

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker merupakan salah satu penyebab kematian terbesar di dunia. Di antara berbagai jenis kanker, kanker payudara menempati urutan teratas baik dalam jumlah kasus maupun sebagai penyebab kematian akibat kanker setiap tahun. Penyakit ini adalah keganasan pada jaringan payudara yang dapat berasal dari epitel duktus maupun lobulus (Kemenkes RI, 2015).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RSUP Dr. Sardjito pada Januari 2026, pasien *ca mammae* yang menjalani rawat inap pada tanggal 1 sampai 21 Januari tercatat 150 pasien. Jumlah pasien *ca mammae* yang menjalani rawat inap selama tiga tahun terakhir, yaitu periode 2023–2025, mencapai 2.635 kasus. Pada tahun 2024 mengalami peningkatan pasien sebanyak 119 pasien. Data tersebut menunjukkan bahwa kelompok usia dengan jumlah kasus tertinggi berada pada rentang 46–59 tahun, dengan mayoritas pasien berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 1.275 pasien. Rata-rata pasien menjalani perawatan di RSUP Dr. Sardjito selama 3 sampai 4 hari. Ditinjau dari karakteristik sosiodemografi, tingkat pendidikan pasien *ca mammae* paling banyak berada pada jenjang SMA/SMK/ sederajat, dengan total 702 pasien, yang mengindikasikan bahwa penyakit ini banyak terjadi pada kelompok usia produktif dengan latar belakang pendidikan menengah. Selain itu, berdasarkan status pernikahan, sebagian besar pasien tercatat berstatus menikah, yaitu sebanyak 2.132 pasien, yang berpotensi berkaitan dengan peran sosial, psikologis, serta dukungan keluarga selama menjalani

perawatan. Gambaran karakteristik pasien tersebut menunjukkan bahwa *ca mammae* masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan dan kompleks, baik dari aspek medis maupun psikososial, sehingga memerlukan perhatian khusus dalam perencanaan asuhan dan intervensi keperawatan yang komprehensif.

Angka kejadian kanker di Daerah Istimewa Yogyakarta dapat diketahui berdasarkan data STP Rawat Inap rumah sakit pada tahun 2024, Data tersebut menunjukkan bahwa *ca mammae* menempati urutan tertinggi dengan jumlah 1.537 kasus serta 212 angka kematian. Deteksi dini kanker merupakan langkah penting untuk meningkatkan peluang kesembuhan serta mencegah terjadinya komplikasi. Pada kanker payudara, deteksi dini dilakukan melalui metode SADANIS dengan sasaran perempuan usia 30–50 tahun. Pada periode pelaksanaan, pemeriksaan dilakukan terhadap 39.327 perempuan usia 30–50 tahun, jumlah ini meningkat lebih dari dua kali lipat dibandingkan tahun sebelumnya yang hanya mencapai 14.782 orang. Hasil pemeriksaan menunjukkan adanya benjolan pada 1% responden (382 orang) dan sebanyak 0,2% (59 orang) dinyatakan suspek kanker payudara. Pada pasien *ca mammae* tidak hanya menghadapi dampak fisik, tetapi juga masalah psikologis berupa menarik diri terkait perubahan citra tubuh yang berdampak pada penurunan harga diri.

Kanker payudara, atau *karsinoma mammae (Ca Mammae)*, adalah kondisi patologis yang timbul akibat perubahan pada sel-sel jaringan payudara. Pada tahap awal, perubahan tersebut umumnya masih bersifat

mikroskopis sehingga sulit dikenali melalui pemeriksaan perabaan (Trianti, E., 2023). Hingga kini, penyebab pasti kanker payudara masih belum diketahui secara jelas, tetapi ada beberapa faktor yang diduga berperan dalam timbulnya penyakit ini. Faktor-faktor tersebut meliputi kombinasi aspek genetik, hormonal, serta pengaruh lingkungan yang dapat berperan dalam proses perkembangannya (Trianti, E., 2023).

Kanker payudara tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga kondisi psikologis penderitanya. Individu yang mendapatkan diagnosis kanker payudara sering mengalami pengalaman traumatis akibat perubahan citra tubuh, gangguan dalam hubungan seksual. Selain itu, kondisi ini juga dapat memicu reaksi psikologis seperti penyangkalan, kemarahan, maupun rasa takut terhadap penyakit itu sendiri maupun terhadap proses pengobatannya. Dampak psikologis lain yang dapat muncul meliputi perasaan tidak berdaya, rasa malu, menurunnya harga diri, stres yang paling sering dialami (Distinarista, W & Laely, 2020).

Kondisi psikososial yang dialami oleh pasien kanker payudara dapat memberikan dampak terhadap munculnya harga diri rendah pada penderita kanker payudara tersebut. Selain itu, perubahan fisik yang terjadi dapat menyebabkan perempuan penderita kanker payudara mengalami penurunan kepercayaan diri atau gangguan pada harga diri. Penilaian negatif terhadap diri sendiri dapat mengakibatkan terbentuknya harga diri yang rendah. Individu yang memiliki daya tarik fisik tinggi umumnya cenderung menunjukkan tingkat harga diri yang lebih baik dibandingkan dengan mereka

yang memiliki kondisi fisik kurang menarik. Harga diri sendiri merupakan evaluasi personal terhadap pencapaian yang diraih serta penilaian mengenai sejauh mana perilaku individu sesuai dengan gambaran ideal dirinya (Amanda, W. D., 2021).

Penderita kanker payudara sering mengalami penurunan kualitas hidup. Karena itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk memahami bagaimana kanker payudara memengaruhi berbagai aspek kehidupan pasien, terutama kondisi psikologis mereka. Pengetahuan tersebut diperlukan agar pelayanan yang diberikan tidak hanya mempertahankan, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup pasien (Husni, Romadoni & Rukiyati, 2015). Seringkali pasien *Ca Mammae* mengalami penurunan harga diri karena gangguan citra tubuh, rasa kehilangan identitas feminim, dan tidak mampu menyesuaikan diri.

Salah satu cara menangani gangguan psikologis atau mental pada pasien *ca mammae*, dapat dilakukan terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat diterapkan meliputi *Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT)* yang bertujuan untuk meningkatkan harga diri individu tersebut.

MBCT telah terbukti efektif dalam membantu pasien lebih cepat menyadari kecenderungan perubahan pada pikiran, emosi, dan sensasi tubuh yang umumnya terjadi secara otomatis. MBCT memiliki dua fungsi utama. Pertama, metode ini membantu individu mengembangkan cara baru untuk merespons situasi yang tidak menyenangkan tanpa bereaksi secara impulsif. Peserta dilatih untuk menyadari bahwa meskipun tidak semua kondisi dapat

diubah, mereka tetap bisa belajar menghadapi situasi tersebut dengan kesadaran dan penerimaan. Selain itu, MBCT menawarkan latihan yang menekankan pengamatan terhadap sensasi tubuh, sehingga peserta dapat mengalami sensasi tersebut secara utuh dan apa adanya (Mauludyah, N., 2023).

Mindfulness bertujuan meningkatkan kesadaran terhadap pikiran, emosi, dan sensasi saat ini, dan kerap diterapkan untuk membantu mengurangi kecemasan serta depresi pada pasien kanker. Protokol terapi kognitif yang diterapkan dalam MBCT terbukti mampu meningkatkan kemampuan pasien dalam merawat diri sendiri dalam jangka pendek untuk mengelola gejala, sekaligus meningkatkan kesiapan pendamping atau caregiver dalam merawat pasien (Mauludyah, N., 2023).

Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT) adalah salah satu intervensi berbasis *mindfulness* yang efektif untuk meningkatkan harga diri pada pasien kanker. *MBCT* mencakup latihan-latihan yang membantu individu menghadapi penurunan harga diri dengan cara memusatkan perhatian pada sensasi tubuh, merasakannya secara penuh, dan mengamatnya secara objektif. Gangguan psikologis seperti penurunan harga diri sering muncul akibat pikiran otomatis negatif yang berkaitan dengan rendahnya efikasi diri. Prinsip utama *Mindfulness* adalah kemampuan untuk sepenuhnya memperhatikan momen saat ini tanpa menilai atau menghakimi. *MBCT* merupakan gabungan antara konsep *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)* dan terapi kognitif perilaku (Sanjiwani, A. A. S *et al.*, 2022).

Mindfulness merupakan teknik yang bertujuan membantu individu memusatkan perhatian pada momen saat ini tanpa menilai atau menghakimi pikiran dan reaksi emosional yang muncul terhadap suatu situasi atau rangsangan. Teknik ini memungkinkan individu untuk menyadari kondisi yang sedang dialami secara sadar, menerima keadaan tersebut, dan memberikan perhatian penuh terhadap situasi tersebut.

Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian kasus dengan judul “Penerapan Terapi *Mindfulness* : Sharing Emosional Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Pasien *Ca Mammae* Di RSUP Dr. Sardjito.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah yang dapat dirumuskan adalah: “Bagaimana penerapan terapi *Mindfulness*: Sharing Emosional untuk meningkatkan harga diri pada pasien *Ca Mammae* di RSUP Dr. Sardjito?”

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Penerapan Terapi *Mindfulness*: Sharing Emosional untuk meningkatkan harga diri pada dua pasien *Ca Mammae* di RSUP Dr. Sardjito.

2. Tujuan Khusus

- a. Melaksanakan terapi *mindfulness*: sharing emosional untuk meningkatkan harga diri pada dua pasien *ca mammae* di RSUP Dr. Sardjito.

- b. Diketahui respons harga diri kedua pasien sebelum dan sesudah penerapan terapi *mindfulness*: sharing emosional sebagai distraksi pada pasien *ca mammae* di RSUP Dr. Sardjito.
- c. Diketuainya faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan intervensi terapi *mindfulness*: sharing emosional untuk meningkatkan harga diri pada dua pasien *ca mammae* di RSUP Dr. Sardjito.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini berkaitan dengan ruang lingkup keperawatan yaitu pada stase keperawatan jiwa guna mampu melakukan Penerapan Terapi *Mindfulness* : Sharing Emosional Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Pasien *Ca Maamae* Di RSUP Dr. Sardjito.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoristis

Hasil karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menambah referensi dalam meningkatkan perkembangan ilmu dalam bidang keperawatan tentang Penerapan Terapi *Mindfulness* : Sharing Emosional Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Pasien *Ca Maamae* Di RSUP Dr. Sardjito.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menambah referensi dalam meningkatkan perkembangan ilmu pengetahuan dan

praktik keperawatan terutama dalam Penerapan Terapi *Mindfulness* :
Sharing Emosional Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Pasien *Ca*
Maamae Di RSUP Dr. Sardjito.

b. Bagi Pasien

Pasien dapat menerapkan secara mandiri tentang tatacara
Midfulness: Sharing Emosional untuk meningkatkan harga diri
pasien *ca mammae* di RSUP Dr. Sardjito.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menjadi bahan masukan penelitian berikutnya dan juga
sebagai referensi materi dalam pembelajaran bagi kemajuan
pendidikan terutama yang berkaitan dengan penerapan *Midfulness*:
Sharing Emosional terhadap harga diri pada pasien *ca mammae* di
RSUP Dr. Sardjito.

d. Bagi Perawat

Dapat menjadi pertimbangan sebagai standar operasional
prosedur untuk intervensi keperawatan dalam penerapan
Midfulness: Sharing Emosional terhadap harga diri pada pasien *ca*
mammae di RSUP Dr. Sardjito.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menjadi referensi tambahan untuk dapat melanjutkan
mengenai penerapan *Midfulness*: Sharing Emosional terhadap harga
diri pada pasien *ca mammae* di RSUP Dr. Sardjito.

F. Jurnal Pendukung

Berikut ini jurnal yang mendukung terapi untuk mengurangi harga diri pada pasien *ca mammae* dengan mindfulness : sharing emotional sebagai distraksi.

Tabel 1. Jurnal Pendukung

No.	Judul/Author/Tahun	Sumber Data Base	Tujuan Intervensi	Method	Hasil	Kesimpulan
1.	The Effect of Mindfulness-Based Empowerment Program on Self-Compassion, Self-Esteem and Ways of Coping With Stress of Women Experienced Violence: A Randomised Controlled Study. (Emirza EG, Bilgili N (2024)).	Pubmed	Mengevaluasi dan membandingkan hubungan kesadaran penuh dengan efikasi diri dan harga diri.	- Eksperimental dengan randomised controlled trial (RCT) menggunakan pre-test dan post-test. - Instrumen pengukuran Self-Compassion Scale (SCS), Coopersmith Self-Esteem Inventory dan Coping Styles Scale.	Program MBEP menunjukkan pengaruh yang kuat dan konsisten terhadap seluruh variabel penelitian dibandingkan kelompok kontrol.	Mindfulness-Based Empowerment program (MBEP) terbukti efektif dalam meningkatkan self-compassion, harga diri, dan kemampuan coping stres pada perempuan korban kekerasan secara signifikan.
2.	The Mindful Self: Exploring	Pubmed	Mengetahui hubungan serta	- Penelitian kuantitatif dengan	Mindfulness menunjukkan	Mindfulness berperan penting

No.	Judul/Author/Tahun	Sumber Data Base	Tujuan Intervensi	Method	Hasil	Kesimpulan
	Mindfulness in Relation with Self-esteem and Self-efficacy in Indian Population (Chandna S, Sharma P, Moosath H. (2022))		kemampuan mindfulness dalam memprediksi harga diri (self-esteem) dan efikasi diri (self-efficacy) pada populasi dewasa di India.	desain korelasional dan komparatif pada 146 responden. - Menggunakan five facet mindfulness questionnaire, dan general self-efficacy scale, dianalisis dengan korelasi pearson dan regresi linier berganda.	korelasi positif signifikan dengan harga diri dan efikasi diri, serta mampu memprediksi 51% variasi harga diri dan 41% variasi efikasi diri.	dalam meningkatkan konsep diri, khususnya harga diri dan efikasi diri, sehingga berpotensi dikembangkan sebagai dasar intervensi psikologis.
3.	Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT) Untuk Optimalisasi Efikasi Perawatan Diri Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Pengobatan. (Mauludyah, N., 2023)	Gogle scholar	Mengetahui efektivitas Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT) dalam meningkatkan efikasi perawatan diri pada pasien kanker payudara yang sedang menjalani	- Pretest dan posttest control group dengan 10 pasien dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol - Diukur dengan menggunakan skala SUPPH dengan uji	Terdapat peningkatan efikasi diri pada kelompok yang menerima intervensi MBCT.	Mindfulness Based Cognitive Therapy (MBCT) efektif meningkatkan efikasi perawatan diri pada pasien kanker yang menjalani pengobatan.

No.	Judul/Author/Tahun	Sumber Data Base	Tujuan Intervensi	Method	Hasil	Kesimpulan
			perawatan.	Wilcoxon dan MannWhitney.		
4.	Peningkatan harga Diri Rendah Situasional Menggunakan Terapi Mindfulness Spiritual. (Maryen, Y., Atanai, Y., & Abdullah, V. I. (2025))	Gogle scholar	Menganalisis pengaruh terapi mindfulness spiritual terhadap peningkatan kesadaran diri, penerimaan diri, dan pemaknaan spiritual untuk meningkatkan harga diri remaja.	- Penelitian kuantitatif desain pra-eksperimental one group pretest-posttest. - Instrumen yang digunakan Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES).	Terdapat perbedaan antara skor herga diri sebelum dan sesudah intervensi, yang menunjukkan bahwa terapi mindfulness spiritual berpengaruh terhadap peningkatan harga diri rendah situasional.	Terapi mindfulness spiritual efektif meningkatkan harga diri rendah situasional pada remaja di SMA YPK Fakdak dan dapat digunakan sebagai alternatif intervensi non farmakologis dalam pelayanan kesehatan jiwa remaja.
5.	Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Harga Diri Pasien Kanker Yang Menjalani Menjalani Kemoterapi. (Ajis, S., Marni, E., & Sari, S. M. (2022)).	<i>Journal of Nursing Innovation, 1(1), 26-33.</i>	Mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap harga diri pasien kanker yang menjalani kemoterapi.	- studi kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi pendekatan cross sectional. - Alat pengumpul data dengan kuesioner dan analisis data	Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan harga diri pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.	Hubungan antara dukungan keluarga dengan harga diri pasien kanker. Disarankan kepada keluarga untuk dapat meningkatkan dukungan kepada

No.	Judul/Author/Tahun	Sumber Data Base	Tujuan Intervensi	Method	Hasil	Kesimpulan
				dengan uji statistik Chi-square.		anggota keluarga yang menjalani kemoterapi.

Kelima jurnal tersebut mendukung penerapan terapi *mindfulness sharing emotional* karena terapi ini tidak hanya berfokus pada kesadaran penuh (*mindfulness*), tetapi juga memberikan kesempatan kepada pasien untuk mengekspresikan perasaan, ketakutan, dan pengalaman emosional yang dialami selama sakit. Proses berbagi emosi (*sharing emotional*) dapat membantu pasien memperoleh dukungan psikologis, meningkatkan penerimaan diri, memperkuat coping, serta meningkatkan harga diri dan efikasi diri. Pada pasien kanker payudara dengan harga diri rendah, terapi *mindfulness sharing emotional* berpotensi menjadi intervensi non farmakologis yang efektif dalam membantu pasien merasa lebih tenang, menerima kondisi diri, dan membangun kembali kepercayaan diri selama menjalani pengobatan. Efektifitas terapi ini dipengaruhi oleh faktor pendukung dan penghambat, seperti usia, tingkat pendidikan, status perkawinan, riwayat menstruasi, serta kondisi fisik yang dialami pasien saat ini.