

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kebutuhan tidur adalah salah satu kebutuhan dasar yang penting untuk dipenuhi. Abraham Maslow mengemukakan bahwasanya kebutuhan dasar manusia terdiri atas lima hal, yaitu kebutuhan fisiologis, rasa aman, kebutuhan kasih dan sayang, penghargaan, dan aktualisasi diri (Potter et al., 2021). Setiap orang memiliki kebutuhan tidur yang berbeda, tergantung pada tahap perkembangan usia dan aktivitas harian yang dilakukan. Kualitas tidur mencakup aspek kuantitatif dari tidur, seperti durasi tidur, latensi tidur, serta aspek subjektif dari tidur. Tidur dianggap berkualitas jika seseorang dapat tidur dengan nyenyak dan merasa segar serta bugar saat bangun tidur (Antaroza et al., 2024). Pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur ini sering kali terganggu pada penderita kanker yang disebabkan oleh masalah fisik dan psikologis (Jhonson et al., 2021).

Pada tahun 2022, diperkirakan terdapat sekitar 1,2 juta kasus baru kanker dan 349 ribu kematian akibat kanker pada orang dewasa. Jenis kanker yang paling sering ditemukan pada kelompok ini adalah kanker payudara, tiroid, dan serviks. Sementara itu, penyebab kematian terbanyak akibat kanker adalah kanker payudara, leukemia, dan serviks (Li & Kuang, 2024). Leukemia merupakan salah satu jenis kanker darah yang paling sering didagnosis di

dunia. Berdasarkan laporan Globocan (*Global Cancer Observatory*) tahun 2022, angka kejadian leukemia mencapai sekitar 5,4 kasus baru per 100.000 penduduk, dengan angka kematian sebesar 3,3 per 100.000 penduduk.

Leukemia tidak hanya menyerang anak-anak, tetapi juga dewasa muda dan lansia, dengan bentuk paling umum di antaranya adalah *acute myeloid leukemia* (AML) dan *acute lymphoblastic leukemia* (ALL) (Wang et al., 2023). *National Cancer Institute* memperkirakan sekitar 20.800 kasus baru AML dengan perkiraan kematian 11.220 pada tahun 2024. Kejadian AML merupakan jenis leukemia paling umum pada dewasa, mencakup sekitar 80-90% dari semua kejadian leukemia pada kelompok usia ini (Morelos et al., 2024). Di Indonesia, insidensinya mencapai 5,6 per 100.000 orang dengan tingkat kematian 4,1 per 100.000 orang, dengan perkiraan 2.000 - 3.000 kasus AML setiap tahunnya (IARC, 2020).

Penatalaksanaan penyakit kanker dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, antaranya dengan pembedahan, kemoterapi, radioterapi, bioterapi, terapi fotodinamik, transplantasi sumsum tulang, serta dengan terapi komplementer (Hong & Chang, 2024). Kemoterapi merupakan metode utama pengobatan kanker yang menggunakan obat sitotoksik atau anti kanker sistemik yang didistribusikan ke seluruh tubuh dengan tujuan untuk mengobati, menghentikan pertumbuhan kanker, atau mengurangi gejalanya (Hermanto et al., 2020).

Namun, kemoterapi juga dapat mengakibatkan berbagai efek samping pada berbagai sistem tubuh (Sari et al., 2024). Kemoterapi dapat menimbulkan efek baik secara psikologis maupun fisiologis. Dampak psikologis yang mungkin dialami pasien meliputi penurunan harga diri, gangguan dalam aspek seksual, serta penurunan kesejahteraan mental seperti munculnya kecemasan dan gangguan tidur. Sementara itu, dampak fisiologis yang umum terjadi antara lain kelelahan, lemas, kerontokan rambut, gangguan saluran pencernaan dan mulut (seperti mukositis, mual, muntah), gangguan pada fungsi sumsum tulang, infertilitas, ketidakteraturan menstruasi, menopause dini, serta gangguan pada organ tubuh lainnya (Khasanah et al., 2023).

Berdasarkan penelitian Maqbali et al (2022), sebanyak 60,7% pasien kanker mengalami gangguan tidur secara keseluruhan dan meningkat hingga 70,8% pada pasien stadium lanjut. Berdasarkan penelitian Palesh et al (2018) menunjukkan bahwasanya pasien kanker yang menjalani kemoterapi mengalami sering terbangun di malam hari 49-56%, mengalami kesulitan memulai tidur 50-73%, dan mengalami bangun terlalu pagi 49-65%.

Gangguan tidur memberikan dampak negatif terhadap perubahan kualitas hidup selama pengobatan (Tao et al., 2024). Pada penelitian yang dilakukan terhadap pasien kanker yang menjalani kemoterapi, didapatkan bahwasanya gangguan tidur 87,4% dan menunjukkan dampak paling besar terhadap penurunan kualitas hidup (Hendy et al., 2025). Selain itu, gangguan

tidur menjadi faktor yang berpengaruh terhadap munculnya keluhan fatigue, serta mual muntah (Peoples et al., 2017).

Penanganan gangguan tidur dapat dilakukan dengan cara pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur diantaranya adalah *guided imagery*, terapi musik dan *art therapy*, pemberian aromaterapi, *essential oil rose*, *mind-body therapy*, *virtual reality*, *physical exercise*, *hand massage*, *aromatherapy plumusic therapy*, terapi perilaku kognitif, terapi aktivitas fisik, dan terapi relaksasi otot progresif (Waluya et al., 2023). Terapi relaksasi otot progresif merupakan salah satu teknik untuk mengurangi ketegangan otot dengan proses yang mudah dan sistematis dalam menegangkan sekelompok otot, kemudian merilekskannya kembali (Sari et al., 2024). Selain untuk meningkatkan kualitas tidur, relaksasi otot progresif ini juga bermanfaat untuk mengatasi kecemasan, serta mengurangi kelelahan, meredakan rasa sakit (nyeri) (Nasution et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang terkait penerapan terapi relaksasi otot progresif terhadap kualitas tidur yang dilakukan Sulistyawati (2021) pada 30 penderita kanker yang menjalani kemoterapi, didapatkan hasil bahwasanya penerapan terapi relaksasi otot progresif meningkatkan kualitas tidur pasien ($p < 0,025$). Selain itu, pada penelitian yang dilakukan terhadap 69 pasien (kelompok intervensi : 34 pasien, kelompok kontrol : 35 pasien) di unit kemoterapi rumah sakit didapatkan hasil bahwasanya terapi relaksasi otot

progresif yang diberikan pada kelompok intervensi bermanfaat dalam meningkatkan kualitas tidur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dengan kualitas tidur yang buruk ($p < 0,001$) (Sari et al., 2024). Selain itu, penelitian lainnya oleh Kahreh et al (2024) dilakukan penelitian pada 90 orang pasien kanker dengan penerapan terapi relaksasi otot progresif didapatkan hasil peningkatan signifikan dalam indeks kualitas tidur pittsburgh pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah intervensi ($p < .001$).

Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat di RSUP Dr. M. Djamil Padang, terapi ini masih belum diterapkan kepada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dan mengalami masalah gangguan tidur. Pasien yang memenuhi kriteria dan dijadikan responden yaitu Nn. C berusia 21 tahun dengan diagnosa *acute myeloid leukemia* (AML) serta sedang menjalani pengobatan kemoterapi siklus kedua. Pasien mengalami masalah gangguan pola tidur dengan perhitungan indeks kualitas tidur Pittsburgh (PSQI). Pasien dan keluarga sangat menyambut dan kooperatif dalam penerapan EBN yang dilakukan. Pasien dapat bergerak dan melakukan terapi dengan baik.

Berdasarkan masalah yang ada dengan kesesuaian pasien di rumah sakit, peneliti tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan dan penulisan laporan akhir dengan judul “Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Tidur dan Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Leukimia di Ruang Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil Padang”.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengelola asuhan keperawatan dengan gangguan pemenuhan kebutuhan tidur dan penerapan terapi relaksasi otot progresif pada pasien leukimia di Ruang Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada pasien dengan gangguan pemenuhan kebutuhan tidur pada pasien leukimia di Ruang Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil Padang
- b. Menegakkan diagnosis keperawatan pada pasien dengan gangguan pemenuhan kebutuhan tidur pada pasien leukimia di Ruang Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil Padang
- c. Menyusun perencanaan keperawatan pada pasien dengan gangguan pemenuhan kebutuhan tidur pada pasien leukimia di Ruang Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil Padang
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien dengan gangguan pemenuhan kebutuhan tidur pada pasien leukimia di Ruang Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil Padang

- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien dengan gangguan pemenuhan kebutuhan tidur pada pasien leukimia di Ruang Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil Padang
- f. Menerapkan terapi relaksasi otot progresif pada pasien dengan gangguan pemenuhan kebutuhan tidur pada pasien leukimia di Ruang Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil Padang

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Pasien

Penelitian ini diharapkan mendapatkan hasil yang memuaskan sehingga dapat meningkatkan kesehatan pasien. Harapannya pemenuhan kebutuhan tidur dapat tercapai. Kemudian pasien dapat melanjutkan terapi yang diajarkan saat berada di rumah.

2. Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti mengetahui pengaruh dari terapi relaksasi otot progresif untuk mengatasi gangguan pemenuhan kebutuhan tidur pada pasien yang mengalami gangguan pola tidur khususnya pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Ruang Rawat Inap Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil.

3. Manfaat Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini dipergunakan untuk kajian literatur, referensi kepustakaan, dan rekomendasi bagi instansi pendidikan untuk

mengembangkan ilmu keperawatan di bidang keperawatan dasar terkait.

4. Manfaat Bagi RSUP Dr. M. Djamil Padang dan Dinas Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagai sumber informasi dalam meningkatkan mutu pelayanan keperawatan terkait penerapan terapi relaksasi otot progresif sebagai terapi pendukung pada pasien yang mengalami gangguan pemenuhan kebutuhan tidur khususnya pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Ruang Rawat Inap Penyakit Dalam Wanita RSUP Dr. M. Djamil. Kemudian kepada Dinas Kesehatan dapat merekomendasikan terapi ini kepada berbagai instansi pelayanan kesehatan terutama di Kota Padang.

5. Manfaat Bagi Masyarakat

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, masyarakat dapat mengetahui, memahami, dan mengaplikasikan dalam keseharian serta dapat memberikan informasi kepada lingkungan sekitarnya terkait terapi “Relaksasi Otot Progresif” untuk pasien dengan gangguan pemenuhan kebutuhan tidur khususnya yang menjalani kemoterapi.