

BAB I

PENDAHULUAN

Ca Mammae sampai sekarang menjadi tantangan besar dalam bidang kesehatan global, termasuk di Indonesia. Ca Mammae umumnya mengincar perempuan, meskipun pria juga dapat terkena dengan risiko yang sangat kecil, sekitar 1:1000. Pada tahun 2017, sekitar 252.710 orang di Amerika Serikat didiagnosis menderita kanker payudara, menjadikannya salah satu jenis kanker paling umum yang terdeteksi. Mayoritas kanker payudara pada wanita pasca menopause sensitif terhadap hormon, seringkali memiliki reseptor estrogen yang positif. Di Amerika Serikat, angka insiden Ca Mammae standar diperkirakan mencapai 92,9 per 100.000 orang. Kanker payudara metastatik (*mBC*) atau kanker payudara stadium lanjut saat ini belum bisa disembuhkan dengan terapi yang ada, dan tingkat kelangsungan hidupnya dalam 5 tahun diperkirakan hanya sekitar 27% (Liambo *et al.*, 2022)

Menurut *World Health Organization* (WHO), Ca Mammae menempati urutan pertama terkait jumlah kanker terbanyak di Indonesia dan menjadi salah satu penyumbang kematian pertama akibat kanker. Angka kejadian kanker payudara global mencapai 2,09 juta kasus baru pada tahun 2020. Insiden kematian, dan prevalensi Kanker Global atau *Global Burden Cancer* mencatat, kematian akibat Ca Mammae telah mencapai 68.858 kasus (16,6%). Pemanfaatan Pelayanan Kanker oleh JKN pada tahun 2021 cukup tinggi ditemukan di Jawa Timur, Jawa Tengah, DKI Jakarta dan Jawa Barat. Jumlah pemanfaatan pelayanan kanker payudara cenderung berfluktuasi dari tahun 2015 sampai dengan 2021. Peningkatan pemanfaatan terjadi antara tahun 2016-2019 meningkat 26.049 jiwa, lalu menurun ditahun 2020 hingga 23.869 jiwa, kemudian kembali meningkat pada 2021 sebanyak 13.487 jiwa (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Kanker payudara memiliki dampak yang meluas pada individu yang terkena, mencakup berbagai aspek kehidupan mereka. Secara fisik, kanker payudara dapat menyebabkan gejala seperti nyeri, kelelahan, gangguan tidur, dan keterbatasan

mobilitas. Pada tingkat psikologis, mereka yang terkena dapat merasakan ketidaknyamanan kecemasan, dan depresi. Dalam dimensi sosial, dampaknya bisa berupa tekanan finansial, perasaan bersalah, dan konflik internal saat menghadapi kenyataan yang sulit diterima. Pengalaman kanker payudara seringkali dianggap tragis bagi perempuan karena berdampak pada citra diri, hubungan seksual, dan sering kali memicu reaksi psikologis seperti penolakan, kemarahan, atau ketakutan yang intens terhadap penyakit dan proses perawatan. Banyak pasien kanker payudara juga mengalami masalah psikiatrik seperti depresi dan kecemasan (Distinarista *et al.*, 2022).

Pasien yang mengalami Cancer Antigen Mammae terdapat masalah salah satunya Kecemasan yang disebabkan terkait dengan penurunan fungsi fisik, kehilangan pekerjaan, serta dampak dari kemoterapi (seperti rambut rontok, mual, muntah, pusing, sariawan, lemas, lesu, pengelihatan kabur). Tekanan yang seringkali muncul mencakup kecemasan, gelisah, kesulitan tidur, mudah terkejut, kehilangan nafsu makan, bahkan sampai pada hilangnya semangat hidup. Tetapi juga masalah psikologis seperti respons emosional yang melibatkan berbagai perasaan tidak menyenangkan yang terkait dengan ketidakpastian. Pengobatan kanker payudara dapat menyebabkan perasaan tidak berdaya, kecemasan, rasa malu, bahkan merendahkan harga diri pada pasien. Selain itu masalah fisik secara psikologis dapat mengubah cara berfikir, serta mengubah cara berperilaku, tidak jarang penderita sulit menjalani aktivitas sehari-hari secara normal, seperti kehilangan ketertarikan atau motivasi untuk melakukan sesuatu sulit membuat keputusan dan mudah tersinggung, tidak acuh terhadap orang lain. (Antari *et al.*, 2023).

Penanganan Kecemasan ada dua secara farmakologi yang berfokus dalam penggunaan obat-obatan sedangkan secara non farmakologi berupa terapi yang dapat dilakukan pasien secara mandiri. Kecemasan perasaan yang tidak menyenangkan sebagai manifestasi dari berbagai perasaan emosi yang terjadi pada saat individu sedang mengalami tekanan perasaan frustrasi dan pertentangan batin. Di dalam al-Quran banyak ditemui ayat-ayat yang berhubungan dengan dinamika kejiwaan manusia yang secara teoritik dapat dijadikan dasar acuan psikoterapi untuk mengatasi

kecemasan. Al-Quran menawarkan solusi bagi jiwa yang sedang cemas untuk mendapatkan ketenangan, baik melalui bacaan maupun tulisan yang diambil dari teks al-Quran . berbagai ayat al-Quran juga banyak yang memuat tuntunan bagaimana menghadapi permasalahan hidup tanpa rasa cemas. Salah satunya melalui psikoterapi dzikir. Efek ketenangan yang dimunculkan dari terapi dzikir dapat mengurangi tingkat kecemasan pada diri seseorang.

Efek dari terapi dzikir dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien kanker dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk tingkat kepercayaan pasien terhadap intervensi tersebut. Terapi dzikir sesuai dengan prinsip ajaran Islam, dan pasien meyakini bahwa praktik dzikir dapat menenangkan jiwa, oleh karena itu, seringkali diterapkan selama proses pengobatan. Keyakinan ini membantu pasien untuk mengatasi dampak dari berbagai penyakit, serta merangsang emosi positif seperti kesejahteraan, kebahagiaan, harapan, dan optimisme, sehingga mengurangi tingkat kecemasan, rasa sakit, dan isolasi sosial. Lebih lanjut, ini juga meningkatkan kepuasan hidup bagi pasien kanker (Sulistiyawati *et al.*, 2019)

Hasil Penelitian sebelumnya oleh Fitriyanti dan Fitriani, (2021) didapatkan Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Kecemasan yaitu menunjukkan adanya pengaruh terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien kanker dengan analisis uji *simple paired test* yaitu didapatkan nilai signifikan. Dapat disimpulkan terdapat perbedaan secara signifikan pengaruh terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pasien kanker sebelum dan sesudah diberikan terapi dzikir dengan berarti adanya pengaruh dalam pemberian terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pasien kanker. Dari hasil penelitian ini didapatkan kecemasan sebelum diberikan terapi dzikir dengan nilai rata-rata 23.27 dalam tingkat kecemasan sedang dan setelah diberikan terapi didapatkan nilai rata-rata 19.22 dalam tingkat kecemasan ringan. Peneliti mengatakan bahwa tingkat kecemasan mengalami penurunan setelah diberikan terapi dzikir karena efek yang dihasilkan dari terapi tersebut mampu membuat pasien merasa lebih rileks dan nyaman. Kalimat dzikir menganung makna positif, sehingga dari banyaknya pikiran negatif tergantikan dengan pikiran positif, karena pikiran positif juga menimbulkan

emosi positif yang dapat memnagsang kerja limbic untuk menghasilkan endorphine. Endorphine mampu menimbulkan perasaan euforia, bahagia, nyaman menciptakan ketenangan dan memperbaiki suasana hati. Terapi dzikir juga dapat berpengaruh terhadap tubuh (fisik) dengan merasakan getaran rasa yang lemas dan pada saat itulah tubuh manusia merasakan rileksasi saraf sehingga ketegangan-ketegangan yang dirasakn dapat hilang.

Hasil Survey pendahuluan di Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen bahwa data bulan Januari sampai Desember 2023 sebanyak 530 pasien Kanker Payudara, di Sragen sendiri kasus tertinggi pertama di daerah Karang Malang dengan jumlah kasus 104, kasus tertinggi kedua di daerah Sidoharjo dengan jumlah kasus 47, kasus tertinggi ketiga di daerah Sragen kota dengan jumlah kasus 46, dan kasus tertinggi ke empat ada di daerah Masaran dendengan jumlah kasus 42 dan 291 kasus tersebar di kabupaten Sragen lainnya. Dari hasil Studi pendahuluan di Kabupaten Sragen mengarahkan untuk pemberian edukasi diberikan di wilayah kecamatan masaran, dan di Kecamatan Masaran dengan 3 responden, Dari 3 responden mendapati proses pengobatan yang berbeda-beda, Ada pasien yang baru menjalani pengobatan dan ada juga pasien yang sudah hampir selesai menjalani pengobatan kemoterapi. Hasil dari wawancara dengan pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi didapatkan hasil bahwa pasien mengatakan cemas akan masa depan terkait dengan penyakitnya, proses pengobatannya yang sedang dilakukan serta kecemasan dengan efek samping kemoterapi salah satunya yang dialami yaitu mudah lelah dan bahwa dirinya tidak bisa seperti wanita pada umumnya. Pasien juga mengatakan bahwa pasien ketika mengalami cemas hanya mengurung diri dikamar dan minum obat yang diberikan oleh dokter, pasien masih belum paham dengan terapi dzikir ini dapat mengurangi rasa cemas, pasien hanya paham bahwa dzikir hanya dilakukan setelah sholat saja dan pasien antusias saat diberikan edukasi terkait kecemasan dengan terapi dzikir melalui media buku saku ini.

Kebutuhan spiritual sangat penting bagi pasien kanker payudara. Pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi menunjukkan status *spiritual welibeing* rendah

pada stadium lanjut. Intervensi perawatan spiritual meningkatkan *spiritual welibeing* kepada pasien, sehingga memiliki pengetahuan diri dalam melakukan aktifitas ibadah dan semangat hidup yang tinggi dalam menjalani kehidupannya spiritual merupakan komponen perawatan holistik yang dapat memberikan respon positif pada pasien kanker. Bagi seorang muslim, *spiritual welibeing* merupakan sumber kekuatan dalam menghadapi penyakit yang didiagnosakan kepadanya. Spiritual bagi pasien kanker payudara merupakan kata yang menggambarkan hubungan pasien dengan Allah Swt yang berdampak pasien melaksanakan aktivitas atau perilaku ibadah dengan intensitas yang lebih rutin selama sakit (Mufidah *et al.*, 2022).

Pentingnya terapi ini membuat peneliti ingin memberikan informasi untuk meningkatkan Pengetahuan pada pasien Ca mammae, semakin rendah tingkat pendidikan disertai kurang aktifnya mencari informasi maka rendah juga pengetahuan pasien sehingga menimbulkan kecemasan berlebih akan penyakitnya. Maka pasien perlu diberikan edukasi dengan melalui media KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi). Media yang diambil oleh penulis adalah berupa buku saku yang didesain dengan menarik dan praktis untuk dibawa kemana-mana. Keuntungan menggunakan media buku saku adalah memberikan gambaran yang mudah dipahami karena lebih menarik dan mudah diingat.

Tujuan dibuatnya buku saku tentang penurunan kecemasan pasien Ca mammae adalah untuk memberikan informasi ataupun pengetahuan yang lebih mendalam, buku saku ini berisi tentang pengertian kanker payudara, penyebab terjadinya kanker, tanda gejala, pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), penatalaksanaan, pengertian kecemasan, tanda dan gejala kecemasan, penatalaksanaan, Terapi Dzikir, manfaat terapi dzikir, waktu yang tepat pemberian dzikir, Tata cara berdzikir dan Bacaan-bacaan dzikir. Buku saku ini mudah untuk dibawa kemana-mana dan ukuran buku yang sangat praktis. Manfaat dibuatnya buku saku adalah bisa menerapkan terapi dzikir untuk mencegah kecemasan pada Penyintas Ca Mammae dalam menghadapi kecemasan saat menjalani kemoterapi ataupun kecemasan lainnya. Untuk memberikan edukasi atau sumber informasi pasien.