

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit kanker merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menyebabkan angka kematian yang tinggi. Kanker merupakan sel baru yang ganas yang pertumbuhannya tidak dapat dikendalikan (Ariani, 2015). Penyakit kanker menjadi hal yang menakutkan bagi pasien yang menderitanya, karena pasien yang terdiagnosa kanker pasti akan mengalami stres baik secara psikologis maupun fisik (Kristanto & Kahija, 2017). Stres yang dialami pasca terdiagnosa kanker disebabkan karena dampak kanker yang dapat menyebabkan kematian (Kristanto & Kahija, 2017). Disamping itu pasien kanker harus menjalani beberapa pengobatan yaitu radioterapi, kemoterapi, dan pembedahan (Sari, Dewi & Utami, 2012). Berbagai pengobatan tersebut dapat menimbulkan efek samping seperti mual, muntah, diare, penurunan nafsu makan, gangguan menelan, dan gangguan absorpsi (Sari, Dewi & Utami, 2012). Dampak dari efek samping pengobatan kanker dapat mengakibatkan gangguan psikologis, seperti cemas, stres, hingga frustrasi dan putus asa (Sari, Dewi & Utami, 2012). Dampak stres yang dialami oleh pasien kanker diantaranya yaitu terjadi penurunan sistem imun baik alami maupun adaptif yang dapat berpengaruh pada proses pengobatan pada pasien kanker (Donsu, 2017).

Menurut *International Agency for Reserch on Cancer* (IARC) tahun 2018, menyatakan bahwa angka kejadian penyakit kanker di Indonesia yaitu mencapai 348.809 kasus baru kanker dan kasus kematian akibat kanker mencapai 207.210. Angka kejadian kanker tertinggi yaitu pada perempuan dengan kanker payudara

mencapai 42,1% dengan angka kematian 17%, kemudian diikuti dengan kanker leher rahim mencapai 23,4% dengan angka kematian 13,9/100.000 penduduk (*International Agency for Reserch on Cancer, 2018*). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) prevalensi kanker di Jawa Timur tahun 2013 mencapai 1,4 per 1.000 penduduk sedangkan prevalensi kanker di Jawa Timur pada tahun 2018 mencapai 2,5 per 1.000 penduduk. Hal ini mengartikan bahwa terjadi peningkatan angka kejadian kanker di Jawa Timur sebesar 1,1 per 1.000 penduduk dari tahun 2013 sampai tahun 2018. Hasil penelitian Bintang, Ibrahim & Amaliyawati (2012) menunjukkan bahwa 10% pasien kanker mengalami stres sedang dan 2,86% mengalami stres berat. Stres dapat dialami oleh pasien kanker yaitu stadium 2, 3, dan 4 (Putri, Hamid, & Prisilla, 2017). Berdasarkan hasil dari survei awal yang telah dilakukan peneliti di Puskesmas Rangkah Surabaya dan Puskesmas Kenjeran Surabaya terdapat 53 pasien dengan diagnosa kanker. Berdasarkan hasil survey melalui wawancara dengan pasien kanker di Puskesmas Rangkah Surabaya dan Puskesmas Kenjeran Surabaya terdapat 9 dari 10 pasien kanker 1 diantaranya yaitu tidak ada keluhan dan 9 diantaranya yaitu menyatakan bahwa selama 4 minggu terakhir mengalami sulit tidur, mudah lelah, pusing, dan gelisah.

Penyebab kanker belum diketahui secara pasti, namun menurut Nugroho (2009) faktor resiko yang dapat memicu kanker adalah virus, bakteri, zat kimia (karsinogen), paparan sinar ultraviolet, faktor genetik, dan gangguan keseimbangan hormonal. Kanker adalah penyakit yang disebabkan karena ketidakaturan perjalanan hormon yang mengakibatkan tumbuhnya daging yang tidak diharapkan pada jaringan tubuh yang normal yang dapat mengganggu fungsi

organ tubuh yang lain (Savitri, 2015). Pencegahan metastasis pada pasien kanker yaitu dilakukan dengan berbagai tindakan, salah satunya adalah kemoterapi. Kemoterapi adalah terapi yang menggunakan zat kimia untuk menghancurkan struktur sel kanker (Ariani, 2015). Pemberian obat kemoterapi yaitu pemberian obat-obatan yang mengandung sitotoksik yang dapat menyebabkan rasa nyeri, mual muntah, rambut rontok, stomatitis, perubahan pola defekasi, pneumonitis, disritmia, neurotropenia, trombositopenia, dan anemia (Baradero, Dayrit & Siswadi, 2008). Selain masalah fisik yang dirasakan, pasien kanker juga mengalami masalah non fisik yaitu masalah psikologis (Bintang, Ibrahim & Amaliyawati, 2012). Gejala dari masalah psikologis yang dirasakan pasien kanker yaitu berduka, sedih, syok, putus asa, stres, cemas, takut mati, harga diri rendah, penurunan persepsi diri (Nuraeni, Nurhidayah, Hidayati, Sari & Mirwanti, 2015).

Stres adalah suatu gangguan pada tubuh dan pikiran seseorang yang disebabkan oleh perubahan hidup seseorang (Donsu, 2017). Secara fisik aktivitas sistem endokrin meningkat pada saat stres, melalui pengaktifan aksis-HPA (*Hypothalamic pituitary adrenal cortical axis*) yang menimbulkan gangguan sistem endokrin atau neuropeptida. Hal tersebut memengaruhi sistem saraf yang mensekresi kelenjar-kelenjar secara langsung ke dalam aliran tubuh. Hormon yang disekresi antara lain yaitu *Corticotropin releasing hormone* yang dapat menstimulus kelenjar pituitari, dan kelenjar adrenalin yang mensekresi hormon kortisol yang dapat menimbulkan stres (Candra, Harini & Sumirta, 2017). Beberapa tanda gejala stres yaitu sedih, gelisah, sulit konsentrasi, sulit tidur, otot-otot tubuh terasa tegang, badan terasa lemas, letih, tidak berdaya, dan kesulitan dalam beraktifitas (Bintang, Ibrahim & Amaliyawati, 2012). Dampak stres yang

dialami oleh pasien kanker diantaranya yaitu terjadi penurunan sistem imun yang diakibatkan oleh peningkatan sekresi glukokortikoid oleh kelenjar adrenal yang dapat mengakibatkan kekambuhan pasien kanker (Tambayong, 2009).

Tindakan untuk menurunkan tingkat stres yaitu dengan kegiatan spiritual yang salah satunya adalah berdzikir. *Dzikir* adalah suatu upaya mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan cara mengingat-Nya (Yusuf, 2017). *Dzikir* dapat berfungsi sebagai metode psikoterapi, karena dengan banyak melakukan *dzikir* dapat membuat hati menjadi tenang, damai (Anggraini & Subandi, 2014). Berdzikir bukan hanya sekedar bacaan atau kalimat yang dilafadzkan tanpa makna, *dzikir* memiliki sangat banyak manfaatnya diantaranya yaitu memohon kepada Allah SWT agar rasa nyeri dapat berkurang serta dapat mengurangi rasa cemas, takut, dan membuat hati tenang (Zainul, 2015).

Dzikir dapat membuat tubuh mengalami keadaan rileks, perasaan tenang dan damai. Keadaan ini dapat merangsang otak yang menstimulasi aktivitas hipotalamus sehingga memengaruhi pengeluaran *hormone corticotropin-releasing factor* (CRF), dan mengakibatkan kelenjar anterior pituitary menghambat untuk mengeluarkan *adrenocorticotrophic hormone* (ACTH) sehingga memengaruhi produksi *hormone kortisol*, *adrenalin*, dan *noradrenalin*. Hal ini dapat menghambat pengeluaran hormon tiroksin oleh kelenjar tiroid, sehingga dapat memengaruhi saraf parasimpatis yang dapat menurunkan tekanan darah dan detak jantung, ketegangan otot tubuh menurun. Hal tersebut dapat menimbulkan keadaan rileks, tenang, dan juga meningkatkan kemampuan konsentrasi tubuh (Safaria, 2012).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Anggraini & Subandi (2014) mengatakan bahwa relaksasi *dzikir* digunakan untuk mengurangi stres secara fisik, emosi, kognitif, dan perilaku yang mengakibatkan tekanan darah dapat menurun pada penderita hipertensi esensial. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sutioningsih, Suniawati & Hamsamkeda (2019) menyatakan bahwa *dzikir* memberikan pengaruh signifikan dalam penurunan stres pada lansia. Berdasarkan beberapa paparan jurnal diatas belum ada penelitian tentang pengaruh terapi *dzikir* terhadap tingkat stres pada pasien kanker.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh terapi *dzikir* terhadap tingkat stres pada pasien kanker?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Membuktikan pengaruh terapi *dzikir* terhadap tingkat stres pada pasien kanker.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi tingkat stres pada pasien kanker sebelum dilakukan terapi *dzikir*.

1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat stres pada pasien kanker setelah dilakukan terapi *dzikir*.

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh terapi *dzikir* terhadap tingkat stres pada pasien kanker.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk mengembangkan ilmu keperawatan paliatif terutama dalam hal pengaruh terapi *dzikir* terhadap tingkat stres pada pasien kanker.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi pasien kanker

Diharapkan pasien kanker yang melakukan terapi *dzikir* memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tingkat stres dan memperoleh ketenangan jiwa, serta dapat menangkal berbagai macam penyakit.

1.4.2.2 Bagi perawat

Diharapkan perawat dapat menjadikan terapi *dzikir* sebagai solusi pengobatan non farmakologi penurunan tingkat stres pada pasien kanker.

1.4.2.3 Bagi keluarga

Diharapkan keluarga dapat mengaplikasikan terapi *dzikir* dalam kehidupan sehari-hari untuk menurunkan tingkat stres pada pasien.