

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kanker adalah penyakit akibat pertumbuhan sel yang berubah menjadi ganas dan berkembang secara tidak normal. Sel kanker membelah dengan sangat cepat, tidak terkendali, dan tidak lagi mengikuti fungsi tubuh yang semestinya. Pertumbuhan yang agresif ini dapat menekan, merusak, dan mengganggu kerja jaringan tubuh yang sehat. Di Indonesia, kanker menjadi penyebab kematian ketiga dan jumlah penderitanya terus meningkat karena penyakit ini sering sulit disembuhkan (Purwanti, Ma'rifah, & Maryati, 2020). Secara global, kanker juga masih menjadi masalah kesehatan serius yang mengancam banyak jiwa.

Menurut laporan *World Health Organization (WHO)*, jumlah penderita kanker di seluruh dunia pada tahun 2020 mencapai 19,3 juta kasus, dengan angka kematian sekitar 10 juta jiwa (WHO, 2022). Data *Global Burden of Cancer Study* (Globocan) menunjukkan bahwa kasus kanker terbanyak terjadi di Asia dengan 8.751.000 kasus, disusul Eropa 4.230.000 kasus, Amerika 3.792.000 kasus, dan kawasan Oceania 252.000 kasus (Infodatin Kanker, 2019). Kondisi ini menjadikan kanker sebagai salah satu hambatan terbesar dalam upaya meningkatkan angka harapan hidup penduduk dunia (Susi Putri Dewi, 2019). Peningkatan jumlah kasus kanker, baik secara global maupun nasional, menimbulkan tantangan besar tidak hanya dalam hal pengobatan, tetapi juga dalam menjaga kualitas hidup pasien.

Salah satu terapi yang paling umum digunakan adalah kemoterapi, yaitu pengobatan yang bertujuan membunuh atau menghambat pertumbuhan sel kanker. Kemoterapi bekerja dengan mengganggu fungsi dan proses reproduksi sel tumor, dan dapat diberikan untuk tujuan kuratif, pengendalian penyakit, maupun paliatif untuk mengurangi gejala (Wahyuningsih et al., 2020).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien yang menjalani kemoterapi mengalami lebih dari satu efek samping selama terapi berlangsung. Penelitian Pearce et al. (2017) melaporkan bahwa sekitar 86% pasien mengalami setidaknya satu efek samping selama menjalani kemoterapi, dengan keluhan yang paling banyak dilaporkan berupa kelelahan (85%), diare (74%), dan konstipasi (74%). Selain itu kemoterapi juga dapat menyebabkan efek samping serius. Ingrand et al. (2020) melaporkan bahwa 44,5% pasien mengalami efek samping serius, termasuk penurunan fungsi organ, infeksi berat, dan gangguan hematologi.

Berbagai masalah sering terjadi pada pasien yang menjalani kemoterapi, salah satunya adalah masalah pada kualitas tidur. Gangguan kualitas tidur merupakan salah satu masalah yang sering dialami oleh pasien kanker yang sedang menjalani kemoterapi. Kualitas tidur menggambarkan sejauh mana seseorang dapat tidur dengan nyenyak sehingga tubuh merasa segar dan bugar ketika terbangun. Apabila kualitas tidur rendah, maka kondisi fisik dan kualitas hidup individu dapat menurun. Setiap orang memiliki kebutuhan waktu tidur yang berbeda-beda, bergantung pada aktivitas, tuntutan kehidupan, serta pekerjaan sehari-hari (Afrianto, 2018).

Bagi pasien kanker, kualitas tidur yang baik sangat penting untuk menjaga daya tahan tubuh. Tidur NREM berperan dalam merangsang produksi hormon pertumbuhan (*growth hormone*) yang membantu memperbaiki jaringan tubuh. Sementara itu, tidur REM diperlukan untuk menjaga fungsi jaringan otak dan mendukung pemulihan kognitif. Jika terjadi gangguan tidur, proses penyembuhan kanker dapat terhambat karena sistem kekebalan tubuh tidak bekerja optimal dalam memperbaiki sel-sel tubuh (Pratiwi, 2017). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa gangguan tidur merupakan efek yang cukup sering dialami pasien kemoterapi. Sebanyak 85% dari 73 pasien yang diteliti mengalami sensasi terbakar setelah kemoterapi yang mengganggu tidur mereka. Selain itu, 67% dari 252 pasien yang akan menjalani kemoterapi dilaporkan memiliki kualitas tidur yang buruk akibat kecemasan psikologis (Alifiyanti et al., 2019).

Kualitas tidur yang buruk pada pasien kemoterapi dapat memperberat kelelahan, menurunkan fungsi imun, serta melemahkan kemampuan tubuh dalam merespons efek samping terapi. Gangguan ini juga berdampak pada aspek psikologis, seperti meningkatnya kecemasan, perubahan mood, dan penurunan konsentrasi, yang selanjutnya dapat memengaruhi partisipasi pasien dalam proses pengobatan. Secara keseluruhan, rendahnya kualitas tidur berkontribusi terhadap penurunan kualitas hidup dan menghambat adaptasi pasien terhadap terapi yang dijalani (Alifiyanti et al., 2019; Lestari et al., 2020; Mariani, 2019; Simanullang & Manullang, 2022; Fadilah, 2022). Temuan ini menunjukkan bahwa gangguan kualitas tidur pada pasien kanker bukan hanya disebabkan oleh efek fisik dari kemoterapi, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor efek samping obat dan kecemasan.

Efek dari kemoterapi dapat mengakibatkan gangguan fisik dan psikologis. Gangguan fisik yang timbul antara lain rasa mual, muntah, perubahan rasa kecap, rambut rontok, mukositis, dermatitis, kelelahan, kulit menjadi kering dan kaku, dan kulit akan menjadi hitam, tidak hanya ini nafsu makan pun akan menurun, dan timbul rasa ngilu pada tulang. Sedangkan efek psikologisnya adalah merasa tidak nyaman, cemas bahkan terkadang takut saat menjalani kemoterapi tersebut (Rowawi, 2017).

Kecemasan merupakan salah satu respon psikologis yang sering muncul pada pasien yang menjalani kemoterapi. Kondisi ini muncul karena pasien harus menghadapi prosedur medis yang kompleks dan berlangsung dalam jangka waktu lama, serta dilakukan secara berulang baik kemoterapi, radiasi, pembedahan, maupun terapi hormon (Satria, 2020). Rasa cemas yang berlebihan dapat berdampak negatif terhadap proses penyembuhan dan efektivitas perawatan kemoterapi (Fadilah, 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecemasan merupakan masalah umum pada pasien kanker, terutama pada mereka yang berada pada tahap penyakit lanjut dan menjalani perawatan paliatif. Studi sebelumnya melaporkan bahwa sekitar 20%

hingga 50% pasien kanker stadium lanjut mengalami kecemasan selama menjalani perawatan (Buzgova, Jarosova, & Hajnova, 2015; Pidgeon et al., 2016; Zweers et al., 2018). Kecemasan pada pasien dapat muncul dalam bentuk rasa tidak nyaman, ketakutan, kecemasan yang berkepanjangan, hingga depresi atau putus asa (Simanullang & Manullang, 2022). Kondisi ini memicu peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis, yang kemudian berdampak pada gangguan tidur, seperti kesulitan memulai tidur, mimpi buruk, maupun perubahan pola tidur secara keseluruhan.

Tingkat kecemasan pasien dan beban psikologis memiliki hubungan yang signifikan dengan gangguan kualitas tidur pada pasien yang sedang menjalani kemoterapi. Menurut Zainol Ahsan (2022) di RSUD dr. Saiful Anwar Malang merupakan salah satu rumah sakit daerah yang mampu memberikan pengobatan kemoterapi bagi penderita kanker. Hasil temuan menunjukkan bahwa pasien yang akan melakukan kemoterapi mengatakan sulit tidur dan cemas. Rata-rata pasien baru yang akan menjalani kemoterapi mengatakan takut dan khawatir mengenai efek kemoterapi yang akan dialaminya.

Berdasarkan penelitian Wardani & Damayanti (2018), tujuh dari sepuluh pasien mengatakan mengalami kecemasan karena merasa takut dengan penyakit yang sedang diderita saat ini dan tiga diantaranya mengaku mengalami gangguan tidur karena cemas memikirkan penyakitnya dan daerah sekitar mata terlihat kehitaman serta sering menguap, terdapat lebih dari setengah responden (52,1%) mengalami tingkat kecemasan sedang dan terdapat lebih dari setengah responden (64,6%) mengalami kualitas tidur yang buruk. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kecemasan, efek kemoterapi, dan kualitas tidur pasien secara simultan

Berdasarkan data di RS Bhayangkara Tk I Puskokkes Polri, selama periode Januari hingga Oktober 2025 tercatat sebanyak 1.958 kunjungan pasien yang menjalani kemoterapi. Dari jumlah tersebut, keluhan terkait gangguan tidur juga cukup dominan, di mana sekitar 60% pasien menyatakan mengalami kesulitan memulai tidur, sering terbangun di malam hari, atau durasi tidur kurang dari enam jam.

Perhitungan ini diperoleh dari estimasi awal berdasarkan penelaahan rekam medis elektronik. Diperkirakan sekitar 70% pasien mengalami kecemasan menjelang pelaksanaan kemoterapi. Selain itu, sekitar 80% pasien melaporkan munculnya efek samping kemoterapi, seperti kelelahan, mual, dan nyeri.

Penelitian ini dilakukan di Ruang Nangoy RS Bhayangkara Tk I Puskor Polri karena rumah sakit ini merupakan salah satu pusat rujukan kemoterapi. Namun, hingga saat ini belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara tingkat kecemasan, efek samping kemoterapi, dan kualitas tidur pada pasien yang menjalani kemoterapi di rumah sakit tersebut. Secara ilmiah, penelitian ini penting karena kecemasan dan gangguan tidur dapat memengaruhi efektivitas kemoterapi, memperlambat proses penyembuhan, serta menurunkan kualitas hidup pasien. Dengan memahami hubungan antara tingkat kecemasan dan efek samping kemoterapi terhadap kualitas tidur, tenaga kesehatan khususnya perawat dapat memberikan intervensi yang lebih komprehensif. Upaya ini tidak hanya menitikberatkan pada perawatan fisik, tetapi juga pada dukungan psikologis yang diperlukan pasien selama menjalani terapi kanker.

Hasil penelitian Lestari et al. (2020) menyatakan bahwa perawat memiliki peran penting dalam pemberian asuhan keperawatan secara menyeluruh kepada pasien yang menjalani kemoterapi, mencakup pengkajian aspek fisik dan psikologis. Salah satu kondisi yang sering dialami pasien kemoterapi adalah kecemasan berlebih terkait penyakit yang dideritanya. Tingkat kecemasan yang tinggi tersebut dapat berdampak langsung pada penurunan kualitas tidur pasien. Oleh karena itu, tenaga kesehatan perlu mempertimbangkan aspek psikologis dan fisik pasien secara menyeluruh, termasuk potensi munculnya kecemasan dan gangguan tidur selama terapi. Perawat sebagai care provider memiliki peran sentral dalam membantu pasien menghadapi efek samping kemoterapi. Upaya yang dapat dilakukan antara lain memberikan intervensi distraksi, teknik relaksasi, serta membantu pasien mengatur pola tidur yang sehat, baik dari segi kualitas maupun durasinya (Mariani, 2019). Pendekatan ini bertujuan untuk mengurangi ketidaknyamanan pasien,

meningkatkan rasa tenang, serta mendukung proses pemulihan secara optimal. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan onkologi, khususnya dalam merumuskan intervensi keperawatan yang berfokus pada penanganan efek samping kemoterapi, peningkatan kualitas tidur, dan penurunan kecemasan pada pasien kanker. Temuan penelitian juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi perawat dalam memberikan pelayanan yang lebih komprehensif dan holistik kepada pasien.

Berdasarkan uraian data diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **"Hubungan Efek Samping Kemoterapi Dan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi Di Ruang Nangoy Rs Bhayangkara Tk. I Puskor Polri"**

1.2 Rumusan Masalah

Pasien kanker yang menjalani kemoterapi sering mengalami berbagai efek samping fisik seperti mual, muntah, rambut rontok, kelelahan, perubahan kulit, penurunan nafsu makan, dan nyeri tulang. Selain itu, muncul pula dampak psikologis berupa kecemasan dan ketakutan. Kecemasan yang berlebihan dapat mengganggu proses penyembuhan karena memicu peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis yang berujung pada gangguan pola dan kualitas tidur. Gangguan tidur yang berlangsung terus-menerus dapat menurunkan kualitas hidup dan memperburuk kondisi fisik maupun psikologis pasien. Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara efek samping kemoterapi, tingkat kecemasan, dan kualitas tidur. Wardani dan Damayanti (2018) melaporkan bahwa lebih dari setengah responden mengalami kecemasan tingkat sedang (52,1%) dan kualitas tidur yang buruk (64,6%), yang mengindikasikan keterkaitan ketiga variabel tersebut.

Hasil studi pendahuluan di Ruang Nangoy RS Bhayangkara Tk. I Puskor Polri juga menunjukkan tingginya angka kecemasan (70%), efek samping kemoterapi (80%), dan gangguan tidur (60%) pada pasien. Namun, hubungan antara efek samping kemoterapi dan tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur di ruang tersebut belum diketahui secara pasti. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengkaji

keterkaitan ketiga variabel tersebut guna mendukung pengembangan asuhan keperawatan yang lebih holistik. Selain itu, belum diketahui secara pasti apakah terdapat hubungan efek samping kemoterapi dan tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur pada pasien yang menjalani kemoterapi di Ruang Nangoy RS Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan efek samping kemoterapi dan tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur pada pasien yang menjalani kemoterapi di Ruang Nangoy Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri.

1.3.2 Tujuan Khusus

Berikut tujuan khusus pada penelitian ini yaitu:

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan dan siklus kemoterapi pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Ruang Nangoy RS Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri.
- 1.3.2.2 Menilai gambaran kualitas tidur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Ruang Nangoy RS Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri
- 1.3.2.3 Mengidentifikasi gambaran efek samping kemoterapi yang dialami pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Ruang Nangoy RS Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri.
- 1.3.2.4 Mengidentifikasi gambaran tingkat kecemasan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Ruang Nangoy RS Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri.
- 1.3.2.5 Menganalisis hubungan antara efek samping kemoterapi dan kualitas tidur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Ruang Nangoy RS Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri.
- 1.3.2.6 Menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Ruang Nangoy RS Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam memahami hubungan antara faktor fisiologis (efek samping kemoterapi) dan faktor psikologis (tingkat kecemasan) terhadap kualitas tidur pasien kanker. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi peneliti untuk mengembangkan penelitian lanjutan di bidang keperawatan onkologi.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Kesehatan (Rumah Sakit)

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi pihak rumah sakit dalam penatalaksanaan dan memberikan asuhan keperawatan yang lebih komprehensif pada pasien kemoterapi, khususnya dalam mengelola kecemasan dan gangguan tidur. Rumah sakit dapat menggunakan hasil penelitian ini untuk menyusun protokol pendampingan psikologis dan program edukasi pasien selama terapi.

1.4.3 Mafaat Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi perawat dalam mengembangkan intervensi keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing*) untuk menurunkan kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur pasien yang menjalani kemoterapi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat memperkaya kompetensi perawat dalam pendekatan holistik pada pasien kanker.

1.4.4 Manfaat Bagi Institusi Universitas MH Thamrin

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi institusi pendidikan, khususnya program studi keperawatan, sebagai bahan ajar dan referensi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan onkologi dan keperawatan jiwa.

1.4.5 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dan acuan bagi penelitian berikutnya yang ingin mengkaji lebih dalam faktor-faktor lain yang memengaruhi kualitas tidur pasien kanker, seperti depresi, dukungan sosial, atau strategi koping terhadap penyakit.