah robek. Sedangkan, Cakram Diet merupakan salah satu media edukasi yang praktis, menarik, interaktif, dan mudah dipahami sehingga cocok digunakan terutama dalam proses konseling gizi bagi pasien kanker.

Media Cakram Diet dirancang untuk menunjukkan porsi makan sesuai dengan kebutuhan gizi pasien kanker, menunjukkan bahan makanan yang

dianjurkan dan tidak dianjurkan serta beberapa tips untuk menjalani anjuran diet pasien kanker. Desain visual ini dapat membantu dalam memberikan penjelasan yang lebih spesifik, konkrit, dan aplikatif. Dengan demikian, diharapkan pasien lebih dapat mudah memahami konsep porsi makan yang dianjurkan, mengingat informasi yang diberikan dan menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, cakram dapat digunakan secara fleksibel baik dalam edukasi kelompok maupun individu.

Dibalik berbagai keunggulannya, media Cakram Diet juga memiliki kelemahan. Bentuknya yang praktis dan berukuran relatif kecil menyebabkan informasi yang disajikan terbatas, sehingga informasi yang dimuat harus ringkas dan fokus pada poin utama. Karena terbatasnya informasi, penggunaan cakram diet tidak sepenuhnya dapat dilakukan sendiri oleh orang awam melainkan membutuhkan pendampingan dan penjelasan dari tenaga gizi atau tenaga kesehatan agar pasien dapat memahami konsepnya dan penerapannya secara tepat. Selain itu, proses produksi cakram memerlukan biaya yang relatif tinggi dibandingkan media cetak lainnya karena bahan yang digunakan harus lebih kuat dan tahan lama agar dapat digunakan berulang kali.

Penelitian yang dilakukan oleh Sulviana, Kurniasari dan Elvandari (2022) terkait penggunaan media cakram gizi terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi buah dan sayur pada remaja menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswa SMA Negeri 1 Cikarang Barat setelah diberikan edukasi menggunakan media cakram gizi. Sebelum dilakukan intervensi, sebanyak 61,9% subjek memiliki pengetahuan cukup, namun setelah

intervensi jumlah tersebut meningkat menjadi 85,7% atau dalam kategori pengetahuan baik. Sementara itu, berdasarkan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa sebelum dilakukan intervensi sebagian besar subjek menunjukkan perilaku kurang baik yaitu sebanyak 95,2 %. Setelah dilakukan intervensi, sebagian besar subjek termasuk kategori baik yaitu sebesar 71,4%.

Rumah singgah merupakan tempat tinggal sementara bagi pasien kanker yang berasal dari luar kota dan sedang menjalani pengobatan di rumah sakit rujukan. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, selama menjalani pengobatan, pasien tidak hanya mengalami efek samping pengobatan, tetapi juga kesulitan dalam memenuhi kebutuhan gizi serta mengikuti anjuran diet. Hal tersebut dipengaruhi oleh kelelahan, efek samping pengobatan atau terapi seperti perubahan nafsu makan, mual, muntah, serta efek samping yang ditimbulkan dari kanker itu sendiri. Oleh karena itu, pasien kanker yang tinggal di rumah singgah memerlukan panduan gizi yang praktis dan mudah dipahami untuk membantu mereka mengikuti pola makan yang dianjurkan dan membantu mengatasi efek samping yang ditimbulkan, sehingga dapat mendukung keberhasilan pengobatan dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker.

Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan seseorang. Tetapi, hingga saat ini penelitian terkait penggunaan cakram gizi sebagai media konseling pada pasien kanker masih sangat terbatas. Penelitian sebelumnya sebagian besar dilakukan pada remaja atau sasaran lain dan menunjukkan bahwa media cakram

dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku konsumsi buah dan sayur (Sulviana, Kurniasari dan Elvandari, 2022). Selain itu, penelitian konseling gizi umumnya menggunakan media *booklet* atau *leaflet* sebagai media edukasi yang biasanya hanya mengukur satu atau dua aspek seperti pengetahuan dan kepatuhan terhadap anjuran diet. Hingga saat ini belum ditemukan penelitian yang secara bersamaan mengevaluasi perubahan pengetahuan, sikap, dan kepatuhan diet terutama pada pasien kanker setelah diberikan konseling gizi.

Berdasarkan uraian tersebut penelitian ini memiliki kebaruan pada penggunaan media Cakram Diet sebagai media inovatif yang berfungsi sebagai alat bantu konseling gizi yang dirancang secara visual dan interaktif untuk membantu pasien memahami anjuran diet. Selain itu, penelitian ini dilakukan pada pasien kanker yang tinggal di rumah singgah, bukan pasien yang menjalani rawat jalan di rumah sakit. Penelitian ini juga secara bersamaan mengukur perubahan pengetahuan, sikap, dan kepatuhan terhadap diet yang dianjurkan menggunakan desain penelitian *single-arm pretest posttest pilot study* sehingga diharapkan dapat memberikan gambaran awal mengenai potensi manfaat konseling gizi dengan media Cakram Diet dalam mendukung penerapan diet pasien kanker.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka dibuat rumusan masalah yaitu “Bagaimana perbedaan pengetahuan, sikap dan kepatuhan diet pasien kanker sebelum dan setelah diberikan konseling gizi menggunakan media Cakram Diet?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan pengetahuan sikap, dan kepatuhan diet pasien kanker sebelum dan setelah diberikan konseling gizi menggunakan media Cakram Diet

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui perbedaan pengetahuan pasien kanker sebelum dan setelah diberikan konseling menggunakan media Cakram Diet
- b. Mengetahui perbedaan sikap pasien kanker sebelum dan setelah diberikan konseling menggunakan media Cakram Diet
- c. Mengetahui perubahan kepatuhan diet pasien kanker setelah diberikan konseling gizi menggunakan media Cakram Diet

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini termasuk dalam bidang gizi dengan cakupan penelitian gizi klinik.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan penelitian selanjutnya, khususnya yang berkaitan dengan pemanfaatan media konseling gizi. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai pedoman atau acuan dalam pelaksanaan kegiatan konseling gizi terutama melalui penggunaan media Cakram Diet. Selain itu, juga dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam mengembangkan media edukasi gizi yang inovatif, praktis, dan sesuai dengan kebutuhan pasien.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan terkait pengaruh media konseling gizi menggunakan Cakram Diet

b. Bagi Pasien Kanker

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan praktis dalam memilih dan mengatur asupan makan sehingga mendukung kepatuhan diet dan proses penyembuhan pasien kanker

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian menggunakan Cakram Diet ini diharapkan dapat menjadi media pembelajaran aplikatif serta acuan dalam program edukasi gizi dan kesehatan

F. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian terkait pengaruh konseling gizi menggunakan Cakram Diet terhadap pengetahuan dan sikap serta kepatuhan diet pasien kanker di rumah singgah YKI: Studi Pendahuluan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Peneliti Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
Magriplis et al., (2026) Feasibility and Preliminary Dietary Outcomes of the Smart Family Lifestyle Counseling Intervention in Greek Primary Care: A Single-Arm Pilot Study from Health4Eukids	Program konseling Smart Family layak dilakukan di layanan kesehatan Yunani karena konsumsi makanan manis menurun drastis serta konsumsi ikan dan sayur meningkat	Sasaran yaitu pasien kanker, desain penelitian <i>a single-arm pretest-posttest pilot study</i> , variabel kepatuhan diet, metode intervensi konseling	Lokasi penelitian, variabel pengetahuan dan sikap

Peneliti Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
Park et al., (2026) Impact of a Mobile Nutrition App on Dietary Outcomes in Cancer Survivors: Pilot Feasibility Study	Aplikasi nutrition mobile layak digunakan pada penyintas kanker karena pengguna yang lebih aktif menunjukkan peningkatan	Sasaran, desain penelitian <i>a single-arm pilot study</i>	Lokasi penelitian, media yaitu aplikasi digital, variabel penelitian yaitu pengetahuan, sikap, dan kualitas hidup
Kleckner et al., (2022) Time-restricted Eating to Address Cancer-related Fatigue among Cancer Survivors: A Single-arm Pilot Study	Intervensi <i>time-restricted eating</i> selama 14 hari layak, aman dan menunjukkan perbaikan kelelahan pada penyintas kanker	Desain penelitian yaitu <i>single-arm pretest-posttest pilot study</i> , variabel kepatuhan	Lokasi penelitian, variabel pengetahuan dan sikap, tidak terdapat media edukasi
(Kohta dkk., 2025) Evaluating the Knowledge Level, Practice, and Behavioral Change Potential of Care Managers in Pressure Injury Prevention Using a Mobile App Prototyping Model in the Home-Care Setting: Single-Arm, Pre-Post Pilot Study	Aplikasi <i>pips-map</i> meningkatkan pengetahuan para praktisi pengobatan tradisional Jepang tetapi tidak mengubah praktik pencegahan <i>pressure injury</i>	Desain penelitian <i>single-arm pretest-posttest pilot study</i> , variabel pengetahuan, perubahan perilaku	Sasaran, lokasi penelitian, media intervensi, variabel sikap
Chaves, Arnáez and García-Soriano, (2024) The Effectiveness of a Cell Phone eHealth App in Changing Knowledge, Stigmatizing Attitudes, and Intention to Seek Help Associated With Obsessive-Compulsive Disorder: Pilot Questionnaire Study	Pengetahuan kesehatan mental dan niat mencari pertolongan meningkat signifikan dan sikap stigma serta jarak sosial menurun signifikan sehingga aplikasi esTOCma layak dan dapat diterima	Desain penelitian <i>single arm pilot intervention</i> , variabel pengetahuan,	Sasaran, lokasi penelitian, variabel sikap dan kepatuhan, media intervensi aplikasi

G. Produk yang Dihasilkan

Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Produk yang Dihasilkan	
Nama Produk	Cakram Diet
Karakteristik	Media Cakram Diet merupakan media edukasi interaktif berbentuk lingkaran berlapis yang dirancang khusus untuk memandu pasien kanker dalam menjalani pola makan sesuai dengan kebutuhan gizinya
Fungsi	Fungsi Cakram Diet yaitu sebagai media edukasi atau konseling untuk menyampaikan informasi terkait diet pasien kanker terutama makan sumber energi dan protein, bahan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan, cara pengolahan, tips mengatasi efek samping pengobatan serta aktivitas fisik sehari-hari yang dapat diterapkan sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan mendorong perubahan perilaku yang lebih baik
Keunggulan	Media Cakram Diet dirancang menyerupai bentuk piring makanan dengan pembagian visual yang menunjukkan porsi makan sesuai dengan kebutuhan gizi pasien kanker. Desain visual ini dapat membantu dalam memberikan penjelasan yang lebih spesifik.