

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Kanker Serviks

1. Definisi kanker serviks

Leher rahim atau serviks terletak di bagian atas vagina dan merupakan bagian bawah dari rahim. Infeksi oleh Human Papiloma Virus (HPV) (keluarga virus yang menginfeksi kulit dan selaput mukosa yang melapisi tubuh) bisa menyebabkan perubahan tidak normal pada sel-sel serviks, suatu kondisi yang disebut dengan Neoplasia Intraepithelial Serviks (CIN). CIN bukanlah kanker, namun ada peluang di mana CIN bisa berkembang menjadi kanker. Dari dua pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kanker serviks adalah kanker yang terjadi pada leher rahim dengan hiperplasi sel jaringan sekitar sampai menjadi sel yang membesar, menjadi borok/luka yang mengeluarkan cairan berbau busuk (Anggeria & Daeli, 2017)

2. Penyebab kanker serviks

Penyebab utama kanker serviks adalah HPV (Human Papilloma Virus). Terdapat 100 tipe virus HPV yang teridentifikasi dan kebanyakan tidak berbahaya serta tidak menunjukkan gejala. Sebanyak 40 tipe HPV dapat ditularkan melalui hubungan seksual. Sasarannya adalah alat kelamin dan digolongkan menjadi dua golongan tipe HPV penyebab kanker dan HPV berisiko rendah. Menimbulkan kutil pada pria dan wanita, termasuk kutil pada kelamin yang disebut kondiloma akuminata. Hanya beberapa saja dari varian HPV yang menyebabkan kanker. Kanker serviks dapat terjadi jika terjadi infeksi yang tidak sembuh-sembuh untuk waktu

yang lama. Sebaliknya infeksi HPV akan hilang sendiri, teratasi oleh system kekebalan tubuh

Human papilloma virus (HPV) 16 dan 18 merupakan penyebab utama pada 70% kasus kanker serviks di dunia. Perjalanan dari infeksi HPV menjadi kanker serviks memakan waktu yang cukup lama yaitu sekitar 10-20 tahun. Namun proses penginfeksi ini sering kali tidak disadari oleh penderita karena berlangsung tanpa menimbulkan gejala. Terdapat 4 jenis tipe yang menyebabkan kanker yang dapat mengarah pada kanker serviks, yakni HPV 16, 18, 45, dan 31 yang merupakan penyebab lebih dari 80% kasus kanker di Asia Pasifik dan dunia (Evriarti & Yasmon, 2019)

3. Etiologi

Faktor Risiko Perilaku Kanker serviks dapat disebabkan oleh berbagai perilaku penderita itu sendiri diantaranya adalah hubungan seksual yang dilakukan pada usia muda yaitu kurang dari 20 tahun, berganti ganti pasangan seksual lebih dari satu, memiliki banyak anak (lebih dari lima orang), personal hygiene yang buruk, pemakaian pembalut wanita yang mengandung bahan dioksin, daya tahan tubuh yang lemah, dan kurangnya pengetahuan tentang pap smear secara rutin pada wanita yang telah aktif melakukan hubungan seksual.

Faktor Biologis Berbagai Patogen berkaitan erat dengan terjadinya kanker serviks, terutama adalah Human Papilloma Virus (HPV), virus herpes simpleks tipe II (HSV II), sitomegalovirus humanus (HCMV), Klamidia dan virus EB. Kanker serviks dan neoplasia intraepitel serviks uteri (CIN/ II/ III).

Infeksi HPV merupakan penyakit ditularkan melalui hubungan kelamin yang bersifat asimtomatik. (Lala et al., 2016)

Puncak infeksi berusia 18-28 tahun. Umumnya lenyap sekitar 8-10 bulan pasca infeksi. Sebesar 10-15 % wanita usia 35 tahun ke atas sering terinfeksi sehingga berisiko meningkatnya terkena kanker serviks. Berbagai studi epidemiologi menunjukkan infeksi HPV dan karsinoma serviks memiliki kaitan yang jelas (OR=3,6- 61,6), 99,7 % pasien dengan karsinoma serviks memiliki HPV positif, 97 % CIN II/ III positif, 61,4 % CIN I positif.

Ciri - Ciri Kanker Serviks. Kanker serviks berkembang dalam beberapa tahapan, dimulai dari lesi prakanker yakni Cervical Intraepithelial Neoplasia (CIN) hingga pada stadium lanjut di mana telah terjadi suatu metastasis jauh. CIN umumnya ditemukan padaskrining Pap smear. Gejala yang dapat ditemui:

- a. Keputihan yang cukup banyak, makin lama akan disertai bau busuk.
- b. Perdarahan per vaginam abnormal, misalnya perdarahan yang dialami segera setelah coitus, perdarahan spontan saat berdefekasi.
- c. Gejala - gejala lanjut : nyeri panggul, nyeri saat berkemih.

4. Stadium kanker serviks

Stadium yang dipakai adalah stadium klinis berdasarkan The International on Gynecology and Oncology, dan sistem TNM (Tumor, Node, Metastasis).

Tabel 1
Sistem Klasifikasi Kanker Serviks Menurut FIGO

Stadium FIGO	Kriteria	TNM
	Tumor primer tidak dapat digambarkan	Tx
	Tidak adanya bukti adanya tumor primer	T0
0	Karsinoma In Situ (pre-invasive carcinoma)	Tis
I	Proses terbatas pada serviks, meskipun ada perluasan ke korpus uteri	T1
IA	Karsinoma mikroinvasif	T1a
IA1	Kedalaman invasi stroma ≤ 3 mm dan perluasan horisontal ≤ 7 mm	T1a1
IA2	Kedalaman invasi stroma > 3 mm tapi tidak > 5 mm dan perluasan horisontal ≤ 7 mm	T1a2
IB	Secara klinis sudah diduga adanya tumor mikroskopik lebih dari IA2 atau T1a2	T1b
IB1	Secara klinis lesi berukuran 4 cm atau kurang pada dimensi terbesar	T1b1
IB2	Secara klinis lesi berukuran lebih dari 4 cm pada dimensi terbesar	T1b2
II	Tumor menyebar keluar serviks tapi tidak sampai dinding panggul atau sepertiga bawah vagina	T2
IIA	Tanpa infeksi parametrium	T2a
IIB	Dengan invasi parametrium	T2b
III	Tumor menyebar ke dinding panggul dan/atau sepertiga bawah vagina, yang menyebabkan hidronefrosis atau penurunan fungsi ginjal	T3
IIIA	Tumor menyebar sepertiga bawah vagina tapi tidak sampai ke dinding panggul	T3a
IIIB	Tumor menyebar ke dinding panggul	T3b
IV	Tumor telah menyebar keluar panggul kecil dan melibatkan mukosa rectum dan/atau kandung kemih (dibuktikan secara histologis), atau telah terjadi metastasis keluar panggul atau ke	T4

	tempat-tempat yang jauh	
IVA	Infasi mukosa buli-buli dan/atau rektum	T4a
IVB	Metastasis jauh	T4b

5. Tata laksana kanker serviks

a. Tata Laksana Lesi Prakanker

Tatalaksana lesi prakanker disesuaikan dengan pelayanan kesehatan, kemampuan sumber daya manusia dan sarana prasarana yang ada. Pada tingkat pelayanan primer dengan sarana dan prasarana terbatas, dilakukan program skrining atau deteksi dini dengan tes IVA. Skrining dengan tes IVA dapat dilakukan dengan single visit approach atau see and treat program, yaitu bila didapatkan temuan IVA positif maka selanjutnya dapat dilakukan pengobatan sederhana dengan krioterapi oleh dokter umum atau bidan.

Tindakan Loop Excision Electrocauter Procedure (LEEP) atau Large Loop Excision of the Transformation Zone (LLETZ) dilakukan untuk kepentingan diagnostik maupun sekaligus terapeutik. Hasil elektrokauter tidak mencapai bebas batas sayatan, maka bisa dilanjutkan dengan tindakan konisasi atau histerektomi total. Temuan abnormal hasil setelah dilakukan kolposkopi (Yuliati et al., 2020):

- 1) Low Grade Squamous Intraepithelial Lesion (LSIL), dilakukan LEEP dan observasi 1 tahun.
- 2) High Grade Squamous Intraepithelial Lesion (HSIL), dilakukan LEEP dan observasi 6 bulan.

Berbagai Metode Terapi Lesi Prakanker Serviks:

1) Krioterapi

Krioterapi digunakan untuk destruksi lapisan epitel serviks dengan metode pembekuan atau freezing hingga sekurang kurangnya -20oC selama 6 menit (teknik Freeze- thaw-freeze) dengan menggunakan gas N2O atau CO2. Kerusakan bioselular akan terjadi dengan mekanisme:

- a) Sel- sel mengalami dehidrasi dan mengerut
- b) Konsentrasi elektrolit dalam sel terganggu
- c) Syok termal dan denaturasi kompleks lipid protein
- d) Status umum sistem mikrovaskular.

2) Elektrokauter

Metode ini menggunakan alat elektrokauter atau radiofrekuensi dengan melakukan eksisi Loopdiathermy terhadap jaringan lesi prakanker pada zona transformasi. Jaringan spesimen akan dikirimkan ke laboratorium patologi anatomi untuk konfirmasi diagnostik secara histopatologik untuk menentukan tindakan cukup atau perlu terapi lanjutan.

3) Diatermi Elektrokoagulasi

Diatermi elektrokoagulasi dapat memusnahkan jaringan lebih luas dan efektif. Tindakan ini memungkinkan untuk memusnahkan jaringan serviks sampai kedalaman 1 cm, tetapi fisiologi serviks dapat dipengaruhi, terutama jika lesi tersebut sangat luas.

4) Laser

Sinar laser (light amplication by stimulation emission of radiation), suatu muatan listrik dilepaskan dalam suatu tabung yang berisi campuran gas helium, gas nitrogen, dan gas CO₂ sehingga akan menimbulkan sinar laser yang mempunyai panjang gelombang 10, 6u. Perubahan patologis yang terdapat pada serviks dapat dibedakan dalam dua bagian, yaitu penguapan dan nekrosis. Lapisan paling luar dari mukosa serviks menguap karena cairan intraselular mendidih, sedangkan jaringan yang mengalami nekrotik terletak di bawahnya. Volume jaringan yang menguap atau sebanding dengan kekuatan dan lama penyinaran.

5) Deteksi Dini

Deteksi dini kanker serviks dapat dilakukan dengan melakukan skrining. Skrining adalah sebuah proses untuk mengidentifikasi suatu penyakit atau kelainan yang tidak dikenal, melalui tes yang dilakukan secara cepat pada lingkup yang luas, melalui skrining orang-orang yang sehat dan sakit dapat dibedakan dengan jelas.

Kegiatan skrining bukan dibatasi pada diagnosis saja melainkan diikuti dengan tindak lanjut dan perawatan (Riyadini, 2015).

Deteksi lesi pra kanker dari berbagai metode (Kemenkes, RI, 2016):

- a) Pap Smear (konvensional atau liquid-base cytology/LBC)
- b) Inspeksi visual asam asetat (IVA)
- c) Inspeksi Visual Lugoliodin (VILI)
- d) Test DNA HPV (genotyping/hybrid capture).

6. Tanda dan gejala

Tidak ada tanda atau gejala spesifik untuk kanker serviks. Karsinoma servikal prainvasif tidak memiliki gejala, namun karsinoma invasif dini dapat menyebabkan sekret vagina atau perdarahan vagina. Walaupun perdarahan adalah gejala yang signifikan, perdarahan tidak selalu muncul pada saat-saat awal, sehingga kanker dapat sudah dalam keadaan lanjut pada saat didiagnosis. Jenis perdarahan vagina yang paling sering adalah pascakoitus atau bercak antara menstruasi. Selain perdarahan abnormal, keputihan juga merupakan gejala yang sering ditemukan. Getah yang keluar dari vagina ini makin lama akan berbau busuk akibat infeksi dan nekrosis jaringan. Warnanya pun menjadi kekuningan.

Dalam hal demikian, pertumbuhan tumor menjadi ulseratif. Perdarahan spontan saat defekasi dapat pula ditemukan. Hal ini terjadi akibat tergesernya tumor eksofitik dari serviks oleh skibala. Adanya perdarahan abnormal pervaginam saat defekasi perlu dicurigai kemungkinan adanya kanker serviks tingkat lanjut. Gejala-gejala hematuria atau perdarahan per rektal timbul bila tumor sudah menginvasi vesika urinaria atau rektum. Jika terjadi perdarahan kronik, maka penderita akan mengalami anemia, kehilangan berat badan, lelah dan gejala konstitusional lainnya.

Pasien kanker serviks dapat mengeluhkan nyeri yang berat. Nyeri dapat dirasakan saat penderita melakukan hubungan seksual. Nyeri di pelvis atau di hipogastrium dapat disebabkan oleh tumor yang nekrotik atau radang panggul. Bila muncul nyeri di daerah lumbosakral maka dapat dicurigai terjadinya hidronefrosis atau penyebaran ke kelenjar getah bening yang

meluas ke arah lumbosakral. Nyeri di epigastrium timbul bila penyebaran mengenai kelenjar getah bening yang lebih tinggi.

Pada pemeriksaan fisik dapat terlihat lesi pada daerah serviks. Beberapa lesi dapat tersembunyi di kanal bagian endoserviks, namun dapat diketahui melalui pemeriksaan bimanual. Semakin lebar diameter lesi maka semakin sempit jarak antara tumor dengan dinding pelvis (Nurwijaya, 2018).

B. Kecemasan

1. Definisi kecemasan

Kecemasan merupakan reaksi emosional individu terhadap kejadian atau situasi yang tidak pasti, sehingga ketika menghadapi hal yang tidak pasti, maka timbul perasaan terancam (Afriadi, 2020).

Kecemasan (ansietas) adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki obyek yang spesifik. Ansietas dialami secara subyek dan dikomunikasikan secara interpersonal. Ansietas berbeda dengan takut, yang merupakan penilaian intelektual terhadap bahaya, Ansietas adalah respon emosional dari penilaian itu (Rahayu, 2017).

2. Faktor pencetus kecemasan

Stressor pencetus dapat berasal dari sumber internal atau eksternal dan stressor pencetus dapat dikelompokkan dalam dua jenis :

- a. Ancaman pada integritas diri seseorang meliputi ketidakmampuan fisiologis yang akan terjadi atau menurunkan kapasitas untuk melakukan aktivitas hidup sehari – hari. Pada ancaman ini, stressor yang

berasal dari sumber eksternal adalah faktor-faktor yang dapat menyebabkan gangguan fisik. Sedangkan yang menjadi sumber internalnya adalah kegagalan mekanisme fisiologis tubuh.

- b. Ancaman terhadap sistem diri seseorang dapat membahayakan identitas, harga diri dan fungsi sosial yang terintegrasi seseorang, Ancaman yang berasal dari sumber eksternal yaitu kehilangan orang yang berarti dan ancaman.

3. Tingkat kecemasan

Menurut Mardjan (2016), Ada 4 tingkatan kecemasan yaitu :

- a. Kecemasan ringan

Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan area persepsinya. Kecemasan dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan beraktivitas.

- b. Kecemasan sedang

Memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

- c. Kecemasan berat

Sangat mengurangi area persepsi seseorang, seseorang cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci, spesifik dan tidak dapat berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memuaskan pada sesuatu yang lain.

d. Kecemasan berat sekali

Berhubungan dengan pengaruh teror dan ketakutan, pikiran terpecah. Karena mengalami kehilangan kendali orang yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu dengan pengarahan, panik melibatkan disorganisasi kepribadian. Bila panik terjadi peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang dan kehilangan pemikiran rasional.

4. Hubungan kecemasan pada pasien kanker serviks

Menurut Pratiwi dkk(2017) hampir seluruh pasien kanker serviks mengalami kecemasan, yang membedakan adalah tingkat kecemasan yang berbeda - beda. Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan kecemasan pada pasien kanker yaitu :

a. Ancaman sistem diri.

Ancaman sistem diri meliputi ancaman terhadap identitas diri, harga diri, hubungan interpersonal, kehilangan serta perubahan status/peran. Ancaman sistem diri yang bisa menimbulkan kecemasan pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi yaitu salah satunya harga diri yang rendah yang dirasakan oleh pasien dikarenakan efek samping kemoterapi yang muncul. Selain itu hal yang dirasakan mungkin adanya perubahan status/peran dalam keluarga, misalnya jika pasien seorang istri dan ibu rumah tangga, maka peran sebagai istri dan ibu yang seharusnya mengurus suami dan anak akan terganggu dan tidak akan

berfungsi dengan baik.

b. Ancaman integritas fisik.

Ancaman integritas fisik meliputi ketidakmampuan fisiologis atau penurunan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan dasar (penyakit, trauma fisik, pengobatan atau jenis pembedahan yang akan dilakukan). Pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi kecemasan timbul akibat ketidakmampuan atau keterbatasan fisik yang terjadi pada dirinya dikarenakan efek samping yang di timbulkan kemoterapi.

5. Skala pengukuran tingkat kecemasan

Menurut (Kementerian Kesehatan RI, 2015) “Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), pertama kali dikembangkan oleh Max Hamilton pada tahun 1956, untuk mengukur semua tanda kecemasan baik psikis maupun somatik. HARS terdiri dari 14 item pertanyaan untuk mengukur tanda adanya kecemasan pada anak dan orang dewasa.”

a. Skala HARS penilaian kecemasan terdiri dari 14 item, meliputi:

- 1) Perasaan Cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung.
- 2) Ketegangan: merasa tegang, gelisah, gemetar, mudah menangis, dan lesu, tidak bisa istirahat tenang, dan mudah terkejut.
- 3) Ketakutan: takut terhadap gelap, terhadap orang asing, bila ditinggal sendiri, pada binatang besar, pada keramaian lalu lintas, dan pada kerumunan orang banyak.

- 4) Gangguan tidur: sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidur tidak pulas, bangun dengan lesu, banyak mimpi-mimpi, mimpi buruk, dan mimpi menakutkan.
- 5) Gangguan kecerdasan: daya ingat buruk, susah berkonsentrasi.
- 6) Perasaan depresi: hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah-ubah sepanjang hari.
- 7) Gejala somatik: sakit dan nyeri otot, kaku, kedutan otot, gigi gemerutuk, suara tidak stabil.
- 8) Gejala sensorik: tinitus, penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lemas, dan perasaan ditusuk-tusuk.
- 9) Gejala kardiovaskuler: berdebar, nyeri di dada, denyut nadi mengeras, perasaan lesu lemas seperti mau pingsan, dan detak jantung hilang sekejap.
- 10) Gejala pernapasan: rasa tertekan di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas, napas pendek/ sesak
- 11) Gejala *gastrointestinal*: sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar di perut, kembung, mual, muntah, buang air besar lembek, berat badan turun, susah buang air besar.
- 12) Gejala *urogenital* : sering kencing, tidak dapat menahan air seni, *amenorrhoe*, *menorrhagia*, *frigid*, ejakulasi *praecocks*, ereksi lemah, dan impotensi.

- 13) Gejala otonom: mulut kering, muka merah, mudah berkeringat, pusing, dan bulu roma berdiri.
- 14) Perilaku sewaktu wawancara: gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kerut kening, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek cepat, dan muka merah.
- b. Cara penilaian kecemasan adalah dengan memberikan nilai dengan kategori:
- 0 = tidak ada gejala sama sekali
 - 1 = satu gejala yang ada
 - 2 = sedang/separuh gejala yang ada
 - 3 = berat/ lebih dari separuh gejala yang ada
 - 4 = sangat berat semua gejala ada
- c. Penentuan derajat kecemasan dengan cara menjumlahkan skor 1-14 dengan hasil:
- Skor kurang dari 14 = tidak ada kecemasan
 - Skor 14-20 = kecemasan ringan
 - Skor 21-27 = kecemasan sedang
 - Skor 28-41 = kecemasan berat
 - Skor 42-52 = kecemasan berat sekali

Tabel 2
Penilaian Item Tes HARS

No	Gejala Kecemasan	Nilai Angka (<i>score</i>)				
01	Perasaan Cemas (Ansietas)	0	1	2	3	4
	- Cemas					
	- Firasat buruk					
	- Takut akan pikiran sendiri					
	- Mudah tersinggung					
02	Ketegangan	0	1	2	3	4
	- Merasa tegang					
	- Lesu					
	- Tak bisa istirahat tenang					
	- Mudah terkejut					
	- Mudah menangis					
	- Gemetar					
	- Gelisah					
03	Ketakutan	0	1	2	3	4
	- Pada gelap					
	- Pada orang asing					
	- Ditinggal sendiri					
	- Pada binatang besar					
	- Pada keramaian lalu lintas					
	- Pada kerumunan orang banyak					

04	Gangguan Tidur	0	1	2	3	4
	- Sukar masuk tidur					
	- Terbangun malam hari					
	- Tidak nyenyak					
	- Bangun dengan lesu					
	- Banyak mimpi-mimpi					
	- Mimpi buruk					
	- Mimpi menakutkan					
05	Gangguan Kecerdasan	0	1	2	3	4
	- Sukar konsentrasi					
	- Daya ingat buruk					
06	Perasaan Depresi (Murung)	0	1	2	3	4
	- Hilangnya minat					
	- Berkurangnya kesenangan pada hobi					
	- Sedih					
	- Bangun dini hari					
	- Perasaan berubah-ubah sepanjang hari					
07	Gejala Somatik/Fisik (Otot)	0	1	2	3	4
	- Sakit dan nyeri di otot-otot					
	- Kaku					
	- Kedutan otot					
	- Gigi gemerutuk					
	- Suara tidak stabil					
08	Gejala Somatik/Fisik (Sensorik)	0	1	2	3	4
	- Tinitus					
	- Penglihatan kabur					
	- Muka merah atau pucat					

	- Merasa lemah					
	- Perasaan ditusuk-tusuk					
09	Gejala Kardiovaskuler (Jantung dan Pembuluh Darah)	0	1	2	3	4
	- Takhikardia					
	- Berdebar					
	- Nyeri di dada					
	- Denyut nadi mengeras					
	- Perasaan lesu/lemas seperti mau pingsan					
	- Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)					
10	Gejala Respiratori (Pernapasan)	0	1	2	3	4
	- Rasa tertekan atau sempit di dada					
	- Perasaan tercekik					
	- Sering menarik napas					
	- Napas pendek/sesak					
11	Gejala Gastrointestinal (Pencernaan)	0	1	2	3	4
	- Sulit menelan					
	- Perut melilit					
	- Gangguan pencernaan					
	- Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	- Perasaan terbakar di perut					
	- Rasa penuh atau kembung					
	- Mual					
	- Muntah					
	- Buang air besar lembek					
	- Kehilangan berat badan					

	- Sukar buang air besar (konstipasi)					
12	Gejala Urogenital (Perkemihan dan Kelamin)	0	1	2	3	4
	- Sering buang air kecil					
	- Tidak dapat menahan air seni					
	- Amenorrhoe					
	- Menorrhagia					
	- Menjadi dingin (frigid)					
	- Ejakulasi praecoeks					
	- Ereksi hilang					
	- Impotensi					
13	Gejala Autonom	0	1	2	3	4
	- Mulut kering					
	- Muka merah					
	- Mudah berkeringat					
	- Pusing, sakit kepala					
	- Bulu-bulu berdiri					
14	Tingkah Laku (Sikap) Pada Wawancara	0	1	2	3	4
	- Gelisah					
	- Tidak tenang					
	- Jari gemetar					
	- Kerut kening					
	- Muka tegang					
	- Tonus otot meningkat					
	- Napas pendek dan cepat					
	- Muka merah					

Sumber : Hawari. *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*, 2016

6. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan

Berikut ini faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan (Untari, 2018) :

1. Usia

Semakin meningkat usia seseorang semakin baik tingkat kematangan seseorang walau sebenarnya tidak mutlak.

2. Jenis kelamin

Gangguan lebih sering di alami perempuan dari pada laki-laki. Perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan subyek yang berjenis kelamin laki-laki. Dikarenakan perempuan lebih peka terhadap emosi yang pada akhirnya peka juga terhadap perasaan cemasnya. Perempuan cenderung melihat hidup atau peristiwa yang dialaminya dari segi detail sedangkan laki-laki cenderung global atau tidak detail.

3. Tahap perkembangan

Setiap tahap dalam usia perkembangan sangat berpengaruh pada perkembangan jiwa termasuk didalamnya konsep diri yang akan mempengaruhi ide, pikiran, kepercayaan dan pandangan individu tentang dirinya dan dapat mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain. Individu dengan konsep diri yang negatif lebih rentan terhadap kecemasan.

4. Tipe kepribadian

Orang yang berkepribadian A lebih mudah mengalami gangguan stress dari pada yang memiliki kepribadian B. Orang-orang pada tipe A dianggap lebih memiliki kecenderungan untuk mengalami tingkat stress yang lebih tinggi, sebab mereka menempatkan diri mereka sendiri pada suatu tekanan

waktu dengan menciptakan suatu batas waktu tertentu untuk kehidupan mereka.

5. Pendidikan

Seorang dengan tingkat pendidikan yang rendah mudah mengalami kecemasan, karena semakin tinggi pendidikan akan mempengaruhi kemampuan berfikir seseorang.

6. Status Kesehatan

Seseorang yang sedang sakit dapat menurunkan kapasitas seseorang dalam menghadapi stress.

7. Makna yang dirasakan

Jika stresor dipersepsikan akan berakibat tidak baik maka tingkat kecemasan yang akan dirasakan akan berat. Sebaliknya jika stressor dipersepsikan baik dan individu mampu mengatasinya maka tingkat kecemasannya yang dirasakannya akan lebih ringan.

8. Nilai - nilai budaya dan spiritual

Nilai - nilai budaya dan spritual dapat mempengaruhi cara berfikir dan tingkah laku seseorang.

9. Dukungan sosial dan lingkungan

Dukungan sosial dan lingkungan sekitar dapat mempengaruhi cara berfikir seseorang tentang diri sendiri dan orang lain. Hal ini disebabkan oleh pengalaman seseorang dengan keluarga, sahabat rekan kerja dan lain-lain. Kecemasan akan timbul jika seseorang merasa tidak aman terhadap lingkungan.

10. Mekanisme koping

Ketika mengalami kecemasan, individu akan menggunakan mekanisme koping untuk mengatasinya dan ketidakmampuan mengatasi kecemasan secara konstruktif menyebabkan terjadinya perilaku patologis.

11. Pekerjaan

Pekerjaan adalah suatu kewajiban yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan keluarga.

C. Terapi Musik

1. Definisi terapi musik rindik

Terapi musik yaitu usaha untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang meliputi melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental. Musik memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang. Musik diterapkan menjadi sebuah terapi dan musik dapat meningkatkan, memulihkan, memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spiritual. Hal ini disebabkan musik memiliki beberapa kelebihan, yaitu karena musik bersifat nyaman, menenangkan, membuat rileks, berstruktur, dan universal. Terapi musik adalah terapi yang universal dan bisa diterima oleh semua orang karena kita tidak membutuhkan kerja otak yang berat untuk menginterpretasi alunan musik (Rahayu, 2017).

Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan, seperti musik klasik, instrumentalis, dan slow musik.

Terapi musik adalah suatu proses yang menggabungkan antara aspek penyembuhan musik itu sendiri dengan kondisi dan situasi baik fisik atau tubuh, emosi, mental, spiritual, kognitif dan kebutuhan sosial seseorang (Natalina, 2018).

Alunan musik lembut yang menenangkan dan stimulasi gelombang otak dengan frekuensi deep delta untuk merangsang kondisi relaksasi yang dalam. Pada kondisi deep delta, akan terjadi pelepasan endorfin yang merupakan zat anestesi alami. Terapi musik klasik dapat membantu menghilangkan atau meringankan berbagai rasa sakit misalnya meredakan nyeri akibat suatu penyakit, nyeri punggung, rematik arthritis, luka bakar, luka kecelakaan, nyeri penderita kanker, nyeri persendian, nyeri pada otot, nyeri pasca operasi dan jenis nyeri lainnya (Rahayu, 2017).

2. Manfaat terapi musik rindik

Menurut Raharjo (2017) Musik rindik sebagai salah satu cabang kesenian merupakan kebutuhan yang universal. Keberadaannya tak terpisahkan dalam berbagai *setting* kehidupan manusia dengan berbagai fungsinya seperti :

- a. Memberikan kenikmatan estetis seperti memberikan relaksasi atau hiburan
- b. Sebagai media ekspresi diri (*self ekspresion*)
- c. Representasi simbolis
- d. Respon fisik
- e. Media terapeutik (penyembuhan)

- f. Memperkuat konformitas terhadap norma-norma sosial
- g. Memvalidasi institusi-institusi sosial dan ritual- ritual keagamaan
- h. Memelihara kontinuitas dan stabilitas budaya
- i. Sebagai media pendidikan serta pembelajaran

Menurut Natalia (2018) manfaat terapi musik antara lain:

- a. Musik pada bidang kesehatan
 - 1) Menurunkan tekanan darah melalui ritmik musik yang stabil memberikan irama teratur pada sistem jantung manusia.
 - 2) Menstimulasikan kerja otak, dengan mendengarkan musik dengan harmony yang baik akan menstimulasikan otak untuk melakukan proses analisa terhadap lagu tersebut
 - 3) Meningkatkan imunitas tubuh yaitu suasana yang ditimbulkan oleh musik akan mempengaruhi system kerja hormon manusia dan jika kita mendengar musik baik atau positif maka hormon yang meningkatkan imunitas tubuh juga akan berproduksi.
 - 4) Memberikan keseimbangan pada detak jantung dan denyut nadi.
- b. Musik meningkatkan kecerdasan
- c. Meningkatkan kecerdasan
- d. Meningkatkan motivasi
- e. Mengembangkan kemampuan komunikasi dan sosialisasi.
- f. Meningkatkan kemampuan mengingat
- g. Kesehatan jiwa
- h. Mengurangi rasa sakit
- i. Menyeimbangkan tubuh

- j. Meningkatkan kekebalan tubuh

3. Jenis terapi musik

Berikut ini adalah beberapa jenis terapi musik yaitu :

- a. Musik meditasi untuk mengurangi stres

Musik meditasi salah satunya adalah musik pada kelas yoga. Musik iringan meditasi yang mengalun pelan dan menghanyutkan. Musik ini bermanfaat untuk mengurangi stres, mengurangi serangan panik, meningkatkan memori otak, menurunkan tekanan darah, mengurangi nyeri, dan menurunkan kadar kolesterol.

- b. Musik pop dan jazz untuk terapi saraf

Terapi musik selama 30 menit yang digabungkan dengan pengobatan tradisional bisa mengurangi nyeri akibat operasi tulang belakang. Terapi musik untuk saraf di sini meliputi mendengarkan musik, menyanyi, hingga olah tubuh mengikuti irama musik, baik genre pop, klasik, maupun jazz. Dalam praktiknya, terapi saraf ini bisa digunakan dalam proses rehabilitasi, mengurangi rasa sakit, dan memperbaiki saraf setelah kecelakaan yang mengganggu sistem otak.

- c. Musik klasik untuk mengatur pernapasan

Musik klasik bisa digunakan dalam sebuah terapi yang dikenal dengan nama Bonny Method. Metode ini dinamakan dari nama si pencetusnya, Helen L. Bonny PhD. Dalam metode ini, musik klasik digunakan untuk mendorong dan membantu perkembangan seseorang, mencakup kesadaran dan transformasi psikologisnya.

Musik klasik juga terbukti sebagai sarana efektif untuk mengatasi insomnia. Musik klasik seperti Bach bermanfaat mengurangi aktivitas sistem saraf simpatik, menurunkan kecemasan dan mengatur pernapasan. Salah satu contoh musik tradisional yang berjenis musik klasik adalah musik rindik dari Bali. Alat musik ini, terbuat dari potongan-potongan bambu pilihan yang sudah di proses untuk disiapkan menjadi bahan pembuatan Rindik. Potongan-potongan bambu tersebut kemudian disusun dengan jarak tertentu sehingga menghasilkan suara dan nada. Bentuk alat musik Rindik mirip dengan bentuk Gambang dalam gamelan Jawa namun hal yang membedakan adalah bahan pembuatannya. Jika Gambang terbuat dari potongan-potongan logam, maka Rindik terbuat dari potongan-potongan bambu. Musik rindik ini mempunyai alunan nada dan melodi khas alam. Sumber bunyi musik yang dihasilkan dari perpaduan bunyi bambu yang saling berirama bisa membuat pendengarnya merasa rileks dan tenang. Adapun jenis – jenis musik rindik yaitu :

1) Rindik gerantang

Yaitu rindik yang memiliki daun yang terbuat dari bambu pipih dengan alas bambu batang sebagai tabung suara di bagian bawahnya. Bambu pipih yang digunakan adalah bagian bawah bambu (bongkol bambu) dan tabung batang bambu terbuat dari bagian atas bambu yang sifatnya lebih muda daripada bagian bawahnya. Batang bambu ini hanya

berfungsi sebagai suara pembantu yang beresonansi akibat suara dari bambu pipih.

- 2) Rindik jegog terbuat dari bagian bawah bambu dan secara langsung berbentuk tabung batang bambu tanpa alas layaknya rindik gerantang. Jumlah nada dari bambu penghasil nada disamakan dan diadaptasikan dengan nada yang digunakan pada rindik Gerantang

- d. Musik rock untuk meredakan rasa sakit

Jika menyenangi genre rock, mendengarkan musik selama beberapa menit bisa digunakan untuk mendongkrak semangat dan meredakan rasa sakit hati.

4. Tujuan diberikan terapi musik rindik

Menurut Trisianti (2018) Terapi musik akan memberi makna yang berbeda bagi setiap orang namun semua terapi mempunyai tujuan yang sama yaitu:

- a. Membantu mengekspresikan perasaan
- b. Membantu rehabilitasi fisik
- c. Memberikan pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati
- d. Meningkatkan memori
- e. Menyediakan kesempatan unik untuk berinteraksi dan membangun kedekatan emosional.
- f. Membantu mengurangi stres, mencegah penyakit dan meringankan rasa sakit

5. Cara kerja terapi musik

Musik yang bersifat sedatif tidak hanya efek distraksi dalam inhibisi persepsi kecemasan. Musik dipercaya dapat meningkatkan pengeluaran hormon endorfin. Endorfin merupakan ejektor dari rasa rileks dan ketenangan yang timbul, midbrain mengeluarkan Gama Amino Butyric Acid (GABA) yang berfungsi menghambat hantaran implus listrik dari satu neuron ke neuron lainnya oleh neurotransmitter didalam sinaps. Midbrain mengeluarkan enkepalin dan beta endorfin dan zat tersebut dapat menimbulkan efek rileks yang akhirnya mengeliminasi neurotransmitter rasa cemas pada pusat persepsi dan interpretasi sensorik somatik di otak sehingga efek yang bisa muncul adalah kecemasan berkurang (Rahayu, 2017).

Pada dasarnya hampir semua jenis musik bisa digunakan untuk terapi musik. Namun harus mengetahui pengaruh setiap jenis musik terhadap tubuh dan pikiran. Setiap nada, melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya musik akan memberi pengaruh berbeda kepada pikiran dan tubuh kita. Dalam terapi musik, komposisi musik disesuaikan dengan masalah atau tujuan yang ingin dicapai. Ada dua macam metode terapi musik, yaitu:

a. Terapi musik aktif.

Terapi musik aktif yakni terapi yang menggunakan teknik bernyanyi, belajar main menggunakan alat musik, menirukan nada-nada, bahkan membuat lagu singkat. Dengan kata lain, dalam terapi ini dituntut untuk berinteraksi aktif dengan dunia musik. Untuk

melakukan terapi musik aktif dibutuhkan bimbingan seorang pakar terapi musik yang kompeten.

b. Terapi musik pasif.

Terapi musik pasif adalah terapi musik yang murah, mudah dan efektif. Hanya mendengarkan dan menghayati suatu alunan musik tertentu yang dapat disesuaikan dengan masalahnya. Hal terpenting dalam terapi musik pasif adalah pemilihan jenis musik harus tepat dengan kebutuhan.

D. Musik Rindik

1. Definisi Musik Rindik

Musik Rindik adalah musik tradisional khas Bali. Musik ini memiliki nuansa alam yang mana musik ini terbuat dari bahan alam yaitu bambu yang disusun sedemikian rupa sehingga menghasilkan bunyi saat di pukul. Musik Rindik biasanya digunakan untuk mengiringi tarian hiburan khas Bali yaitu joged, akan tetapi seiring perkembangan zaman musik rindik kini bisa dipergunakan untuk terapi. Jenis melodi yang digunakan untuk terapi adalah melodi yang pelan dan menenangkan sehingga dapat digunakan untuk terapi, terutama dalam bidang keperawatan jiwa seperti kecemasan, stress dan gelisah (Waisnawa, K.2020).

2) Terapi musik rindik sebagai terapi modalitas pada keperawatan jiwa

Terapi modalitas adalah suatu sistem terapi psikis yang keberhasilannya sangat tergantung pada adanya komunikasi atau

perilaku timbal balik antara pasien dan terapis. Terapi modalitas yang diberikan untuk mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif. Sikap dan tekanan sosial dalam kelompok sangat penting dalam menunjang dan menghambat perilaku individu dalam kelompok sosial. Terapi modalitas adalah proses pemulihan fungsi fisik, mental, emosional, dan sosial ke arah keutuhan pribadi yang dilakukan secara holistik (Tsaqila, R.H. 2020).

Terapi musik adalah proses interpersonal yang menggunakan musik untuk terapi aspek fisik, emosional, mental, sosial, estetika, dan spiritual untuk membantu pasien dalam meningkatkan atau mempertahankan kesehatan mereka, membantu mencapai perubahan spesifik dalam perilaku, perasaan dan fisiologi (Dochterman & Bulechek, 2004 ; Richman S, 2020). Jenis terapi modalitas yang dapat diberikan kepada pasien kanker serviks untuk menurunkan stress adalah terapi musik.

Jenis terapi musik yang digunakan adalah musik berjenis klasik yang mana pada penelitian ini menggunakan musik rindik sebagai terapi modalitas untuk menurunkan tingkat kecemasan. Musik rindik yang memiliki melodi nuansa alam dapat membuat para pendengarnya menjadi tenang sehingga cocok untuk digunakan sebagai terapi modalitas khususnya pada bidang keperawatan jiwa.

3) Jenis – Jenis Terapi Musik Rindik

Musik rindik dari Bali adalah musik tradisional yang masuk dalam jenis musik klasik. Alat musik ini, terbuat dari potongan-potongan bambu pilihan yang sudah diproses untuk disiapkan menjadi bahan pembuatan Rindik. Potongan-potongan bambu tersebut kemudian disusun dengan jarak tertentu sehingga menghasilkan suara dan nada. Bentuk alat musik Rindik mirip dengan bentuk Gambang dalam gamelan Jawa namun hal yang membedakan adalah bahan pembuatannya. Jika Gambang terbuat dari potongan-potongan logam, maka Rindik terbuat dari potongan-potongan bambu. Musik rindik ini mempunyai alunan nada dan melodi khas alam. Sumber bunyi musik yang dihasilkan dari perpaduan bunyi bambu yang saling berirama bisa membuat pendengarnya merasa rileks dan tenang (Sugiarta, I. 2021). Adapun jenis – jenis musik rindik yaitu :

a. Rindik gerantang

Yaitu rindik yang memiliki daun yang terbuat dari bambu pipih dengan alas bambu batang sebagai tabung suara di bagian bawahnya. Bambu pipih yang digunakan adalah bagian bawah bambu (bongkol bambu) dan tabung batang bambu terbuat dari bagian atas bambu yang sifatnya lebih muda daripada bagian bawahnya. Batang bambu ini hanya berfungsi sebagai suara pembantu yang beresonansi akibat suara dari bambu pipih.

b. Rindik jegog terbuat dari bagian bawah bambu dan secara

langsung berbentung tabung batang bambu tanpa alas layaknya rindik gerantang. Jumlah nada dari bambu penghasil nada disamakan dan diadaptasikan dengan nada yang digunakan pada rindik Gerantang

4) Efek terapi musik rindik terhadap kecemasan

Efek terapi musik rindik pada kecemasan adalah distraksi terhadap pikiran tentang menurunkan kecemasan, nyeri, menstimulasi ritme nafas lebih teratur, menurunkan ketegangan tubuh, memberikan gambaran positif pada visual imageri, relaksasi, dan meningkatkan mood yang positif. Terapi musik dapat mendorong perilaku kesehatan yang positif, mendorong kemajuan pasien selama masa pengobatan dan pemulihan (Rahayu, 2017).

Ada beberapa penelitian menyebutkan bahwa Terapi Musik dapat mengurangi kecemasan pada penderita kanker seperti penelitian Fikri (2021) yang berjudul Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Kanker di Rumah Singgah Kanker Samarinda mendapatkan hasil penelitian, nilai rata-rata mean kecemasan sebelum diberikan terapi musik adalah 23.27 dan setelah diberikan terapi musik responden mendapatkan perlakuan intervensi musik sebanyak 2 kali dalam 1 minggu berturut-turut didapatkan mean 17.94 dengan nilai P value = 0.000 ($P < 0.05$). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan sebelum dan sesudah

diberikan terapi musik.

Penelitian Nurhalimah dkk (2020). yang berjudul *The Effect Of Classical Music Therapy On The Anxiety Of Cervical Cancer Patients With Brachytherapy In The Radiation Oncology Service Unit Of Cipto Mangunkusumo Jakarta Hospital* menyebutkan sebelum peneliti dilakukan responden diukur tingkat kecemasan dengan menggunakan instrument HARS setelahnya diperdengarkan musik klasik selama 30 menit. Hasil Penelitian didapatkan pemberian terapi musik mampu menurunkan tingkat kecemasan sebesar 11,62% dengan p-value sebesar 0,000 dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh terapi musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien kanker serviks yang menjalani tindakan Brakiterapi. Dalam Nurhalimah dkk (2020) menyebutkan bahwa terapi musik merupakan aktivitas terapeutik karena mampu memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik, dan kesehatan emosi. Terapi musik dengan frekuensi alfa dan betha 5000-8000 Hz dapat merangsang tubuh dan pikiran menjadi rileks sehingga merangsang otak menghasilkan hormon serotonin dan endorphen yang akan berdampak menjadikan tubuh rileks dan membuat detak jantung menjadi stabil.

Peningkatan kadar serotonin menjadi hormon melatonin memiliki efek regulasi terhadap relaksasi tubuh sehingga dapat

memperbaiki suasana hati(mood), baik itu menciptakan suasana tenang, rileks, aman, maupun menyenangkan, sehingga mampu membuat pasien merasa nyaman.

Pada literature review yang dilakukan oleh (Nurlina et al., 2021) pada Terapi Musik Rindik Efektif Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kanker menunjukkan bahwa lima artikel yang dianalisis, semua artikel melaporkan bahwa terapi musik efektif terhadap penurunan kecemasan pasien kanker.

Musik memiliki efek, psikologis, fisik, sosial dan spiritual yang dapat meningkatkan dukungan pada perawatan pasien kanker, mampu meningkatkan mood dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker, sehingga dapat diaplikasikan dalam pemberian intervensi keperawatan untuk menurunkan kecemasannya. Simpulan, terapi musik merupakan salah satu terapi yang efektif untuk menurunkan kecemasan mulai dari anak-anak, dewasa sampai usia lanjut.

5) Prosedur pelaksanaan terapi musik rindik pada subjek penelitian

Berikut merupakan standar prosedur operasional pemberian terapi music rindik menurut (Hawari, 2018) antara lain :

a. Tahap pra kerja

- 1) Menyiapkan diri secara fisik sehingga tidak ada konflik internal yang mempengaruhi proses terapi
- 2) Siapkan alat - alat
- 3) Membuat kontrak waktu dengan pasien yang akan diberi

terapi

- 4) Menyiapkan lingkungan yang tenang, aman, dan nyaman

b. Tahap orientasi

- 1) Beri salam dan panggil klien bertanya dengan namanya
- 2) Jelaskan tujuan, prosedur, dan lamanya tindakan pada klien/keluarga

c. Tahap kerja

- 1) Berikan kesempatan klien bertanya sebelum kegiatan di lakukan
- 2) Menanyakan keluhan utama klien
- 3) Jaga privasi klien (memulai kegiatan dengan cara yang baik)
- 4) Menetapkan perubahan pada perilaku atau fisiologi yang diinginkan seperti relaksasi, stimulasi, konsentrasi dan mengurangi rasa sakit
- 5) Menetapkan ketertarikan klien terhadap musik
- 6) Identifikasi musik yang akan di berikan
- 7) Berdiskusi dengan klien terkait tujuan yang akan di berikan terapi musik
- 8) Bantu klien untuk memilih posisi nyaman
- 9) Batasi stimulasi eksternal seperti cahaya, suara, pengunjung, panggilan telepon selama mendengarkan musik

- 10) Dekatkan tape musik/CD dan perlengkapan dengan baik
- 11) Pastikan tape musik/CD dan perlengkapan dalam kondisi baik
- 12) Dukung dengan headphone jika di perlukan
- 13) Nyalakan musik dan lakukan terapi musik
- 14) Pastikan volume musik sesuai dan tidak terlalu keras
- 15) Hindari menghidupkan musik dan meninggalkan dalam waktu yang lama
- 16) Hindari stimulus musik setelah nyeri/sakit kepala akut
- 17) Menetapkan perubahan pada perilaku atau fisiologi yang diinginkan seperti relaksasi, stimulasi, konsentrasi dan mengurangi rasa sakit
- 18) Menetapkan ketertarikan klien terhadap musik rindik yang diberikan

d. Terminasi

1. Evaluasi hasil kegiatan (kenyamanan klien)
2. Simpulkan hasil kegiatan
3. Berikan umpan balik positif
4. Kontrak pertemuan selanjutnya
5. Akhiri kegiatan dengan cara baik
6. Bereskan alat – alat yang telah di pakai saat pemberian terapi musik

e. Dokumentasi

- 1) Nama pasien, umur, jenis kelamin, dan lain – lain
- 2) Keluhan pasien
- 3) Jenis musik yang disukai
- 4) Tindakan yang di lakukan (terapi musik rindik)
- 5) Lama tindakan
- 6) Jenis terapi musik rindik yang di berikan
- 7) Reaksi selama, setelah pemberian terapi musik
- 8) Respon klien