

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kanker merupakan salah satu penyakit yang menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia. Kanker merupakan penyakit yang berawal dari kerusakan materi genetika pada deoxynucleic acid (DNA). Kanker memiliki karakteristik yaitu adanya pertumbuhan sel abnormal dan tidak terkendali. Sel kanker bisa menyebar ke seluruh bagian tubuh lain. Kematian dapat terjadi apabila pertumbuhan dan penyebaran sel abnormal yang tidak terkendali ini dibiarkan serta tidak diobati (Shinta & Surarso, 2022). Pada pasien dengan penyakit kanker umumnya memerlukan tindakan kemoterapi. Kemoterapi adalah salah satu prosedur pengobatan dengan menggunakan bahan kimia yang sangat kuat untuk menghentikan atau menghambat pertumbuhan sel kanker dalam tubuh (Putri et al., 2020). Pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dalam jangka panjang memiliki efek samping yang tidak menyenangkan bagi pasien dan dapat menimbulkan gangguan psikologis, salah satunya yang paling sering adalah mual muntah yang disebut dengan CINV (*Chemotherapy induced Nausea and Vomiting*) (Gupta et al., 2016)

Menurut WHO, pada tahun 2005 diperkirakan 7,6 juta orang di dunia meninggal akibat kanker (Reissa Nur Fauziah, 2016). Berdasarkan data Riskesdas (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018), prevalensi tumor/kanker di Indonesia menunjukkan adanya peningkatan dari 1.4 per 1000 penduduk di tahun 2013 menjadi 1,79 per 1000 penduduk pada tahun 2018.

Sedangkan data *Global Burden of Cancer Study* (Globocan) dari *World Health Organization* (WHO) mencatat, total kasus kanker di Indonesia pada 2020 mencapai 396.914 kasus dan total kematian sebesar 234.511 kasus, sedangkan Jawa Timur masuk dalam enam besar dengan prevalensi 5.668 orang atau 1,6% dimana secara prosentase lebih tinggi dari angka nasional berdasarkan (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Prevalensi mual dan muntah akibat kemoterapi pada tahun 2021 mencapai 90% pada orang yang menerima *highly emetogenic chemotherapy* (HEC) dan 30% sampai 90% pada orang yang menerima *moderately emetogenic chemotherapy* (MEC) (Harahap & Maria, 2022). Prevalensi mual muntah dari tahun ke tahun mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan tahun 2019. Sebanyak 75 pasien (83,3%) mengalami mual dan 71 pasien (78,9%) mengalami muntah dari total 90 pasien yang menjalani kemoterapi (Hamdani & Anggorowati, 2019).

Berdasarkan data studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 11 Januari 2023 didapatkan hasil bahwa pada tahun 2021 jumlah pasien yang mengalami kanker dan menjalankan kemoterapi di rumah sakit Lavalette adalah sebanyak 178 pasien dan meningkat pada tahun 2022 menjadi 215 pasien kanker yang melakukan kemoterapi. Dari jumlah tersebut terdapat 112 (52%) pasien mengeluh mual dan muntah sesaat maupun sesudah menjalani kemoterapi.

Mual muntah pada pasien kanker merupakan efek yang tidak menyenangkan dan sering muncul pada pasien dengan kemoterapi. Ketika obat kemoterapi masuk ke dalam tubuh manusia, maka akan dianggap sebagai benda asing bagi tubuh sehingga tubuh memberikan respon salah satunya

melalui sistem pencernaan untuk mengeluarkannya dengan respons mual muntah. Menurut (Alafafsheh & Ahmad, 2018) menyatakan bahwa jika CINV tidak dimanajemen dengan baik, maka mual muntah ini akan dapat menimbulkan komplikasi yang serius bagi pasien kanker, antara lain dapat menyebabkan ketidakseimbangan elektrolit, anoreksia, penurunan berat badan, dehidrasi, dan penurunan kondisi secara umum dari pasien kanker. Bahkan CINV yang parah dan tidak terkontrol bisa menyebabkan pasien kanker menolak untuk melakukan kemoterapi (Alafafsheh & Ahmad, 2018). Berdasarkan pernyataan ini menunjukkan bahwa mual muntah akibat kemoterapi (CINV) merupakan masalah utama terbesar yang dialami oleh pasien kanker.

Manajemen yang baik dalam mengatasi masalah CINV pada pasien kemoterapi dapat melalui pengobatan farmakologis maupun non farmakologis. Manajemen yang diberikan diharapkan dapat memberikan manfaat untuk menurunkan gejala fisik maupun psikologis dari CINV dengan tanpa memberikan efek samping tambahan serta diharapkan terapi tersebut mudah dilakukan serta *cost effectiveness*. Manajemen non farmakologis yang dapat digunakan antara lain dengan *herbal supplement* dan *biopsychobehaviour* (Heru Puji, 2019). Terapi *biopsychobehaviour* salah satunya adalah dengan menggunakan teknik relaksasi otot progresif (*Progressive Muscle Relaxation*).

Beberapa penelitian menyebutkan bahwa Relaksasi Otot Progresif dapat mengurangi keluhan mual muntah karena dapat menstimulasi otak untuk melepaskan serotonin dan endorphin juga dapat merangsang hipotalamus, pituitary dan adrenal axis sehingga dapat mengurangi respons stres dan

meningkatkan perasaan keadaan tubuh yang nyaman (Utami, 2016). Menurut Virgantari (2013), disebutkan bahwa melalui teknik relaksasi akan terjadi harmonisasi atau keselarasan tubuh dan pikiran yang diyakini memfasilitasi penyembuhan fisik dan psikologis (Heru Puji, 2019). Untuk itu dalam pemberian terapi relaksasi otot progresif perlu diperhatikan pelaksanaannya secara tepat agar tercapai tujuan yang maksimal (Utami, 2016). Berdasarkan penelitian terdahulu, ternyata didapatkan bahwa pasien kanker dengan kemoterapi yang mendapat terapi latihan relaksasi otot progresif menunjukkan penurunan level serta durasi dari mual, muntah dan nyeri serta peningkatan status kesehatan dan kualitas hidupnya (Charalambous et al., 2016). Penelitian yang lain menyatakan bahwa terapi latihan relaksasi otot progresif dapat meningkatkan self efficacy dari pasien kanker (Noruzi zamenjani et al., 2019).

Latihan relaksasi otot progresif menjadi salah satu pilihan manajemen non farmakologis untuk mengatasi mual muntah akibat kemoterapi. Alasan peneliti memilih manajemen non farmakologis latihan relaksasi otot progresif karena latihan tersebut bisa dilakukan oleh pasien secara mandiri. Menurut Hikmah (2021) latihan relaksasi otot progresif adalah latihan yang dapat dilakukan secara mandiri sehingga mempermudah seseorang untuk melakukan latihan tanpa perlu bantuan dari orang lain (Hikmah et al., 2021). Latihan ini juga mudah untuk dipelajari, mudah untuk diajarkan serta dapat memberikan banyak keuntungan dalam berbagai macam situasi atau kondisi pasien. Teknik relaksasi otot progresif ini sangat mudah untuk dilakukan. Selain digunakan untuk terapi mengatasi mual dan muntah latihan relaksasi otot progresif ini dapat mengurangi stres, kecemasan, ketegangan otot, nyeri. Latihan ini tidak

memerlukan waktu dan tempat yang khusus dan tidak memerlukan teknologi atau peralatan khusus dan yang paling penting latihan ini akan meningkatkan hubungan perawat dan pasien (Noruzi zamenjani et al., 2019).

Berdasarkan observasi di Rumah Sakit Lavalette tentang penatalaksanaan keluhan mual muntah efek dari kemoterapi hanya diberikan terapi farmakologis berupa anti emetik saja. Manajemen non farmakologis masih belum banyak digunakan sebagai terapi penunjang dari terapi farmakologis yang ada saat ini. Berdasarkan latar belakang di atas, maka hal inilah yang menjadi dasar peneliti untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Keluhan Mual Muntah Pada Pasien Kanker Dengan Kemoterapi di Rumah Sakit Lavalette.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Adakah Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Keluhan Mual Muntah Pada Pasien Kanker Dengan Kemoterapi di Rumah Sakit Lavalette?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Keluhan Mual dan Muntah pada Pasien Kanker dengan Kemoterapi di Rumah Sakit Lavalette.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi mual dan muntah sebelum dan sesudah kemoterapi terhadap kelompok kontrol pada pasien kanker dengan kemoterapi di

Rumah Sakit Lavalette.

2. Mengidentifikasi mual dan muntah sebelum dan sesudah dilakukan latihan relaksasi otot progresif pada kelompok perlakuan pada pasien kanker dengan kemoterapi di Rumah Sakit Lavalette.
3. Menganalisa pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan keluhan Mual dan Muntah pada pasien kanker dengan kemoterapi di Rumah Sakit Lavalette.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan wawasan dalam pengetahuan ilmiah dan menjadi salah satu pedoman *evidence based practice* untuk bidang keperawatan di Indonesia khususnya di bidang onkology terapi yaitu pengetahuan latihan relaksasi otot progresif.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan bahan pustaka bagi pembaca di perpustakaan tentang Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Keluhan Mual Muntah pada Pasien Kanker dengan Kemoterapi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dan referensi untuk mengembangkan penelitian selanjutnya sehubungan dengan Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Keluhan Mual Muntah pada Pasien

Kanker dengan Kemoterapi.

3. Bagi Masyarakat

Dapat mengetahui bahwa adanya Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Keluhan Mual Muntah pada Pasien Kanker dengan Kemoterapi.