

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker dengan angka kejadian tertinggi pada perempuan di dunia. Data *Global Cancer Observatory* (GLOBOCAN) pada tahun 2024 menunjukkan bahwa kanker payudara menyumbang lebih dari 2,3 juta kasus baru atau sekitar 11,7% dari seluruh insiden kanker pada perempuan secara global. Secara keseluruhan, beban kanker di dunia terus meningkat dengan 19,3 juta kasus baru dan hampir 10 juta kematian pada tahun 2020, menegaskan bahwa kanker masih menjadi tantangan kesehatan global yang signifikan (Long et al., 2024).

Di Indonesia, kanker payudara menempati peringkat pertama sebagai kanker terbanyak pada perempuan dengan angka kejadian mencapai 44 kasus per 100.000 perempuan. *International Agency for Research on Cancer* (IARC) tahun 2020 melaporkan bahwa kanker payudara menyumbang 16,6% dari seluruh kasus kanker pada perempuan di Indonesia. Tingginya angka mortalitas masih menjadi permasalahan utama akibat keterlambatan deteksi, komplikasi pengobatan, serta dampak fisik dan psikososial selama terapi (Indraswati et al., 2024). Data epidemiologis di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta menunjukkan prevalensi kanker payudara mencapai 2,4% (Riskesdas, 2018). Wilayah kerja Puskesmas Gamping 2 tahun 2025 tercatat sebanyak 30 orang penyandang kanker

payudara yang saat ini sedang menjalani pengobatan. Kondisi ini menunjukkan bahwa tingginya beban kanker payudara berdampak langsung pada kondisi kesehatan serta pemenuhan kebutuhan dasar pasien selama proses perawatan.

Pasien kanker payudara umumnya mengalami berbagai permasalahan dalam pemenuhan kebutuhan dasar manusia. Kondisi penyakit dan efek samping terapi, seperti kemoterapi dan radioterapi, dapat menimbulkan gangguan kebutuhan aman dan nyaman akibat nyeri, gangguan istirahat dan tidur, penurunan nafsu makan dan status nutrisi, keterbatasan aktivitas fisik, serta masalah psikologis seperti kecemasan dan stres. Berbagai gangguan kebutuhan dasar yang dapat terjadi, gangguan pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur menjadi salah satu masalah yang paling sering dialami dan berdampak signifikan terhadap kondisi fisik dan psikologis pasien kanker payudara. Pemenuhan kebutuhan istirahat menjadi fokus penting bagi pasien kanker karena kurangnya istirahat berhubungan erat dengan meningkatnya kelelahan, gangguan suasana hati, dan penurunan kualitas hidup. Pedoman terbaru ASCO–*Society for Integrative Oncology* menegaskan bahwa gangguan tidur dapat memperberat kelelahan pada pasien kanker, sehingga perlu mendapat perhatian dan penanganan secara menyeluruh selama proses perawatan (Bruner et al., 2025; Gowin et al., 2025).

Salah satu masalah kesehatan yang sering dialami pasien kanker payudara terkait gangguan pemenuhan kebutuhan istirahat adalah kelelahan.

Kelelahan merupakan gejala subjektif yang muncul sebagai rasa letih fisik, emosional, maupun kognitif yang tidak membaik hanya dengan istirahat. Laporan *Indonesian Cancer Care* (2023) menunjukkan bahwa lebih dari 70% pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi mengalami tingkat kelelahan sedang hingga berat. Penelitian lain juga menemukan bahwa 25–75% pasien kanker payudara yang mengalami kelelahan yang dapat menghambat aktivitas, menurunkan kepatuhan pengobatan, serta memengaruhi kualitas hidup (Bahceli et al., 2022). Studi terbaru menunjukkan bahwa kelelahan dapat terjadi sejak sebelum terapi, selama pengobatan, dan menetap lama setelah terapi selesai, serta berhubungan dengan gangguan tidur, depresi, kecemasan, dan penurunan fungsi sehari-hari. Selain itu, kelelahan sering kali belum tertangani secara optimal dalam praktik keperawatan, terutama di layanan primer, meskipun berdampak terhadap kemandirian pasien dan peran keluarga (Blickle, 2025; Bruner et al., 2025).

Kelelahan yang tidak tertangani secara adekuat berpotensi memperburuk kondisi fisik dan psikologis pasien, meningkatkan ketergantungan terhadap keluarga, serta menghambat keberhasilan asuhan keperawatan berkelanjutan. Sejalan dengan penguatan pelayanan kesehatan primer dan pendekatan promotif–preventif dalam penanganan penyakit kronis termasuk kanker, perawat komunitas memiliki peran strategis sebagai care provider, edukator, dan fasilitator pemberdayaan keluarga. Selama ini, penanganan kelelahan pada pasien kanker payudara di

Puskesmas Gamping 2 umumnya masih berupa edukasi aktivitas fisik ringan, seperti anjuran jalan santai, sementara intervensi nonfarmakologis berbasis relaksasi dan sentuhan terapeutik belum diterapkan secara optimal.

Oleh karena itu, diperlukan intervensi nonfarmakologis yang mudah diterapkan, aman, dan sesuai dengan peran perawat komunitas untuk membantu mengatasi kelelahan pada pasien kanker payudara di layanan kesehatan primer. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan dalam mengatasi kelelahan adalah *back massage*. *Back massage* merupakan teknik sentuhan terapeutik yang dilakukan melalui tekanan lembut dan ritmis pada area punggung dengan tujuan meningkatkan sirkulasi darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan relaksasi, serta menurunkan aktivasi sistem saraf simpatis (Indraswati et al., 2024). Pedoman *integrative oncology* terbaru menyebutkan bahwa terapi berbasis sentuhan dan relaksasi terbukti bermanfaat dalam menurunkan kelelahan dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker dengan risiko efek samping yang relatif minimal (Gowin et al., 2025).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terapi pijat, termasuk *back massage*, efektif menurunkan kelelahan pada pasien kanker jika dilakukan secara teratur selama 10–20 menit. Berbagai bentuk terapi pijat, seperti *acupressure*, *reflexology*, dan *back massage*, terbukti secara konsisten mampu menurunkan kelelahan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi (Indraswati et al., 2024). *Back massage* juga terbukti mampu menurunkan tingkat kelelahan secara signifikan pada pasien kanker

payudara, termasuk penurunan kelelahan dari kategori sedang menjadi ringan setelah pemberian selama tiga hari berturut-turut (Amalia & Prihati, 2021; Bahceli et al., 2022). Selain itu, terapi pijat termasuk salah satu intervensi nonfarmakologis paling efektif dalam menangani gejala kelelahan pada pasien kanker serta mendukung perbaikan kualitas istirahat dan fungsi psikologis pasien kanker (Asefa et al., 2024; Long et al., 2024; Wang et al., 2021).

Dalam praktik keperawatan komunitas, perawat berperan sebagai *care provider*, edukator, dan fasilitator pemberdayaan keluarga. Terapi *back massage* mudah diajarkan, aman dilakukan di rumah, tidak memerlukan alat khusus, serta mendukung pendekatan asuhan keperawatan holistik. Intervensi ini dapat diterapkan melalui *home visit* maupun kelompok masyarakat. Oleh karena itu, dalam karya ilmiah ini dipilih dua keluarga dengan anggota keluarga penyandang kanker payudara yang mengalami kelelahan sebagai subjek penerapan intervensi *back massage* dalam asuhan keperawatan komunitas.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam karya ilmiah ini adalah “Bagaimana penerapan terapi *back massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat keluarga dengan anggota keluarga penyandang kanker payudara di Puskesmas Gamping 2”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu memperoleh gambaran penerapan *back massage* sebagai upaya pemenuhan kebutuhan istirahat dalam mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Gamping 2.

2. Tujuan Khusus

- a. Menerapkan *back massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat untuk mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Gamping 2 menggunakan pendekatan proses keperawatan dari pengkajian hingga evaluasi.
- b. Membandingkan respons tingkat kelelahan pasien kanker payudara sebelum dan sesudah penerapan *back massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat untuk mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Gamping 2.
- c. Mengidentifikasi adanya faktor pendukung dan penghambat penerapan *back massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat untuk mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Gamping 2.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Karya ilmiah ini diharapkan dapat memberikan inovasi pengembangan ilmu keperawatan komunitas dan keluarga tentang penerapan *back massage* dalam mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Diharapkan dapat menerapkan *back massage* sebagai salah satu upaya terapi nonfarmakologis untuk mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara.

b. Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan pemberian intervensi keperawatan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan di masyarakat khususnya penerapan *back massage* dalam mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara.

c. Bagi Perawat Komunitas

Diharapkan dapat menjadi referensi dalam memberikan asuhan keperawatan berbasis komunitas melalui penerapan terapi *back massage* sebagai intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara, serta mendukung peran perawat sebagai care provider dan edukator dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan istirahat dan kualitas hidup pasien di lingkungan keluarga dan masyarakat.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penerapan ini dapat menjadi bahan rujukan dan pembanding dalam pengembangan penelitian terkait intervensi nonfarmakologis, khususnya penerapan terapi *back massage* dalam mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara, serta sebagai

referensi dalam memperdalam pemahaman konsep asuhan keperawatan berbasis evidence-based nursing.

D. Ruang Lingkup

Laporan karya ilmiah akhir ners yang penulis susun berada pada ruang lingkup keilmuan Keperawatan Keluarga untuk mengetahui hasil penerapan *back massage* dalam pemenuhan kebutuhan fisiologis untuk mengurangi kelelahan pada pasien kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Gamping 2.