

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Kanker payudara merupakan kanker dengan prevalensi tertinggi dan menjadi penyebab utama kematian pada perempuan di dunia (IARC, 2025). Pada tahun 2022, terdapat 2,3 juta perempuan di seluruh dunia menerima diagnosis kanker payudara, menjadikannya jenis kanker paling umum di antara perempuan di 157 negara (WHO, 2025). Di Indonesia, kanker payudara juga menempati urutan pertama, dengan insiden 16,6% dari total 396.914 kasus baru kanker, dengan prevalensi kedua tertinggi berada di Sumatera barat yaitu 2,47 per 1.000 penduduk (Kemenkes RI, 2022). Dari tahun 2017 hingga 2019, tercatat sebanyak 1.204 kasus kanker payudara di wilayah ini, menandakan beban penyakit yang signifikan secara regional (Dinkes Sumbar, 2020).

Pasien kanker payudara tidak hanya menghadapi masalah fisik, tetapi juga mengalami dampak psikologis yang signifikan (Hessami et al., 2025). Diagnosis kanker seringkali menjadi peristiwa yang traumatis dan memicu berbagai respons emosional seperti kecemasan, depresi, dan stres. Kondisi ini muncul akibat berbagai faktor, seperti ketakutan terhadap kematian, kekhawatiran akan kekambuhan penyakit, perubahan citra tubuh setelah tindakan medis, serta ketidakpastian terhadap masa depan (Soqia et al., 2022). Selain itu, tekanan psikologis juga dapat dipengaruhi oleh faktor biologis,

psikologis, dan sosial yang saling berinteraksi dalam diri pasien (Hessami et al., 2025).

Penelitian menunjukkan bahwa 33,6% pasien mengalami gejala kecemasan (Dadheech et al., 2023). Kecemasan yang tidak teratasi dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu dan berpotensi berkembang menjadi gangguan mental lainnya, seperti depresi, karena kedua kondisi tersebut saling berkaitan dan dapat terjadi bersamaan pada pasien dengan penyakit kronis seperti kanker payudara (Srivastava & Shukla, 2025).

Depresi pada pasien kanker payudara salah satunya diakibatkan kurangnya dukungan sosial yang dapat menurunkan harga diri dan memicu gangguan emosional. Selain itu, faktor seperti usia, status pernikahan, tingkat pendidikan, kondisi ekonomi, dan jenis terapi yang dijalani juga berperan dalam meningkatkan risiko depresi pada pasien kanker payudara (Li et al., 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Singh et al. (2022), dari 50 pasien kanker payudara yang diteliti, sebanyak 72% mengalami depresi, dengan 24% di antaranya menunjukkan tingkat depresi sedang hingga berat.

Masalah psikologis tersebut tidak hanya berdampak pada kondisi emosional pasien, tetapi juga berpengaruh terhadap kualitas hidup secara keseluruhan (Hessami et al., 2025). Kecemasan, depresi, dan stres yang tidak ditangani dapat menurunkan kualitas hidup pasien serta memengaruhi kepatuhan dan efektivitas pengobatan. Kondisi ini berpotensi menghambat proses penyembuhan dan memperburuk prognosis pada pasien kanker payudara (Dai et al., 2023). Oleh karena itu, penanganan aspek psikologis

menjadi bagian penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan keberhasilan terapi pasien kanker payudara (Soqia et al., 2022).

Penanganan kecemasan, depresi, dan stress dapat dilakukan melalui metode farmakologis maupun non-farmakologis (Hidayat & Ganefianty, 2024). Namun, terapi farmakologis khususnya pada kecemasan berisiko menimbulkan efek samping seperti agitasi, amnesia, dan hiperaktivitas (Korkmaz, 2025). Oleh karena itu, metode non-farmakologis digunakan, seperti terapi musik, pijat, akupunktur, imajinasi terbimbing, hipnoterapi, dan akupresur, semakin banyak digunakan meskipun masih bersifat konvensional (Hidayat & Ganefianty, 2024). Di antara metode tersebut, realitas virtual (VR) mulai dikenal sebagai inovasi terapi yang efektif dalam menurunkan kecemasan, depresi dan stress (Ioannou & Charalambous, 2020).

Virtual reality (VR), menciptakan lingkungan imersif dan interaktif menggunakan stimulus audiovisual dan sensorik yang dapat membawa pasien keluar dari lingkungan klinis yang penuh tekanan, mengurangi persepsi nyeri dan kecemasan, serta memotivasi untuk meningkatkan aktivitas fisik (Czech et al., 2025). Berbeda dengan intervensi lain yang pasif, VR memungkinkan pasien tidak hanya melihat atau mendengar, tetapi juga “merasakan” dan berinteraksi langsung dengan lingkungan virtual, sehingga meningkatkan keterlibatan emosional dan efektivitas terapi (Ioannou & Charalambous, 2020).

Penggunaan VR terbukti menurunkan kecemasan secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol (Korkmaz, 2025), serta intervensi berbasis rumah dalam 4 hari juga mampu menurunkan kecemasan pada pasien kanker

stadium lanjut (Giannelli et al., 2024). VR efektif mengurangi kecemasan, depresi, kelelahan, dan nyeri serta meningkatkan kualitas hidup pasien, bahkan lebih unggul dibandingkan perawatan standar (Hidayat & Ganefianty, 2024; Ioannou & Charalambous, 2020).

Virtual Reality (VR) yang paling sering direkomendasikan adalah lingkungan alam virtual (*nature-based VR*), seperti pemandangan pantai dan hutan, yang terbukti efektif menciptakan relaksasi serta mereduksi stres pada pasien (Olson et al., 2021). Selain itu, penggunaan *immersive relaxation VR* dan *meditation-based VR* dalam berbagai penelitian klinis mampu membantu pasien mempertahankan fokus pada pengalaman tenang sekaligus mengalihkan perhatian dari suasana lingkungan klinis yang menegangkan (Song et al., 2022).

Penelitian sebelumnya masih memiliki keterbatasan, seperti variasi penggunaan yang tidak terkontrol, serta populasi yang terbatas pada pasien kanker stadium lanjut. Selain itu, belum semua aspek psikologis seperti depresi menunjukkan hasil yang signifikan, dan penelitian yang mengkaji kecemasan, depresi, dan stres secara bersamaan masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengevaluasi efektivitas VR secara lebih komprehensif, khususnya pada pasien kanker payudara, sehingga dapat memberikan dasar yang lebih kuat dalam pengembangan intervensi keperawatan berbasis teknologi.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh virtual reality terhadap kecemasan, depresi dan stress pada pasien kanker payudara di Rumah Sakit Kota Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah *virtual reality* berpengaruh terhadap kecemasan, depresi dan stress pada pasien kanker payudara?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *virtual reality* (VR) terhadap kecemasan, depresi dan stress pada pasien kanker payudara.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis rerata skor kecemasan, depresi dan stres pada pasien kanker payudara sebelum dan sesudah diberikan VR pada kelompok intervensi
- b. Menganalisis rerata skor kecemasan, depresi dan stres pada pasien kanker payudara sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol
- c. Menganalisis perbedaan rerata skor kecemasan, depresi dan stres pada pasien kanker payudara antara kelompok intervensi dan control setelah pemberian VR

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Penelitian ini memberikan dasar ilmiah bagi penerapan *virtual reality* sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis untuk menurunkan kecemasan, depresi, dan stres pada pasien kanker payudara.

Hasil penelitian dapat digunakan perawat sebagai rujukan praktik berbasis bukti dalam memberikan asuhan keperawatan holistik, khususnya pada aspek psikologis pasien, sehingga peran perawat tidak terbatas pada perawatan fisik tetapi juga pada manajemen distres psikologis secara terstruktur dan terukur.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi ilmiah dalam pengembangan bahan ajar dan pembelajaran keperawatan, khususnya pada mata kuliah keperawatan medikal bedah dan keperawatan onkologi terkait terapi komplementer. Selain itu, hasil penelitian ini mendorong institusi pendidikan keperawatan untuk mengintegrasikan pendekatan *evidence-based nursing* dan pemanfaatan teknologi kesehatan dalam proses pendidikan, sehingga lulusan memiliki kompetensi yang relevan dengan perkembangan praktik keperawatan modern.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan rujukan awal bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan studi terkait intervensi VR pada pasien kanker atau populasi klinis lainnya. Data dan temuan penelitian ini juga dapat digunakan sebagai dasar perbandingan, pengembangan desain penelitian yang lebih kuat, serta eksplorasi variabel lain seperti durasi, frekuensi, dan waktu pemberian intervensi terhadap respons psikologi