

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker menempati posisi kedua sebagai penyebab kematian terbanyak secara global menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2024. Pada tahun 2022, kanker bertanggung jawab atas kurang lebih 9,7 juta kematian. Statistik menunjukkan bahwa kira-kira satu dari lima individu akan didiagnosa mengidap kanker sepanjang hidup mereka. (WHO, 2024). Kasus kanker di Indonesia juga mengalami peningkatan dan diprediksi melonjak hingga lebih dari 70 persen pada 2050. Saat ini, sekitar 400 ribu kasus baru kanker terdeteksi setiap tahunnya, dengan angka kematian mencapai 240 ribu kasus (Kemenkes RI, 2025).

WHO mendefinisikan kanker sebagai kumpulan penyakit yang sangat besar yang dicirikan oleh pertumbuhan sel yang melampaui batas normal. Sel-sel ini dapat menyerang area tubuh yang berdekatan atau menyebar ke organ lain, yang dikenal sebagai metastasis. Menurut *National Cancer Institute*, kanker adalah kondisi di mana beberapa sel tubuh berkembang biak secara tidak terkendali dan menyebar ke bagian lain tubuh (Brown *et al.*, 2023). Kanker payudara adalah jenis kanker yang paling sering didiagnosa dan penyebab utama kematian akibat kanker pada wanita, menyumbang 23% dari total kasus kanker dan 14% dari kematian akibat kanker (Dong *et al.*, 2024). Kepala Dinas Kesehatan DKI Jakarta drg. Ani Ruspitawati menekankan bahwa kanker payudara dan kanker serviks menjadi jenis kanker dengan angka kejadian tertinggi di Indonesia (Kemenkes RI, 2025). Menurut koordinator penyakit tidak menular Puskesmas Gamping II, pada tahun 2025 kasus kanker mencapai 31, dengan kanker payudara sebagai jumlah tertinggi.

Kanker dan proses pengobatannya sering kali menimbulkan berbagai komplikasi serta efek samping sehingga membuat terganggunya rasa nyaman pasien,

seperti gangguan pencernaan, kelelahan, nyeri, dan berbagai gangguan lainnya, termasuk gangguan emosional. Gangguan emosional, terutama kecemasan dan depresi, sangat umum dialami pasien, di mana sekitar 50% wanita dengan kanker payudara stadium awal dilaporkan mengalami kecemasan, depresi, atau keduanya dalam kurun waktu satu tahun setelah diagnosa (Liu *et al.*, 2022). Dukungan dari keluarga juga memainkan peran kunci dalam membantu pasien mempersiapkan mental mereka secara optimal. Dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh pasien dalam menghadapi proses kemoterapi, karena dapat membantu mereka merasa lebih siap dan kuat dalam menghadapi pengobatan tersebut. Dukungan ini sangat diperlukan selama perawatan pasien, karena dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan semangat hidup, dan memperkuat komitmen pasien untuk terus menjalani pengobatan kemoterapi. Dukungan keluarga tidak hanya berfungsi sebagai sumber emosional yang penting, tetapi juga sebagai pendorong motivasi dan ketahanan pasien dalam menghadapi proses pengobatan yang sering kali sulit dan melelahkan (Ibrahim *et al.*, 2025). Selain adanya dukungan keluarga, tanpa intervensi yang efektif beban kanker akan semakin besar, baik dari segi kesehatan masyarakat maupun ekonomi (Kemenkes RI, 2025). Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat membantu mengurangi gangguan emosional adalah *Mindfulness Based Stress Reduction* (MBSR) (Chen & Jime, 2022).

MBSR merupakan salah satu intervensi psikologis terstruktur yang awalnya dikembangkan oleh Kabat-Zinn dkk. pada tahun 1998, dan sejak itu telah diterapkan secara luas dalam konteks penanganan kanker (Chen & Jime, 2022). Popularitas MBSR dalam onkologi didorong oleh fungsinya yang terbukti mampu mengurangi depresi dan kecemasan, serta mendorong kesejahteraan emosional dan fisik pada pasien kanker. Penelitian yang dilakukan oleh (Khaled *et al.*, 2022) menyimpulkan bahwa *Mindfulness*

Based Stress Reduction (MBSR) terbukti efektif secara signifikan ($p < 0,001$) dalam mengurangi gejala kecemasan, depresi, dan kelelahan terkait kanker pada pasien kanker payudara. MBSR merupakan salah satu praktik rutin yang menggunakan pendekatan terstandar untuk latihan *mind-body* yang dapat mengurangi gangguan emosional dengan mengurangi penilaian sensorik-perseptual dan mengembangkan koneksi yang lebih erat antara kesadaran dan tubuh. MBSR mungkin khususnya bermanfaat untuk kecemasan dan depresi karena meningkatkan toleransi stres. Efek samping pengobatan kanker pada pasien, harapan bertahan hidup, dan efek pada pekerjaan serta peran sosial dapat menyebabkan stres psikologis kronis. MBSR berfokus pada interaksi antara otak, pikiran, tubuh, dan perilaku untuk menggunakan pikiran dalam mempengaruhi fungsi tubuh dan mempromosikan kesejahteraan (Liu *et al.*, 2022).

Berdasarkan uraian masalah diatas, penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana penerapan *mindfulness based stress reduction* dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman pada keluarga dengan penderita kanker payudara di Puskesmas Gamping II.

B. Tujuan Penulisan KIAN

1. Tujuan Umum

Mendapatkan pengalaman nyata dalam penerapan *mindfulness based stress reduction* untuk pemenuhan kebutuhan rasa aman pada anggota keluarga penderita kanker payudara di Puskesmas Gamping II.

2. Tujuan Khusus

- a. Menerapkan asuhan keperawatan dengan pendekatan proses keperawatan *mindfulness based stress reduction* dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman pada dua keluarga dengan penderita kanker payudara di Puskesmas Gamping II

- b. Mengetahui perbedaan respon kedua pasien terhadap penerapan *mindfulness based stress reduction* dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman pada dua keluarga dengan penderita kanker payudara di Puskesmas Gamping II
- c. Mengetahui faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan *mindfulness based stress reduction* dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman pada dua keluarga dengan penderita kanker payudara di Puskesmas Gamping II.

C. Manfaat Penulisan KIAN

1. Manfaat Teoritis

Studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan bahan pengembangan ilmu keperawatan keluarga mengenai penerapan *mindfulness based stress reduction* dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman pada penderita kanker payudara di Puskesmas Gamping II.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penderita kanker

Diharapkan penderita kanker dapat mengetahui dan menerapkan *Mindfulness Based Stress Reduction* untuk pemenuhan kebutuhan rasa aman.

b. Bagi puskesmas

Studi kasus yang dilakukan dapat dijadikan referensi serta dapat dijadikan pilihan intervensi penerapan *Mindfulness Based Stress Reduction* dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman pada pasien kanker payudara di Puskesmas Gamping II.

c. Bagi jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Diharapkan studi kasus ini akan menjadi literatur tambahan atau referensi bagi mahasiswa keperawatan yang mempelajari keperawatan keluarga, khususnya tentang pengurangan stres berbasis kesadaran dalam

memberikan rasa aman kepada pasien kanker payudara di Puskesmas Gamping II.

D. Ruang Lingkup KIAN

Penelitian ini dalam lingkup ilmu keperawatan keluarga dengan menggunakan asuhan keperawatan dan dilakukan dua kasus kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Gamping II.