

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kanker payudara adalah kondisi di mana sel-sel ganas berkembang di dalam jaringan payudara. Biasanya, kanker ini dimulai di saluran susu atau lobulus (kelenjar penghasil air susu) (Kemenkes RI, 2019). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2023) Kanker payudara adalah penyakit di mana sel-sel payudara abnormal tumbuh di luar kendali dan membentuk tumor. Jika dibiarkan, tumor bisa menyebar ke seluruh tubuh dan berakibat fatal.

Pada tahun 2020, *World Health Organization* (WHO) mencatat kanker payudara di urutan pertama sebagai kanker dengan jumlah kasus baru terbanyak yaitu 2,26 juta kasus dengan 685.000 kematian secara global (WHO, 2021). Untuk pertama kalinya, kanker payudara menjadi kanker yang paling sering didiagnosis, melampaui kanker paru-paru. Hal ini terutama disebabkan oleh tingginya prevalensi dari negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (*Union for International Cancer Control*, 2021).

Menurut *Global Burden of Cancer Study* (Globocan) WHO, Indonesia mencatat 396.914 kasus kanker pada 2020, dengan 234.511 kematian. Kanker payudara menyumbang jumlah kasus baru tertinggi, mencapai 65.858 kasus atau 16,6% dari total (Globocan, 2020). Pada tahun 2017 terdapat 271 kanker payudara di provinsi aceh (profil kesehatan aceh 2017). dan pada tahun 2018 di temukan sebanyak 1.848 kasus sedangkan pada tahun 2019 jumlah pasien yang kanker

sebanyak 150 kasus (Profil kesehatan aceh, 2019). Aceh menduduki posisi ke 11 terbanyak yang menderita kanker payudara (Kemenkes RI, 2019).

Salah satu penatalaksanaan yang di berikan pada pasien dengan kanker payudara adalah dengan tindakan operasi (Adiguna, 2022). Lebih lanjut, Adiguna menyatakan masalah keperawatan yang dapat terjadi pasca operasi yaitu salah satunya nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, sebagian besar pasien mengalami nyeri setelah prosedur pembedahan (Saputri , Novirianthy., 2017). Gejala kecemasan dan depresi juga muncul sebagai distres psikologis (Gradishar *et al.*, 2022).

Dampak nyeri pasca operasi yang dirasakan dapat menyebabkan aktifitas sehari-hari penderita terganggu, tekanan psikologis, penurunan aktifitas sosial dan akhirnya pengurangan kualitas hidup dan bahkan dapat mengakibatkan terjadinya gangguan tidur pada penderita (Gabriel & Mayers, 2019; Mansano-Schlosser & Ceolim, 2017). Adapun menurut Saputri *et. al* (2013) dampak kecemasan dalam jangka panjang apabila tidak tertangani akan menyebabkan gangguan pada sistem kardiovaskuler dan kesehatan jantung. Beberapa peneliti menyebutkan bisa berdampak pada sistem kekebalan tubuh, penurunan status kesehatan dan menurunnya kualitas hidup.

Secara global, prevalensi wanita kanker payudara pasca operasi yang mengalami 40% gejala kecemasan (Civilotti *et al.*, 2021) dan 4,2% nyeri (Izydorczyk *et al.*, 2018). Salah satu penelitian di Amerika Serikat menyatakan hampir >80% pasien mengalami nyeri pasca operasi (Hidayatulloh, Limbong &

Ibrahim., 2020). Prevalensi di Indonesia, berdasarkan penelitian yang dilakukan di RSUD dr Soekardjo tahun 2019 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan preoperative sebanyak 50%.7 Penelitian yang dilakukan di RSUD Cideres menunjukkan bahwa tingkat kecemasan preoperative sebanyak 52,1% 8 dan Penelitian yang dilakukan di RSUD Dr. Pirngadi Medan menunjukkan bahwa tingkat kecemasan preoperative sebesar 59,5% (Pane P. 2019).

Hasil penelitian menunjukkan PMR bermanfaat pada beberapa kondisi salah satunya adalah kanker. Oleh karena itu, studi ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas intervensi PMR pada pasien pasca operasi. Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya dan intervensi PMR dapat diterapkan dalam meningkatkan pelayanan asuhan keperawatan pada pasien memiliki masalah nyeri (Sudaryanti, Handayani, Muniroh & Sulastri, 2023). Penelitian sebelumnya telah melakukan ulasan systematic review tentang progressive muscular relaksasi dalam penurunan nyeri pada pasien kanker secara umum (Lopes-Júnior *et al.*, 2020). Selain itu PMR juga efektif dapat menurunkan kecemasan (Aziz Ismail & Elzar, 2018, Mawardika, *et al* 2020).

PMR merupakan satu bentuk terapi relaksasi dengan gerakan mengencangkan dan melemaskan otot-otot pada satu bagian tubuh pada satu waktu untuk memberikan perasaan relaksasi secara fisik (Alim, 2010). PMR ini bertujuan membedakan perasaan yang dialami saat kelompok otot dilemaskan dan dibandingkan ketika otot-otot dalam kondisi tegang (Ramdhani & Putra, 2009). PMR dilakukan dengan posisi berbaring atau duduk dikursi dengan kepala ditopang senyaman mungkin. Tindakan PMR ini terdapat 15 gerakan dengan membutuhkan

waktu selama 10 - 15 menit. Penelitian terdahulu menghasilkan bahwa intervensi PMR juga terbukti tidak hanya digunakan pada manajemen nyeri saja, namun dapat juga digunakan membantu dalam mengurangi kecemasan pasien kanker (Ozgundondur & Metin, 2019). Temuan studi juga menunjukkan pengaruh PMR pada pengurangan kecemasan pasien pasca operasi kanker (Toqan *et al.*, 2022).

Selain PMR, Teknik relaksasi Benson dikenal sebagai salah satu cara untuk mengatasi nyeri dengan mengalihkan perhatian melalui relaksasi, sehingga kesadaran klien terhadap nyeri dapat mengalami perubahan atau penurunan (Agustiya *et al.* 2020). Begitu juga dengan kecemasan, Agustiya menyatakan, Terapi relaksasi benson juga dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pasca operasi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Sari *et al.* 2022), menunjukkan setelah diberikan teknik relaksasi benson diketahui bahwa terdapat penurunan kecemasan pada responden sebanyak 1,55. Dengan hasil p value 0,000 (<0,05), maka terdapat pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap tingkat kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi & Samiasih 2022), menunjukkan setelah dilakukan relaksasi benson pada kelima responden yang mengalami kecemasan di dapatkan hasil adanya perubahan skala kecemasan yang tingkat kecemasan berat berubah menjadi kecemasan sedang dan kecemasan sedang berubah menjadi kecemasan ringan.

Berdasarkan hasil survey awal pada tanggal 08 desember 2023 yang di lakukan di RSUD Cut Meutia Lhokseumawe, diperoleh data pasien pasca operasi dengan kanker payudara sebanyak 284 orang, dan yang terdata mengalami nyeri

sebanyak 284 orang, serta yang mengalami kecemasan terdata sebanyak 198 orang. Pada survey awal dari 10 Pasien yang di wawancarai, keseluruhannya mengalami nyeri dan kecemasan pasca operasi.

Berdasarkan hasil dari uraian di atas penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* Dan *Relaxation Benson* Terhadap Kecemasan Dan Nyeri Pasien Pasca Operasi Kanker Payudara Di Rsu Cut Meutia Lhokseumawe”. Karena peneliti ingin mengetahui pengaruh efektifitas PMR dan *relaxation benson* dalam mengurangi kecemasan dan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi kanker payudara Di Rsu Cut Meutia Lhokseumawe.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah pengaruh *progressive muscle relaxation* dan *relaxation benson* terhadap kecemasan dan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi kanker payudara?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh efektifitas *progressive muscle relaxation* dan *relaxation benson* dalam mengurangi kecemasan dan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi kanker payudara.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui karakteristik nyeri pasien kanker payudara dengan metode PQRST
2. Mengetahui tingkat nyeri pasien sebelum diberikan PMR
3. Mengetahui tingkat nyeri pasien sesudah diberikan PMR
4. Mengetahui tingkat kecemasan pasien sebelum diberikan PMR

5. Mengetahui tingkat kecemasan pasien sesudah diberikan PMR
6. Mengetahui tingkat nyeri pasien sebelum diberikan relaksasi benson
7. Mengetahui tingkat nyeri pasien sesudah diberikan relaksasi benson
8. Mengetahui tingkat kecemasan pasien sebelum diberikan relaksasi benson
9. Mengetahui tingkat kecemasan pasien sesudah diberikan relaksasi benson
10. Mengetahui perbedaan tingkat nyeri pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi PMR
11. Mengetahui perbedaan tingkat nyeri pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi relaksasi benson
12. Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi PMR
13. Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi relaksasi benson.
14. Mengetahui pengaruh perbedaan keefektifan intervensi PMR dengan relaksasi benson terhadap nyeri pada pasien pasca operasi kanker payudara.
15. Mengetahui pengaruh perbedaan keefektifan intervensi PMR dengan relaksasi benson terhadap kecemasan pada pasien pasca operasi kanker payudara

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Diharapkan dapat memberikan manfaat serta informasi bagi responden khususnya pasien pasca operasi dengan kanker payudara agar dapat mengurangi rasa cemas dan mengurangi tingkat nyeri pada pasien tersebut.

1.4.2 Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi tambahan bagi perawat atau pasien tentang cara mengurangi nyeri dan cemas pada pasien pasca operasi kanker payudara menggunakan PMR dan *relaxation benson*.

1.4.3 Bagi Intstitusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bukti ilmiah dan menambah daftar kepustakaan bagi Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh serta dapat menjadi referensi untuk mahasiswa lainnya dan dapat dijadikan suatu media penambahan ilmu pengetahuan di lingkungan Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh.

1.4.4 Bagi Peneliti

Sebagai sarana mengaplikasikan ilmu yang didapat selama kuliah, untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman dibidang kesehatan serta dapat menjadi bahan masukan dan informasi keperpustakaan yang juga menjadi referensi untuk di bidang kesehatan keperawatan khususnya tentang dampak PMR dan *relaxation benson* terhadap pasien pasca operasi kanker payudara

1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi maupun data dasar untuk penelitian selanjutnya mengenai pengaruh PMR dan *relaxation benson* terhadap pasien pasca operasi kanker payudara. Peneliti berikutnya juga dapat mengembangkan penelitian ini menggunakan variabel maupun metode yang berbeda sehingga memperoleh hasil yang lebih komprehensi