

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Negara Indonesia saat ini sedang mengalami pergeseran penyakit, dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular (PTM). PTM menunjukkan adanya kecenderungan semakin meningkat dari waktu ke waktu. Peningkatan prevalensi penyakit tidak menular terjadi akibat gaya hidup yang tidak sehat. Bertambahnya usia harapan hidup sejalan dengan perbaikan sosio-ekonomi dan pelayanan kesehatan yang dapat membawa konsekuensi terhadap peningkatan penyakit degeneratif. Prevalensi penyakit tidak menular di Indonesia setiap tahun mengalami peningkatan, salah satunya yaitu penyakit kanker (Kemenkes RI, 2020).

Kanker merupakan penyakit tidak menular yang menyebabkan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat, tanpa terkendali dari sel maupun jaringan. Pertumbuhan ini dapat mengganggu proses metabolisme tubuh dan menyebar antar sel dan jaringan tubuh (Susmini & Supriyadi, 2020). Gaya hidup merupakan salah satu faktor internal yang memengaruhi kesehatan seseorang. Gaya hidup yang tidak sehat seperti kebiasaan merokok, makanan *junk food* (cepat saji), makanan tinggi lemak, konsumsi alkohol berlebih, kurangnya aktivitas fisik, serta obesitas dapat menjadi pencetus timbulnya kanker. Faktor risiko lainnya adalah akibat dari adanya paparan karsinogen, radiasi, polusi dan infeksi (Kemenkes RI, 2020).

Kanker payudara merupakan kanker yang paling sering ditemukan pada wanita yang merupakan penyebab kematian paling sering setelah kanker paru. Kanker payudara (*Carcinoma Mammæ*) adalah tumor ganas yang tumbuh dalam

jaringan payudara dan dapat menyebar ke organ tubuh lain (Supana, 2022). Adanya penyebaran kanker disebut dengan metastase (Nurrohmah, 2022). Sel abnormal pada payudara akan terus menerus tumbuh dan akhirnya sel-sel tersebut akan menjadi sebuah benjolan (tumor) pada payudara. Benjolan yang tidak segera ditatalaksana dengan baik atau tidak terkontrol akan menyebabkan kanker dan akan mengalami penyebaran (metastase) pada anggota bagian tubuh yang lain dan dapat menyebabkan kematian. Lokasi paling sering terjadinya metastase pada kanker payudara yaitu paru dan pleura (15-20%), tulang (20-60%), hati (5-15%), otak (5-10%) dan metastasis lokal/regional (20- 40%) (Rizka, A 2022).

Kanker payudara menempati urutan pertama jumlah kasus kanker dengan penyebab kematian terbesar di dunia setiap tahunnya. Prevalensi kanker payudara sebesar 2.261.419 kasus dan kanker ini paling banyak diderita oleh kaum wanita (WHO, 2020). Terdapat tingkat insiden 88% lebih tinggi di negara-negara berkembang dibandingkan di negara-negara maju (55,9 dan 29,7 per 100.000, masing-masing) dan memiliki angka kematian sebesar 17%. (WHO, 2020). Pada tahun 2020 kasus kanker payudara di dunia menurut data Globocan (*Global Cancer Observatory*) yaitu sebanyak 2,3 juta atau 11,7%, sedangkan angka kematian kanker payudara di dunia pada tahun 2020 sebanyak 684.996 (6,9%). Pada tahun 2020 di Indonesia kasus kanker payudara banyak terjadi pada wanita dengan angka kejadian 68.858 (16,6%) kasus baru (Kemenkes RI, 2021).

Kanker payudara di Indonesia merupakan kanker dengan insiden tertinggi nomor dua setelah kanker paru dan terdapat kecenderungan meningkat dari tahun ke tahun. Sebagian besar keganasan payudara datang pada stadium lanjut (Herawati, 2021). Kasus kanker yang paling banyak terjadi di Indonesia adalah

kanker payudara, yakni 58.256 kasus atau 16,7% dari total 348.809 kasus kanker (Kemenkes RI, 2022). Prevalensi kejadian kanker payudara tertinggi terdapat pada usia 40-49 tahun, sedangkan untuk usia dibawah 35 tahun insidennya hanya kurang dari 5% (Cardoso et al., 2020). Kanker payudara pada pria jarang terjadi dan terhitung sebanyak 1% dari seluruh kasus kanker payudara (Nurrohmah et al., 2022). Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi kanker payudara di Indonesia adalah 61.682 kasus. Provinsi Bali menempati urutan ke 10 sebesar 0,6%. Prevalensi jumlah kasus kanker payudara di Provinsi Bali adalah sebesar 590 kasus (Kemenkes RI, 2018). Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Badung jumlah kasus penderita kanker payudara tahun 2022 dengan prevalensi sebanyak 104 kasus (1,3%). Kasus penderita kanker payudara di Puskesmas Kuta Utara yaitu 11 kasus (Dinkes Badung, 2023).

Faktor risiko yang erat kaitannya dengan peningkatan insiden kanker payudara antara lain jenis kelamin wanita, usia > 50 tahun, riwayat keluarga dan genetik, riwayat penyakit payudara sebelumnya, riwayat menstruasi dini (< 12 tahun) atau menarche lambat (>55 tahun), riwayat reproduksi (tidak memiliki anak dan tidak menyusui), hormonal, obesitas, konsumsi alkohol, riwayat radiasi dinding dada, faktor lingkungan (Komite Penanggulangan Kanker Nasional, 2019)

Penderita kanker payudara mengalami rasa nyeri apabila sel kanker sudah membesar, timbul luka atau sudah metastase ke tulang-tulang (Maysaroh, 2020). Nyeri pada kanker tersebut merupakan satu fenomena yang subjektif serta gabungan antara fisik dan non fisik. Nyeri yang dialami oleh penderita kanker payudara diakibatkan oleh pengaruh langsung dari organ yang terkena dan terhadap jaringan lunak. (Fadilah, dkk, 2020). Gejala kanker payudara yaitu terdapat

benjolan di payudara, keluar cairan dari puting, ada perlengketan dan lekukan pada kulit, terjadinya luka yang tidak sembuh dalam waktu yang lama, rasa tidak enak dan tegang, retraksi puting, pembengkakan lokal. Gejala lain yang dapat ditemukan yaitu konsistensi payudara yang keras dan padat. Benjolan tersebut berbatas tegas dengan ukuran kurang dari 5 cm, pada stadium awal kanker, belum terdapat adanya penyebaran sel-sel kanker keluar payudara (Savitri, 2019). Terdapat bentuk penanggulangan pada nyeri yang dapat dilakukan oleh semua orang yaitu dengan penerapan teknik *Progressive Muscle Relaxation* sebagai terapi non farmakologi yang dilakukan untuk mengurangi nyeri kronis (Yusnita, 2019).

Progressive muscle relaxation (PMR) merupakan terapi relaksasi dengan gerakan mengencangkan dan melemaskan otot-otot pada satu bagian tubuh pada satu waktu untuk memberikan perasaan relaksasi secara fisik. Gerakan mengencangkan dan melemaskan otot-otot dilakukan secara berturut-turut. Pada saat melakukan *progressive muscle relaxation* perhatian pasien diarahkan untuk membedakan perasaan yang dialami saat kelompok otot dilemaskan dan dibandingkan ketika otot-otot dalam kondisi tegang (Ainin, 2022). *Progressive muscle relaxation* merupakan suatu metode relaksasi yang paling sederhana dan mudah dipelajari dengan menegangkan dan merilekskan otot - otot tubuh (Richmond, 2019). Latihan relaksasi ini bertujuan membedakan perasaan yang dialami saat kelompok otot dilemaskan dan dibandingkan ketika otot-otot dalam kondisi tegang (Kurniawan, 2019). Pemberian *progressive muscle relaxation* biasanya berlangsung selama 20 sampai 30 menit, namun tidak distandarisasi (Nuwa, M., 2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Paolis et al, (2019) yang berjudul “Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap Nyeri Pasien Kanker Payudara di Intensive Care Unit” mengatakan bahwa pemberian *progressive muscle relaxation* yang dilakukan dengan durasi waktu 10-15 menit sebanyak 3 kali selama 7 hari terjadinya penurunan nyeri, sebelum diberikan *progressive muscle relaxation* pada responden menunjukkan skala nyeri sedang hingga berat. Sesudah diberikan *progressive muscle relaxation* menunjukkan adanya penurunan skala nyeri ringan. Penelitian ini membuktikan bahwa terjadinya efektivitas *progressive muscle relaxation* terhadap penurunan nyeri pada pasien kanker payudara.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mardiana (2020) dengan judul “Terapi *Progressive Muscle Relaxation* Dalam Mengurangi Tingkat Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara” bahwa terapi *progressive muscle relaxation* merupakan teknik relaksasi yang melibatkan pernafasan dalam dan peregangan otot tubuh yang dilakukan 3 kali dalam 7 hari dengan durasi 15-20 menit. Pemberian *progressive muscle relaxation* menyebabkan adanya penurunan skala nyeri sebelum dilakukan terapi *progressive muscle relaxation* skala nyeri 6 dan setelah dilakukan terapi *progressive muscle relaxation* terjadinya penurunan ke skala nyeri 2. Hal ini membuktikan bahwa *progressive muscle relaxation* secara signifikan dapat menurunkan skala nyeri kronis pada pasien kanker payudara.

Hasil penelitian yang dilakukan Kasih & Mira (2020) dengan judul “*Progressive Muscle Relaxation* Menurunkan Frekuensi Nyeri Pada Penderita Kanker Payudara di Posa RSUD Dr. Soetomo Surabaya” menjelaskan bahwa terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) yang dilakukan sebanyak 3 sampai 4 kali

dalam seminggu dengan durasi 15 menit menyebabkan terjadinya penurunan frekuensi nyeri yaitu sebelum diberikannya intervensi skala nyeri 7 dan setelah diberikan intervensi menjadi skala nyeri 3. Hal ini dikarenakan gerakan pada *progressive muscle relaxation* membuat sirkulasi pembuluh darah lancar sehingga dapat mengurangi frekuensi nyeri yang menunjukkan adanya penurunan nyeri pada pasien kanker payudara dengan presentasi rata-rata penurunan nyeri 4.

Upaya yang telah dilakukan pemerintah dalam mencegah terjadinya kanker payudara, diantaranya melalui program pengendalian kanker yang meliputi upaya promotif dan preventif dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat akan kanker melalui kegiatan pemberdayaan masyarakat berupa deteksi dini kanker payudara yaitu dilakukan Pemeriksaan Payudara Klinis (SADANIS) yang dilakukan oleh petugas Kesehatan (Kemenkes RI, 2020). Kabupaten Badung merupakan salah satu kabupaten di Bali yang melakukan upaya pencegahan penyakit kanker payudara melalui program Layanan Kesehatan Perempuan (MAWAS) yang telah berjalan selama kurang lebih 4 tahun (Prasari dan Nopiyani, 2020).

Berdasarkan dari uraian diatas dan hasil studi pendahuluan didapatkan bahwa di Puskesmas Kuta Utara terdapat program Pemeriksaan Payudara Klinis (SADANIS) dan program Layanan Kesehatan Perempuan (MAWAS) namun belum pernah dilakukan pemberian terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) ini untuk menurunkan nyeri kronis pada penderita kanker payudara. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Asuhan Keperawatan Nyeri Kronis Dengan *Progressive Muscle Relaxation* Pada Pasien Kanker Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Tahun 2024”.

B. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang diajukan peneliti adalah “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Nyeri Kronis Dengan *Progressive Muscle Relaxation* Pada Pasien Kanker Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Tahun 2024?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk mengetahui “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Nyeri Kronis Dengan *Progressive Muscle Relaxation* Pada Pasien Kanker Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara Tahun 2024?”

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan nyeri kronis pada pasien yang mengalami kanker payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara
- b. Merumuskan diagnosis keperawatan nyeri kronis pada pasien yang mengalami kanker payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara
- c. Mengidentifikasi intervensi keperawatan nyeri kronis pada pasien yang mengalami kanker payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara.
- d. Mengimplementasikan tindakan terapi non farmakologi yaitu *Progressive Muscle Relaxation* pada pasien yang mengalami kanker payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara
- e. Mengevaluasi tindakan pemberian terapi nonfarmakologi yaitu *Progressive Muscle Relaxation* pada pasien yang mengalami kanker payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara.

D. Manfaat Penelitian

Peneliti berharap dapat memberikan manfaat secara teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

a. Pendidikan

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk perkembangan ilmu pengetahuan, dapat menambah wawasan dan pengetahuan perawat tentang asuhan keperawatan nyeri kronis dengan *progressive muscle relaxation* pada pasien kanker payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara tahun 2024.

b. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian yang didapatkan dalam penelitian ini, diharapkan dapat dijadikan bahan pustaka serta dasar pengembangan dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk memberikan informasi bagi tenaga kesehatan melalui pemberian *progressive muscle relaxation* pada pasien kanker payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara.

b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang asuhan keperawatan nyeri kronis dengan *progressive muscle relaxation* pada pasien kanker payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara tahun 2024.

c. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman untuk penelitian selanjutnya yang terkait dengan Asuhan Keperawatan Nyeri Kronis dengan *Progressive Muscle Relaxation* Pada Pasien Kanker Payudara.