

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia tengah mengalami kemajuan teknologi yang sangat cepat, perubahan kondisi lingkungan, serta pergeseran gaya hidup dari kebiasaan tradisional menuju pola hidup modern. Perkembangan dan perubahan ini telah menyebabkan perubahan pola penyakit di masyarakat, yang kini didominasi oleh penyakit tidak menular (PTM) (Arifin dkk., 2022). Penyakit tidak menular mendominasi 75% penyebab kematian di Indonesia dan terus mengalami peningkatan dalam dekade terakhir, salah satunya adalah penyakit kanker (Kemenkes RI, 2024).

Kanker merupakan penyakit yang timbul akibat adanya pertumbuhan yang tidak normal pada sel maupun jaringan tubuh sehingga proses metabolisme tubuh menjadi terganggu (Hero, 2021). Faktor genetik, paparan karsinogen seperti zat kimia, radiasi, virus, hormon, serta iritasi kronis, dan perilaku atau gaya hidup seperti kebiasaan merokok, pola makan yang tidak sehat, konsumsi alkohol, dan kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor pencetus terjadinya penyakit kanker (Rahayuwati dkk., 2020). Jenis kanker yang menduduki urutan pertama dengan jumlah kasus dan penyebab kematian terbesar setiap tahunnya di dunia yaitu kanker payudara (Herawati dkk., 2021).

Kanker payudara adalah keganasan pada jaringan payudara yaitu jaringan epitel dan lobulus yang terjadi akibat hilangnya pengendalian dan mekanisme normal dari kondisi sel sehingga mengakibatkan sel tumbuh secara tidak normal,

cepat, dan tidak terkontrol sering ditemukan pada penderita kanker payudara (Rizka dkk., 2022).

Secara global, kanker payudara menjadi jenis kanker paling umum terjadi pada perempuan dengan jumlah temuan kasus sebanyak 2,3 juta dan 670.000 kematian terkait kanker payudara (WHO, 2022). Berdasarkan Data *Global Cancer Observatory* (Globocan) tahun 2022, menyatakan jumlah pasien kanker di seluruh dunia mencapai 53.504.187 pasien dan di wilayah Indonesia temuan kasus kanker payudara mencapai 66.271 (16,2%) kasus (GLOBOCAN, 2022). Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2024) menyatakan bahwa hasil pemeriksaan deteksi dini kanker payudara didapatkan jumlah kunjungan terdiagnosa kanker payudara sebanyak 340 orang. Kota Denpasar pada tahun 2024 menduduki peringkat ketiga setelah Kabupaten Badung dan Kabupaten Buleleng dengan jumlah kasus sebanyak 111 orang. Jumlah penderita terdiagnosis kanker payudara di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan yaitu sebanyak 8 orang pada tahun 2025.

Peningkatan kasus kanker dan angka kematian akibat kanker secara global diperkirakan mencapai 63% atau 6445.346 pada tahun 2040 jika tidak dilakukan intervensi yang tepat (GLOBOCAN, 2022). Penatalaksanaan kanker payudara di Indonesia melibatkan berbagai pendekatan terapi yang disesuaikan dengan karakteristik tumor, stadium penyakit, dan kondisi pasien. Penatalaksanaan kanker payudara meliputi terapi pembedahan, kemoterapi, terapi hormon, terapi target, dan radioterapi (Kemenkes RI, 2024). Kemoterapi merupakan salah satu terapi sistemik yang paling banyak menjadi terapi pilihan utama pada kasus kanker payudara karena lebih dari 80% kasus ditemukan pada stadium lanjut (Aisy, 2020). Kemoterapi adalah terapi yang menggunakan obat sitostatika (antikanker) yang

berfungsi dalam menghambat penyebaran dan pertumbuhan serta dapat mematikan sel-sel kanker (Cahya dkk., 2024). Pengobatan kemoterapi tidak hanya memecah sel-sel kanker namun dapat juga menyerang sel-sel lainnya yang sehat seperti pada sel-sel yang mudah membelah sehingga muncul efek samping yang dirasakan oleh pasien yang menjalani kemoterapi (Arisanti dkk., 2020). Salah satu efek samping yang paling banyak dirasakan pada pasien yang menjalani kemoterapi adalah gangguan pola tidur yang terjadi pada 30-87% pasien kanker (Palesh *et al.*, 2022).

Gangguan pola tidur didefinisikan sebagai gangguan kualitas dan kuantitas waktu tidur akibat faktor eksternal seperti hambatan lingkungan, kurang kontrol tidur, kurang privasi, restrain fisik, ketiadaan teman tidur, maupun tidak familiar dengan peralatan tidur (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ningrat dkk (2024) di Rumah Sakit Prof.dr.I.G.N.G Ngoerah dengan judul “Gambaran Kualitas Tidur Pada Wanita Dengan Kanker Payudara dan Kanker Serviks Yang Menjalani Kemoterapi” didapatkan bahwa sebanyak 70% responden memiliki kualitas tidur yang buruk dengan rata-rata skor >5 (Pangruating Diyu dkk., 2024). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Senklin dkk (2022) yang berjudul “Hubungan Stadium Kanker Payudara Dengan Insomnia Pada Penderita Kanker Payudara Yang Sedang Menjalani Kemoterapi di RSUD BR.H Abdul Moeloek Provinsi Lampung”, menyatakan bahwa sebagian besar penderita kanker payudara mengalami gangguan kualitas tidur sedang (56,4%) (Andini dkk., 2022). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan terhadap dua responden menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality* (PSQI) menunjukkan hasil kedua responden memiliki kualitas tidur yang buruk dengan skor >5.

Penatalaksanaan gangguan pola tidur pada penderita kanker payudara dapat dilakukan dengan terapi farmakologi maupun terapi nonfarmakologi (Diah Ningtyas dkk., 2022). Terapi farmakologis diberikan dengan pengobatan medis sedangkan terapi nonfarmakologis diberikan dengan terapi relaksasi. Teknik relaksasi sangat berguna sebagai terapi pendamping karena dapat menurunkan gejala-gejala dari pengobatan kemoterapi seperti untuk menurunkan tingkat depresi serta cemas dan dapat juga memperbaiki kualitas tidur pasien kanker payudara dengan menciptakan kondisi yang rileks kepada system saraf otonom untuk menurunkan kebutuhan akan oksigen dan detak jantung pasien (Nugroho, 2021). Salah satu jenis terapi relaksasi atau nonfarmakologis yang dapat memperbaiki gangguan pola tidur pada pasien kanker payudara adalah terapi relaksasi lima jari.

Metode relaksasi lima jari adalah dengan membayangkan tempat yang paling menyenangkan dalam hidup seseorang. Teknik ini menghasilkan perasaan rileks, nyaman, dan sejahtera. Ini juga mengurangi tingkat ansietas dan masalah emosional lainnya, sehingga lebih mudah untuk tidur, mengurangi kecemasan, dan mengurangi stres. Teknik napas dalam dan meditasi yang dikombinasikan dengan teknik relaksasi lima jari dapat meningkatkan pengeluaran neurotransmitter NO (nitride oxide), yang memengaruhi kerja otot polos. Hal tersebut membuat pembuluh darah lebih lebar, yang meningkatkan pasokan darah ke organ. Ini meningkatkan metabolisme sel, yang menghasilkan lebih banyak energi, yang membuat tubuh merasa lebih bertenaga dan siap untuk melakukan banyak hal (Dewi dkk, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dian Anggraini dkk (2023) yang berjudul “Pengaruh Terapi *Five Finger Technique* terhadap Kualitas

Tidur Pasien Kanker Payudara yang Sedang Menjalani Kemoterapi menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi rata-rata skor kualitas tidur pada pretest dan posttest terdapat perbedaan yang signifikan. Hal ini dibuktikan p value 0,000 lebih kecil dari α (0,05). Hasil penelitian ini mendukung argumen yang mengatakan bahwa tehnik relaksasi lima jari efektif untuk memberikan efek relaksasi, memberikan kenyamanan, menurunkan tingkat kecemasan, dan menyebabkan kantuk (Anggraini dan Wibowo, 2023).

Hasil penelitian lain yang sejalan dengan penelitian tersebut yaitu penelitian yang dilakukan oleh Dewi Rosliana dkk (2023) dengan judul “*Coaching dan Training Teknik Relaksasi Lima Jari Pada Pasien Kanker Payudara Untuk Menurunkan Fatigue, Nyeri, dan Gangguan Tidur*”. Penelitian ini menggunakan 15 sampel dengan metode *coaching* dan *training* yang diberikan tehnik relaksasi lima jari selama 3 kali berturut-turut selama satu minggu dengan durasi 10-15 menit. Hasil ini menunjukkan bahwa rata-rata sebelum dilakukan teknik relaksasi lima jari fatigue (60,74), nyeri (58,89), dan gangguan tidur (66,76); dan terjadi penurunan rata-rata setelah diberikan teknik relaksasi lima jari fatigue (24,60), nyeri (35,56), dan gangguan tidur (42,86). Teknik relaksasi lima jari yang dilakukan secara rutin berpengaruh positif terhadap penurunan fatigue, nyeri, dan gangguan tidur pada penderita kanker payudara (Dewi dkk., 2023).

Penelitian lainnya dilakukan oleh Syafitri (2024) di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro dengan judul Pengaruh Hipnosis lima Jari Terhadap Kualitas Tidur Pasien Post Operasi Di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2024 menyatakan bahwa terdapat terapi hypnosis lima jari yang diberikan selama 1 minggu dengan frekuensi 3 kali dan durasi 10-15 menit terhadap kualitas tidur

pasien post operasi di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2024 dengan nilai *p-value* 0,031 ($p < 0,05$) (Tamara, 2024).

Penelitian serupa dilakukan oleh Rini dkk (2022) di Kota Padang Panjang dengan judul Pengaruh Hipnotis Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di Bidan Praktek Mandiri “E” Kota Padang Panjang Tahun 2022, menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna kualitas tidur ibu hamil trimester III di BPM “E” Padang Panjang antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan hipnosis lima jari. Hipnosis lima jari dapat mempengaruhi kualitas tidur ibu hamil trimester III BPM “E” (Amelia dkk., 2022).

Penelitian yang sama oleh Zaira dkk (2024) di Kota Sukabumi yang berjudul Pengaruh Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur Lansia Hipertensi. Penelitian ini menggunakan kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan masing-masing jumlah responden sebanyak 17 orang yang diberikan terapi relaksasi lima jari selama 3 kali dalam seminggu dengan durasi 10 menit. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa teknik relaksasi lima jari efektif meningkatkan kualitas tidur penderita hipertensi dengan nilai *p-value* < 0.05 (Dewi dkk, 2024).

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya dalam mencegah kejadian kanker payudara, salah satunya dengan penerapan program pengendalian kanker yang mencakup upaya promotif dan preventif dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kanker melalui program pemberdayaan masyarakat seperti deteksi dini kanker payudara dengan pemeriksaan payudara klinis (SADANIS) yang dilakukan oleh petugas kesehatan (Kemenkes RI, 2024). Merujuk pada hasil studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan, teknik

relaksasi lima jari belum pernah diaplikasikan dalam mengatasi masalah gangguan pola tidur pada penderita kanker payudara.

Berdasarkan uraian diatas dan hasil studi pendahuluan didapatkan maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Dengan Terapi Relaksasi Lima Jari Pada Pasien Kanker Payudara”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun, maka rumusan maslaah yang diajukan peneliti adalah “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Lima Jari Pada Pasien Kanker Payudara Tahun 2025?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk mengetahui “Bagaimanakan Asuhan Keperawatan Gangguan Pola Tidur Dengan Pemberian Terapi Relaksasi Lima Jari Pada Pasien Kanker Payudara Tahun 2025?”.

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan gangguan pola tidur pada pasien yang mengalami kanker payudara
- b. Merumuskan diagnosis keperawatan gangguan pola tidur pada pasien yang mengalami kanker payudara
- c. Mengidentifikasi intervensi keperawatan gangguan pola tidur pada pasien yang mengalami kanker payudara

- d. Mengimplementasikan tindakan terapi non farmakologi yaitu pemberian terapi relaksasi lima jari pada pasien yang mengalami kanker payudara
- e. Mengevaluasi tindakan pemberian terapi nonfarmakologi yaitu Terapi Relaksasi Lima Jari pada pasien yang mengalami kanker payudara.
- f. Menganalisis intervensi inovasi pemberian teknik relaksasi lima jari terhadap gangguan pola tidur pada pasien kanker payudara di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

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 gangguan pola tidur pada pasien yang mengalami kanker payudara.

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 terapi relaksasi lima jari pada pasien kanker payudara.

- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang asuhan keperawatan gangguan pola tidur dengan pemberian terapi relaksasi lima jari pada pasien kanker payudara.
- c. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman untuk penelitian selanjutnya yang terkait dengan gangguan pola tidur dengan pemberian terapi relaksasi lima jari pada pasien kanker payudara.

E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah

Dalam penulisan karya ilmiah akhir ini, peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus pada penelitian ini dilakukan di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan menggunakan subjek penelitian penderita kanker payudara. Proses penyusunan KIAN menggunakan studi literatur yang terdiri dari beberapa tahapan, diawali dengan identifikasi topik, pencarian literatur yang relevan, analisis dan penyusunan laporan yang sistematis, pengurusan izin dari Dinas Kesehatan Kota Denpasar dengan tembusan Puskesmas Denpasar Selatan I, melakukan pengumpulan data pasien (data demografi, observasi, dan pemeriksaan fisik pasien) di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan dan diakhiri dengan penyajian laporan KIAN dan diajukan untuk dipresentasikan dihadapan Penguji.