

HUBUNGAN STATUS PSIKOLOGIS DENGAN KEMAMPUAN PERAWATAN DIRI PADA PASIEN KANKER PAYUDARA PASCA KEMOTERAPI

Ni Made Ayu Prabadita Pramesti*¹, Ni Ketut Guru Prapti¹, Putu Oka Yuli Nurhesti¹,
Nyoman Agus Jagat Raya¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

*korespondensi penulis, e-mail: prabaditapramesti@gmail.com

ABSTRAK

Kanker payudara menjadi salah satu penyebab utama kematian akibat kanker pada populasi wanita di dunia. Kemoterapi menjadi salah satu pengobatan yang dapat dilakukan dimana memiliki efek samping, salah satunya pada psikologis, yang dapat berpengaruh terhadap kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan status psikologis dengan kemampuan perawatan diri pasien kanker payudara pasca kemoterapi. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif yaitu deskriptif korelatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Penelitian ini melibatkan 30 pasien kanker payudara menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner status psikologis (DASS-21) dan kuesioner perawatan diri (Indeks Barthel). Hasil penelitian yang didapatkan melalui uji Spearman Rank menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status psikologis dengan kemampuan perawatan diri pasien kanker payudara pasca kemoterapi $p = 0,007$, $r = -0,479$. Status psikologis berhubungan dengan kemampuan perawatan diri. Semakin rendah skor status psikologis, maka kemampuan perawatan diri semakin meningkat. Diharapkan keluarga tetap memberikan dukungan maupun bantuan dalam pengobatan pasien agar psikologis pasien tetap membaik dan kualitas hidupnya lebih baik.

Kata kunci: kanker payudara, pasca kemoterapi, perawatan diri, status psikologis

ABSTRACT

Breast cancer is one of the leading causes of cancer deaths in the female population in the world. Chemotherapy becomes one of the treatments that can be performed which has a psychological side effect, which can affect the ability to self-care and the quality of life of the patient. This study aims to determine the connection between psychological status and self-care ability of breast cancer patients after chemotherapy. This type of research is quantitative, descriptive-correlative with cross-sectional research design. These studies get 30 breast cancer patients using the purposive sampling technique in accordance with the inclusion and exclusion criteria. Data collection used a psychological status questionnaire (DASS-21) and a self-care questionnaire (Barthel Index). The results obtained through the Spearman rank test show that there was a connection between psychological status and self-care skills of breast cancer patients after chemotherapy with $p = 0,007$, $r = -0,479$. Psychological status affects a person's ability to care for themselves. This can be seen from the lower the psychological status score, the higher the ability to care for themselves. In conclusion, it is hoped that the family will continue to provide support and assistance in treating patients so that the patient's psychology and quality of life will improve.

Keywords: breast cancer, post-chemotherapy, psychological status, self-care

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan salah satu dari beberapa bentuk kanker yang amat beresiko mengancam kesehatan perempuan di seluruh dunia (Mariani & Margiana, 2023). Kanker jenis ini juga dikenal sebagai *Carcinoma Mammæ*, jenis kanker ini adalah tumor ganas yang berkembang pada jaringan payudara, meliputi kelenjar susu, saluran kelenjar, dan jaringan pendukung di sekitar payudara (Iqmy et al., 2021). Di Indonesia, kanker payudara adalah jenis kanker yang paling umum terjadi pada wanita dan menempati posisi teratas dalam statistik kanker (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, prevalensi kanker payudara mencapai 2.261.419 kasus dan memiliki angka kematian sebesar 17% atau sekitar 22 ribu jiwa. Di Indonesia jumlah kasus baru kanker payudara mencapai 68.858 kasus (16.6%) dari total 396.914 kasus baru kanker di Indonesia.

Menurut data Surveilans Terpadu Penyakit di Provinsi Bali, pada tahun 2015, Kota Denpasar mencatatkan jumlah kasus tertinggi kanker payudara, yaitu sebesar 65% atau 248 kasus, dengan tingkat kematian mencapai 15% (Dinkes Provinsi Bali, 2017). Mengingat tingginya insiden kanker payudara di wilayah tersebut, diperlukan intervensi medis yang efektif untuk mengatasi masalah ini.

Salah satu pendekatan terapi yang umum diterapkan dalam pengelolaan kanker payudara adalah kemoterapi (Arisanti et al., 2020). Kemoterapi adalah prosedur pengobatan dengan pemberian obat antikanker yang dapat diberikan secara intravena atau melalui oral (mulut), dengan tujuan menghentikan atau menghambat pertumbuhan sel kanker dalam tubuh (*American Cancer Society*, 2021). Pengobatan kemoterapi bisa memberikan efek samping pada aspek fisik (Lestari et al., 2020). Beberapa efek samping pemberian kemoterapi seperti rambut rontok, mual dan muntah, penurunan nafsu makan, mulut kering, dan kelemahan fisik seperti susah menggerakkan ekstremitas.

Selain menimbulkan efek samping dari aspek fisik, kemoterapi juga menimbulkan efek samping dari aspek psikologis seperti kecemasan, depresi dan stress (*American Cancer Society*, 2021). Kecemasan, depresi, dan stres dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti usia, pendidikan, riwayat kemoterapi, stadium kanker, kelelahan, lamanya pengobatan, adanya rasa takut terhadap pengobatan, takut akan kematian.

Hasil penelitian mendapatkan bahwa terdapat 31,7% pasien kanker payudara mengalami kecemasan dan 22% mengalami depresi (Hassan et al., 2015). Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Estria dan Suparti (2018) di Indonesia mendapatkan bahwa terdapat 63% pasien kanker payudara mengalami kecemasan dan 41% mengalami depresi. Dari data tersebut menunjukkan bahwa pasien kanker payudara yang mengalami masalah psikologis masih cukup tinggi dan dapat berpengaruh terhadap perawatan diri dan kualitas hidup pasien.

Perawatan diri yang dimaksud dalam studi ini adalah perawatan diri emosional yang merupakan perawatan diri untuk mempertahankan pandangan positif dan penuh kasih sayang terhadap diri sendiri, menegosiasikan tuntutan eksternal dan internal, mengidentifikasi, menerima, dan mengekspresikan berbagai emosi. Sebagai tambahan, terdapat perawatan diri fisik yang mencakup segala tindakan yang dilakukan untuk menjaga kesehatan tubuh dan pikiran. Langkah-langkah ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan, memberikan rasa rileks, serta menenangkan diri. Contohnya, mengadopsi pola makan yang sehat, menjaga kualitas tidur yang optimal, rutin berolahraga, serta berpakaian atau berdandan dengan tujuan memperbaiki suasana hati.

Hasil penelitian Anggeria (2017), menunjukkan bahwa pasien yang mengalami gangguan psikologis berat dengan *personal hygiene* kurang sebanyak 6 orang (75%). Berdasarkan hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa ada hubungan psikologis dengan *personal hygiene* pasien kanker

payudara. Semakin berat psikologis pasien akan mempengaruhi *personal hygiene* pasien kanker payudara.

Studi pendahuluan dilakukan peneliti pada 5 pasien kanker payudara di RSUP Prof. dr. I.G.N.G. Ngoerah, Denpasar. Dua pasien kanker payudara mengatakan cemas jika terkena penyakit yang sama lagi. Tiga pasien mengeluh stres akibat penyakit dan lama pengobatannya. Empat pasien malas

merawat tubuh seperti potong kuku, keramas, mandi, gosok gigi dan malas berolahraga karena merasa lemas. Pasien juga mengatakan enggan merawat kulit dan wajah karena merasa sia-sia melakukan hal tersebut. Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan status psikologis dengan kemampuan perawatan diri pada pasien kanker payudara pasca kemoterapi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah studi kuantitatif yang mengadopsi pendekatan deskriptif korelatif dan menggunakan desain penelitian potong lintang. Penelitian ini telah melewati uji kelayakan etik dengan memperoleh keputusan etik bernomor 1653/UN14.2.2.VII.14/LT/2024 dan telah mematuhi standar etika penelitian yang berlaku.

Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 30 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner status psikologis *The Depression Anxiety Stress Scales 21* (DASS-21) dan kuesioner perawatan diri (Indeks Barthel) yang dikirimkan dalam bentuk *link google form*. Uji hubungan yang digunakan adalah uji *Spearman Rank*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian Pasien Kanker Payudara Pasca Kemoterapi di RSUP Prof. dr. I.G.N.G. Ngoerah (n=30)

Karakteristik Responden		Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	Dewasa awal (20-39 tahun)	8	26,7
	Dewasa tengah (40-60 tahun)	22	73,3
Status Perkawinan	Tidak Menikah	3	10
	Menikah	25	83,3
	Ceraai	2	6,7
Stadium Kanker	Stadium II	21	70
	Stadium III	9	30
Pendidikan Terakhir	SD	2	6,7
	SMP	3	10
	SMA	13	43,3
	S1	10	33,3
	S2	1	3,3
	S3	1	3,3

Berdasarkan tabel 1 mayoritas responden berusia di antara 40-60 tahun sebanyak 22 responden (73,3%), status

perkawinan mayoritas menikah sebanyak 25 responden (83,3%), mayoritas responden dengan stadium II sebanyak 21 (70%) dan

pendidikan terakhir dengan kategori SMA sebanyak 13 responden (43,3%).

Tabel 2. Gambaran Status Psikologis Responden Berdasarkan Tingkat Depresi, Ansietas, dan Stres (n=30)

Variabel Skala	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Depresi	Normal	22	73,3
	Ringan	4	13,3
	Sedang	4	13,3
	Parah	0	0
	Sangat Parah	0	0
Ansietas	Normal	9	30,0
	Ringan	3	10,0
	Sedang	11	36,7
	Parah	6	20,0
	Sangat Parah	1	3,3
Stres	Normal	23	76,7
	Ringan	4	13,3
	Sedang	3	10,0

Berdasarkan tabel 2 mayoritas responden tidak mengalami depresi sebanyak 22 responden (73,3%). Berdasarkan tingkat ansietas mayoritas berada pada kategori sedang sebanyak 11 responden (36,7%), sebanyak 6 responden

(20%) berada pada kategori parah dan 1 responden (3,3%) dengan ansietas sangat parah. Berdasarkan tingkat stres, mayoritas responden yang tidak mengalami stres yaitu sebanyak 23 responden (76,7%).

Tabel 3. Gambaran Status Psikologis Responden Berdasarkan Z-score (n=30)

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	22	73,3
Ringan	0	0
Sedang	8	26,7
Parah	0	0
Sangat Parah	0	0
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 3, mayoritas responden memiliki status psikologis normal yaitu sebanyak 22 orang (73,3%)

dan responden dengan status psikologis sedang sebanyak 8 orang (26,7%).

Tabel 4. Gambaran Kemampuan Perawatan Diri Responden (n=30)

Kategori	Skor	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ketergantungan total	0-20	0	0
Ketergantungan berat	21-60	0	0
Ketergantungan sedang	61-90	4	13,3
Ketergantungan ringan	91-99	8	26,7
Mandiri	100	18	60
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel 4, mayoritas responden terkait kemampuan perawatan diri yaitu mandiri sebanyak 18 responden (60%), 8 responden (26,7%) dengan

kategori ketergantungan ringan dan dengan ketergantungan sedang sebanyak 4 responden (13,3%).

Tabel 5. Hubungan Status Psikologis dengan Perawatan Diri Berdasarkan Hasil Uji Spearman Rank (n=30)

	<i>p-value</i>	<i>r</i>
Status Psikologis dan Perawatan Diri	0,007	-0,479

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan hasil uji korelasi status psikologis dengan kemampuan perawatan diri pasca kemoterapi dan diperoleh nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar -0,479 dan nilai signifikansi yaitu 0,007 ($p < 0,05$).

Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara status psikologis dengan

kemampuan perawatan diri dengan kekuatan hubungan negatif yang berarti bahwa semakin rendah skor status psikologis responden, maka semakin meningkat skor kemampuan perawatan dirinya.

PEMBAHASAN

Status psikologis merupakan kondisi psikologis seseorang yang dinilai dari gejala emosi negatif. Depresi, ansietas, dan stres merupakan masalah kesehatan mental yang dapat mengganggu kemampuan emosional, kognitif, serta sosial individu (Wilson & Tejoyuwono, 2024).

Berdasarkan hasil analisis univariat menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki status psikologis dalam kategori normal yaitu sebanyak 73,3% dan sisanya sebanyak 26,7% memiliki status psikologis sedang. Berdasarkan analisis yang dilakukan, tingkat depresi dan stres mayoritas responden terklasifikasikan dalam kategori normal. Namun, untuk tingkat kecemasan, sebagian besar responden berada dalam kategori sedang. Bahkan, terdapat enam responden yang dikategorikan mengalami kecemasan parah dan satu responden dengan kecemasan yang sangat parah. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh perasaan takut atau kekhawatiran yang mendalam mengenai peristiwa yang akan datang.

Sejalan dengan hasil penelitian ini, penelitian yang dilakukan oleh Candra (2015) mendapatkan bahwa sebanyak 73,9% dari subjek penelitian menunjukkan kondisi psikologis yang normal, sementara 26,1% lainnya mengalami tingkat psikologis yang sedang. Fenomena ini

dapat dijelaskan dengan kemampuan pasien kanker dalam menerima berbagai aspek kehidupan mereka, baik yang positif maupun negatif. Mereka juga mampu membangun hubungan yang hangat dengan orang lain, mengedepankan saling percaya dan perhatian terhadap kebutuhan serta kesejahteraan orang lain. Selain itu, mereka tidak bergantung pada penilaian orang lain dalam pengambilan keputusan pribadi dan menunjukkan kemandirian serta kemampuan untuk memilih yang terbaik untuk diri mereka sendiri.

Strategi koping yang baik diperlukan untuk mengatasi stresor yang dialami pasien kanker payudara. Sebuah penelitian mendapatkan bahwa meningkatnya kualitas hidup seseorang dapat terjadi karena tingginya penggunaan strategi koping yang berfokus pada masalah dan rendahnya penggunaan strategi koping yang berfokus pada emosi (Widianti & Suryani, 2016).

Menurut teori Orem, perawatan diri mencakup semua tindakan yang dilakukan secara independen oleh individu sepanjang hidup mereka untuk memajukan dan menjaga kesejahteraan pribadi. Kemampuan dalam perawatan diri berpotensi meningkatkan dan memperbaiki kapasitas kognitif dengan merangsang aliran darah ke otak.

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas responden terkait kemampuan perawatan diri yaitu mandiri sebanyak 18 responden (60%), 8 responden (26,7%) dengan ketergantungan ringan dan 4 responden (13,3%) dengan ketergantungan sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ladesvita & Sari (2023) yang mendapatkan bahwa dari 63 responden, sebanyak 35 responden (55,6%) dengan kemampuan perawatan diri yaitu mandiri dan sisanya sebanyak 28 responden (44,4%) kemampuan perawatan diri dengan kategori ketergantungan ringan, sedang, dan berat.

Kemampuan untuk mandiri dalam melakukan berbagai aktivitas sehari-hari bagi pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi dianggap sangat penting. Hal ini karena ketika pasien mampu menjalankan segala sesuatu secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain, mereka akan merasa lebih berarti dan berharga dalam kehidupan mereka.

Dari hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji Spearman Rank, diperoleh nilai signifikansi (p) sebesar 0,007; yang menunjukkan adanya hubungan antara status psikologis dan kemampuan perawatan diri pada pasien kanker payudara pasca kemoterapi. Koefisien korelasi (r) yang ditemukan adalah -0,479 yang mengindikasikan adanya kekuatan hubungan negatif, dengan kata lain, semakin rendah skor status psikologis, semakin tinggi kemampuan perawatan diri pasien.

Menurut penelitian Rasjidi (2019), aspek yang sangat krusial untuk diperhatikan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi adalah masalah kesehatan mental mereka. Hal ini

disebabkan oleh kemungkinan terjadinya penurunan yang signifikan dalam kondisi psikologis akibat efek samping kemoterapi. Dampak negatif dari kemoterapi seringkali berkaitan dengan persepsi tubuh, terutama di kalangan pasien kanker payudara yang umumnya merupakan perempuan. Bagi mereka, penampilan dan citra tubuh memiliki peranan yang sangat penting. Ketidakmampuan pasien untuk beradaptasi dengan kondisi ini dapat menyebabkan depresi dan menurunkan kualitas hidup secara signifikan.

Masalah psikologis yang serius dapat meningkatkan kualitas hidup individu jika mereka memiliki kemampuan koping yang efektif dan menerima dukungan dari lingkungan sekitar. Penerapan strategi koping yang tepat dapat membawa dampak positif, yang pada gilirannya meningkatkan kualitas hidup. Sebaliknya, penggunaan strategi koping yang tidak tepat dapat berakibat buruk, mengakibatkan penurunan kualitas hidup dan potensi munculnya distress psikologis yang signifikan.

Kondisi psikologis yang positif berkontribusi pada peningkatan optimisme pasien kanker payudara dalam menghadapi hidup, memungkinkan mereka untuk lebih efektif dalam mengatasi tantangan yang ada, beradaptasi dengan kondisi penyakit, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan mengkaji hubungan antara status psikologis dan praktik perawatan diri pada pasien kanker payudara pasca kemoterapi, diharapkan keluarga dan lingkungan sekitar dapat memberikan dukungan yang diperlukan serta memastikan bahwa pasien menjalani perawatan diri yang memadai. Hal ini penting untuk menjaga kesehatan mental pasien dan mempercepat proses pemulihan.

SIMPULAN

Hasil penelitian yang melibatkan 30 responden menunjukkan bahwa karakteristik demografi mereka sebagian besar berada dalam rentang usia 40 hingga 60 tahun. Sebagian besar responden adalah individu yang sudah menikah dan memiliki tingkat pendidikan terakhir yang setara

dengan Sekolah Menengah Atas (SMA), dengan mayoritas terdiagnosis pada stadium II kanker.

Dari segi status psikologis, sebagian besar responden, yaitu sebanyak 22 orang (73,3%), tergolong dalam kategori normal. Selain itu, 18 responden (60%) juga

menunjukkan kemampuan perawatan diri yang mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- American Cancer Society. (2021). Treating Breast Cancer. 1–117. <https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/treatment/chemotherapyfor-breast-cancer.html>.
- Anggeria, E. (2017). Hubungan psikologis dengan personal hygiene pasien kanker payudara di RSUD Dr. Pirngadi Medan tahun 2016. (*Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan*), 2(1), 26-41.
- Arisanti, J. P., Saptarina, N., & Andarini, Y. D. (2020). Evaluasi penggunaan obat kemoterapi pada penderita kanker payudara di RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro periode 2018. *Pharmasophia*, 4(2), 1-8.
- Candra, I. W. (2015). Kesejahteraan psikologis pada pasien kanker. *Jurnal Gema Keperawatan*, 8(2), 140-148.
- Dinkes Provinsi Bali, D. (2017). Profil kesehatan provinsi bali.
- Estria, S. R., & Suparti, S. (2018). Perbedaan tingkat ansietas dan depresi antara pasien kanker payudara dengan usia penyakit kurang dan lebih dari satu tahun. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 7(1), 89-102.
- Hassan, M. R., Shah, S. A., Ghazi, H. F., Mugar, N. M. M., Samsuri, M. F., & Baharom, N. (2015). Anxiety and depression among breast cancer patients in an urban setting in Malaysia. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*.
- Iqmy, L. O., Setiawati, S., & Yanti, D. E. (2021). Faktor risiko yang berhubungan dengan kanker payudara. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7(1), 32- 36.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Panduan pelaksanaan hari kanker sedunia 2022. Kementerian Kesehatan RI, 1–17.
- Ladesvita, F., & Sari, S. J. (2023). Activity daily living dan quality of life pasien kanker yang menjalani kemoterapi. *Indonesian Journal of Health Development*, 5(1), 30-38.
- Lestari, A., Budiyarti, Y., & Ilmi, B. (2020). Study fenomenologi: psikologis pasien kanker yang menjalani kemoterapi. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 5(1), 52-66.
- Mariani, N., & Margiana, W. (2023). Gambaran karakteristik tingkat pengetahuan kanker payudara remaja putri di SMK Bakti Purwokerto. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, 4, 37-40.
- Rasjidi I. (2019). *Epidemiologi kanker pada wanita*. Jakarta: CV Sagung Seto
- Widianti, E., & Suryani, D. P. (2016). Coping strategies of patients newly diagnosed with cancer.
- Wilson, W., & Tejoyuwono, A. A. T. Hubungan tingkat stres, kecemasan, dan depresi dengan konstipasi fungsional pada mahasiswa kedokteran. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 11(1), 4.