

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Penyakit kanker merupakan penyakit yang tidak menular tetapi menjadi beban kesehatan di seluruh dunia (1). Kanker adalah pertumbuhan sel abnormal pada seluruh bagian tubuh tertentu, pertumbuhan sel abnormal tersebut jika tidak segera ditangani secara medis maka sel abnormal akan menyebar ke organ tubuh disekitarnya (2). Kanker dapat menyebar atau metastasis dengan proses yang cepat dan tidak terduga, jika penderita sel kanker sudah mengalami metastasis ke organ sekitar hal tersebut dapat menyebabkan kematian bagi penderita kanker (3). Kanker mempunyai gejala fisik seperti kelelahan, mual, muntah, nyeri, nafsu makan berkurang, perubahan warna kulit, sulit menelan (4). Gejala lain dari kanker sebagai berikut, gangguan tidur (insomnia), depresi, kecemasan, konstipasi, diare (5). Pengobatan kanker ada beberapa pilihan seperti, kemoterapi, radiasi atau penyinaran, pembedahan atau operasi (6). Hal senada disampaikan pula oleh penelitian lain yang mengungkapkan bahwa pasien kanker yang menjalani radioterapi mengalami kualitas tidur yang buruk (7). Dampak buruk masalah tidur yang berlangsung lama mengakibatkan depresi dan kelelahan (8).

Berdasarkan data terbaru kasus kanker dengan angka kematian 22.430 pasien kanker, dengan urutan kematian pasien kanker adalah sebagai berikut kanker paru-paru (13,2%), kanker payudara (9,6%), kanker serviks (9,0%), kemudian prevalensi kasus kanker yang baru terdiagnosa urutan ke 3 teratas secara global yaitu kanker payudara, kanker serviks, kanker paru-paru (9). Demikian pula kasus kanker pada

tingkat provinsi salah satunya Jawa Timur kasus kanker sebanyak 86.000 pasien kanker (10). Prevalensi kasus kanker urutan 2 teratas pada penelitian ini yaitu kanker payudara (48%), kanker ovarium (19%). Penatalaksanaan yang digunakan pasien kanker pada penelitian ini sebagai berikut kemoterapi sebanyak (86%) dan radioterapi sebanyak (14%). Hasil penelitian lain menunjukkan (84,4%) pasien kanker mengalami kualitas tidur buruk setelah menjalani radioterapi (7). Begitu pun pasien kanker yang menjalani kemoterapi sebanyak (93,3%) mengalami kualitas tidur buruk (11). Hal ini didukung oleh penelitian ini bahwa pasien kanker yang menjalani kemoterapi mengalami kualitas tidur buruk dengan keluhan yang sering muncul yaitu disfungsi siang hari, efisiensi tidur, dan latensi tidur.

Sel kanker merupakan pertumbuhan sel abnormal yang tidak semestinya tumbuh (12). Pertumbuhan sel kanker abnormal disebabkan oleh virus, bakteri, zat kimia, faktor genetik, dan gangguan hormonal (13). Apabila pertumbuhan sel kanker abnormal ini tidak segera ditangani maka akan menyebar ke jaringan sekitar berlangsung cepat. Hal ini karena ketidakstabilan genetik yang menyebabkan perubahan mutagenik dan epigenik yang cepat, dimana sel abnormal akan berkembang dan membelah terus menerus kemudian menyebar ke jaringan lainnya. Sehingga pasien kanker perlu mendapatkan terapi pengobatan untuk penyembuhannya. Terapi pengobatan yang dianjurkan yaitu, kemoterapi dan radioterapi (14). Terapi pengobatan sendiri mempunyai efek samping berupa kelelahan, kerontokan rambut, perubahan warna kulit, gangguan sistem pencernaan, gangguan nafsu makan, infeksi, leukopenia, dan trombositopenia (15). Penelitian sebelumnya mengatakan pasien kanker yang menjalani terapi pengobatan seperti kemoterapi, radioterapi, pembedahan, dan terapi herbal

mayoritas dapat mengalami nyeri dan depresi yang memicu timbulnya ketidaknyamanan fisik sehingga mengalami gangguan tidur (16). Kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan hipotalamus tidak dapat menyekresi hipokreatin. Hal ini mempengaruhi kerja *Reticular Activating System* (RAS) dan menghambat pelepasan serotonin di area *Bulbar Synchronizing Region* (BSR) sehingga terjadi menghambat pelepasan hormon melatonin yang mengakibatkan mengalami gangguan tidur (17). Kualitas tidur yang buruk akan mempengaruhi kesehatan secara fisik, mental maupun psikologis, apabila mengalami gangguan tidur mengakibatkan tekanan darah tinggi, obesitas, depresi, sistem kekebalan tubuh menurun, gangguan memori, mudah marah, dan kesulitan dalam berkonsentrasi (18).

Penatalaksanaan non-farmakologi untuk mengatasi kualitas tidur dapat menggunakan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT), SEFT merupakan salah satu bagian komplementer dari *human mind control system*, yaitu kemampuan mengontrol pikiran manusia untuk mengendalikan pikiran alam bawah sadar sehingga mampu mengubah kebiasaan, penerimaan rasa tidak nyaman, dan gangguan tidur (19). Terapi SEFT merupakan pengembangan dari terapi *Emotional Freedom Tehcnique* (EFT). Terapi ini salah satu terapi komplementer yang menggabungkan antara *spiritual* dengan energi psikologis seseorang (20). Manfaat SEFT dapat mengatasi masalah *emosional* seperti, trauma, depresi, fobia, stres, sulit tidur, bosan, malas, gugup, cemas, emosi, dan tidak percaya diri. SEFT juga dapat mengatasi masalah fisik seperti, sakit kepala yang berkepanjangan, nyeri punggung, alergi, asma, dan mudah letih (20).

Keunggulan terapi SEFT yaitu dapat mengatasi dengan dua hal yaitu secara spiritual dan secara fisik. Pada penelitian sebelumnya terapi komplementer yang sering digunakan seperti aromaterapi, terapi musik, terapi akupresur untuk mengatasi kualitas tidur pada pasien kanker, sedangkan terapi SEFT untuk mengatasi kualitas tidur pada pasien kanker belum pernah digunakan. Terapi SEFT yang diberikan kepada lansia yang memiliki kualitas tidur buruk sampai ringan berhasil untuk diperbaiki menjadi kualitas tidur pada tingkatan ringan dan sedang, dan tidak ada seorang pun yang mengalami kualitas tidur buruk setelah diberikan terapi SEFT (21). Penelitian lain menyebutkan bahwa pasien hipertensi yang diberikan terapi SEFT selama 7 hari dapat memperbaiki kualitas tidur dari mayoritas yang memiliki kualitas tidur kurang baik menjadi lebih meningkat ke tingkat kualitas tidur yang sedikit membaik (22). SEFT dapat mengatasi stres pada pasien kanker serviks (23). SEFT juga bisa mengatasi nyeri pasien kanker serviks stadium III B (24). Terapi SEFT dibagi menjadi beberapa tahapan yaitu, *the set-up*, *the tune-in*, *the thapping*, dalam terapi ini dilakukan pada titik-titik meridian seperti terapi akupuntur, namun pada terapi ini menggunakan ketukan tangan. Pada bagian *thapping* ini merangsang hipofisis dan hipotalamus untuk menghasilkan *releasing factor* yang akan melepaskan neurotransmitter seperti endofrin, norepinefrin, enkefalin, serotonin, dan kortisol. Hormon tersebut akan dilepaskan ke otak dan menimbulkan rangsangan pada korpus amigdala dan akan mempengaruhi reaksi emosi, sehingga pasien merasa nyaman dan rileks, maka kualitas tidur yang buruk dapat diatasi dengan terapi SEFT (20).

Berdasarkan paparan di atas bahwa terapi SEFT sudah banyak dilakukan untuk memperbaiki kualitas tidur pada pasien penyakit kronis maupun pada lansia

dan belum ada penelitian yang melakukan terapi SEFT untuk memperbaiki kualitas tidur pada pasien kanker. Sehingga pada penelitian ini peneliti ingin meneliti mengenai pengaruh terapi *spiritual emotional freedom technique* terhadap kualitas tidur pada pasien kanker.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap kualitas tidur pada pasien kanker?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap kualitas tidur pada pasien kanker.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi kualitas tidur pasien kanker sebelum diberikan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).

1.3.2.2 Mengidentifikasi kualitas tidur pasien kanker sesudah diberikan terapi (*Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap kualitas tidur pada pasien kanker.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat membantu memberikan kontribusi bagi perkembangan keperawatan paliatif, terutama dalam hal terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap kualitas tidur pada pasien kanker.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi pasien kanker

Penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam memperbaiki kualitas tidur bagi pasien kanker yang mengalami kualitas tidur buruk dengan melakukan terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT).

1.4.2.2 Bagi masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi masyarakat terutama dalam hal terapi SEFT yang dapat meningkatkan kualitas tidur dalam pengembangan terapi non-farmakologi bagi pasien kanker yang mengalami kualitas tidur kurang baik.

1.4.2.3 Bagi perawat paliatif

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan dan pembaruan dalam mengatasi kesulitan tidur pasien kanker menggunakan terapi komplementer non-invasif.