

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kanker payudara adalah salah satu jenis kanker yang umum terjadi pada wanita yang disebabkan adanya tumor ganas yang tumbuh didalam jaringan payudara (WHO, 2018). Pada tahun 2018 *World Health Organization* (WHO) menjelaskan bahwa kasus kanker yang paling banyak terjadi dari tahun ketahun adalah kanker payudara yakni 58.256 kasus atau 16,7% dari total 348.809 kasus (WHO, 2018). Menurut American Cancer Society (2018) menyatakan bahwa perempuan 100 kali lebih berisiko mengalami kanker payudara di bandingkan pria, risiko dari timbulnya kanker payudara meningkat seiring bertambahnya usia dimana 95% dari kasus baru dan 97% kematian akibat kanker payudara terjadi pada wanita berusia 40 tahun keatas, tingkat kelangsungan hidup kanker payudara diperkirakan selama 5 tahun hingga 10 tahun (American Cancer Society, 2018).

Menurut Global Burden Cancer (GLOBOCAN) menyebutkan pada tahun 2020 kanker payudara berada pada posisi kedua setelah kanker paru dengan jumlah 2.088.849 kasus baru kanker payudara dengan angka kematian 626.679 kasus kematian. Berdasarkan data yang di paparkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) per tanggal 31 januari 2019 mengungkapkan bahwa kasus tertinggi pada perempuan merupakan kanker payudara pada tahun 2013 yaitu 1,4/1000 penduduk meningkat pada

tahun 2018 menjadi 1,79/1000 penduduk (Kemenkes RI, 2018). Sumatera barat menduduki posisi kedua tertinggi penderita kanker payudara setelah Yogyakarta yaitu 0,9% dengan estimasi jumlah 479 kasus (Risikesdas, 2018).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian kanker payudara yaitu penuaan, riwayat kanker payudara dalam keluarga, perubahan spesifik pada payudara, perubahan gen, riwayat produktivitas, menopause, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi alkohol, obesitas, gizi, ras, dan terapi penyinaran dada juga merupakan faktor risiko dari kanker payudara (Muller et al., 2016). Faktor resiko yang juga diketahui dapat memicu terjadinya kanker payudara adalah faktor hormonal/reproduksi, faktor intrinsik dan faktor yang diperoleh (Perry et al. 2016). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Numayer (2018) mengatakan bahwa perempuan memiliki risiko seumur hidup 12% terkena kanker payudara, risiko individu dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti riwayat keluarga, riwayat reproduksi, gaya hidup, dan lingkungan.

Upaya penatalaksanaan medis yang dapat dilakukan pada kanker payudara terdiri dari pembedahan, terapi sistemik (kemoterapi), terapi hormonal, terapi hormon, targeting terapi dan radioterapi. Terapi pada kanker payudara memiliki efek yang diinginkan dan juga efek yang tidak diinginkan sehingga perlunya pertimbangan sebelum mengambil keputusan untuk pengobatannya (Kemenkes RI, 2015). Salah satu efek negatif yang ditimbulkan setelah pengobatan kanker payudara adalah gangguan kualitas hidup. Kualitas hidup merupakan perasaan puas atau bahagia karena dapat melakukan kehidupan sehari-hari secara mandiri (Joe & Darmayasa, 2019).

Kualitas hidup mencakup beberapa aspek fisik, psikologis, sosial dan lingkungan. Kesehatan fisik mencakup kesehatan umum, nyeri, energi dan vitalitas, aktivitas seksual, tidur, istirahat. Kesejahteraan psikologis mencakup cara berpikir, belajar, memori, konsentrasi dan emosi. Hubungan sosial mencakup hubungan sosial dan dukungan sosial. Hubungan dengan lingkungan mencakup keamanan, lingkungan rumah dan kepuasan kerja (Hastuti, 2018). Salah satu bentuk kualitas hidup pada pasien kanker payudara terdapat pada psikologis seperti rasa takut akan kemungkinan kematian, dan rasa khawatir untuk menjelaskan tentang penyakitnya dengan keluarga (Justyna, Elzbieta, & Beata, 2015).

Menurut Fontes, Veiga, Naldoni, & Ferreira, (2018) menggambarkan kualitas hidup kanker payudara menurun pada dimensi peran, emosional, kognitif dan sosial, sedangkan gejala yang dirasakan oleh kanker payudara adalah kelelahan, mual, dispnoea, insomnia, konstipasi, diare dan kehilangan nafsu makan. Gejala berupa kecemasan, nyeri, kelelahan, dan gejala menopause berdampak pada aktivitas hidup keseharian pasien dan selanjutnya kualitas hidupnya (Elisa, 2020). Kemudian pada penderita kanker payudara juga mengalami perubahan-perubahan pada sistem dan fungsi tubuh yang dapat menimbulkan gangguan konsep diri, hampir semua penderita kanker payudara mengalami perubahan gambaran diri jika perubahan ini tidak terintegrasi dengan konsep diri maka kualitas hidup penderita akan semakin menurun (Joe & Darmayasa, 2019). Penelitian dari Justyna, Elzbieta, & Beata, (2015) menemukan bahwa kanker payudara memberikan

dampak besar pada keadaan penderita sekitar 80% penderita kanker payudara mengalami penurunan kualitas hidup pada saat mendapat diagnosis kanker payudara dan saat menjalani perawatan medis. Dari hasil penelitian Shen, Qiang, Wang, & Chen, (2020) didapatkan skor kualitas hidup yang dianalisis secara deskriptif bahwa dari 63 pasien kanker payudara 41 orang (65,1%) kualitas hidup baik, 22 orang (34,9%) dengan kualitas hidup kurang baik.

Kualitas hidup dapat ditingkatkan dengan beberapa intervensi gaya hidup. Ghavami & Akyolcu (2017) mengatakan bahwa penyintas kanker payudara dapat meningkatkan kualitas hidup mereka dengan berpartisipasi dalam intervensi gaya hidup, gaya hidup yang dapat berdampak baik untuk masa depan penderita kanker payudara yaitu dengan aktivitas fisik harian.

Aktivitas fisik harian yaitu gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot-otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi, aktivitas ini mencakup aktivitas yang dilakukan di tempat kerja, aktivitas dalam keluarga/ rumah tangga, aktivitas selama dalam perjalanan dan aktivitas lain yang dilakukan untuk mengisi waktu senggang sehari-hari (WHO, 2018). Menurut Kemenkes RI (2018) aktivitas fisik harian adalah aktivitas yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, kegiatan sehari-hari meliputi aktivitas dalam mengurus rumah tangga, seperti mencuci pakaian, mencuci piring, menyapu, mengepel lantai, jalan kaki, membersihkan jendela, berkebun, menyetrika, bermain dengan anak, berjalan naik turun tangga, bersepeda, berjalan ke kantor/toko, naik turun mobil, menggunakan kendaraan dan aktivitas lain yang mencakup dalam kegiatan sehari-hari. Aktivitas fisik harian

dipercaya dapat membantu meningkatkan efisiensi jantung secara keseluruhan (Pennington, 2018). Aktivitas fisik harian penting bagi penderita kanker payudara dikarenakan dapat mengaktifkan sel darah putih yang merupakan komponen utama kekebalan tubuh pada sirkulasi darah (Yulianto, 2017). Peningkatan aktivitas fisik cukup efektif dalam mencegah dan memperlambat perkembangan beberapa penyakit. Aktivitas fisik harian mempunyai peran yang penting terhadap pencegahan, pengobatan, dan pemulihan beberapa penyakit yang merupakan sasaran yang penting khususnya bagi penyintas kanker payudara (Browall, Mijwel, Rundqvist, & Wengström, 2018)

Pada penelitian Robertson (2019) tingkat aktivitas fisik wanita memiliki pedoman umum untuk melakukan aktivitas fisik harian setidaknya 300 menit per minggu dari aktivitas fisik sedang hingga berat. Dari hasil penelitian Buffart (2017) mengatakan aktivitas fisik pada kanker payudara rata-rata rendah menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada penelitiannya memiliki aktifitas fisik sedang dengan rata-rata nilai aktifitas fisik adalah 51,43 (kategori sedang). Banyak penderita kanker payudara yang menunjukkan akumulasi untuk duduk berjam-jam baik di tempat kerja maupun dirumah dikarenakan efek dari pengobatan yang dijalankan sehingga dapat menyebabkan kenaikan berat badan dan beresiko untuk menimbulkan penyakit baru (Nurnazahiah, 2020).

Hasil penelitian oleh Maridaki et al., (2020) menunjukkan bahwa aktivitas fisik harian mempunyai peran penting dalam meningkatkan kualitas

hidup pasien. Penelitian lain juga mengatakan bahwa responden kanker serviks dengan aktivitas fisik tinggi semua memiliki kualitas hidup yang baik, sedangkan responden dengan aktivitas rendah hanya 38,09% yang memiliki kualitas hidup baik dan 61,91% memiliki kualitas hidup kurang baik (Sloan, Cheville, & Liu, 2016). Menurut Browall (2018) mengatakan bahwa pentingnya melakukan aktivitas fisik bagi pasien kanker payudara dengan kualitas hidup yang rendah. Sejumlah penelitian sebelumnya ditemukan bahwa aktivitas fisik akan memberikan manfaat bagi kualitas hidup penyintas kanker serviks dimana aktifitas fisik dapat meningkatkan perasaan bahagia, meningkatkan kualitas hidup dan kelangsungan hidup diantara pasien dengan kanker serviks (Hananingrum, 2020). Canário (2016) juga mengatakan bahwa aktivitas fisik harian mempengaruhi kelelahan dan kualitas hidup secara positif pada wanita yang didiagnosis dengan kanker payudara.

Pada penelitian ini menggunakan teori keperawatan *self care* dimana teori keperawatan ini dikembangkan oleh Dorothea Orem. Teori ini membahas teori keperawatan *self care* secara umum dibagi menjadi 3 teori yang saling berhubungan, yaitu : *teori self-care*, *teori self care deficit*, *teori nursing systems* (Orem, 2001). *Self care* merupakan suatu tindakan individu yang terencana dalam rangka mengendalikan penyakitnya untuk mempertahankan dan meningkatkan status kesehatan dan kesejahteraan hidupnya (Alligod, 2014). Seseorang dikatakan berfungsi dengan baik apabila dapat melakukan beberapa aktivitas sehari-hari atau pemenuhan kebutuhannya sendiri seperti mandi, makan, minum, berpakaian, bergerak,

bepergian, mengerjakan pekerjaan rumah maupun bersosialisasi. Implikasi kegiatan perawatan diri yang sengaja dilakukan secara khusus dapat memenuhi kebutuhan dan tuntutan dengan cara memberikan layanan untuk kesejahteraan pribadi seseorang (Cottone, 2018). Teori *Self care* juga digunakan untuk mengontrol faktor *external* dan *internal* yang mempengaruhi aktifitas seseorang untuk menjalankan fungsinya dan berperan untuk mencapai kesejahterannya (Damanik et al., 2017).

Sinuraya (2016) mendefinisikan *self care* pada kanker payudara merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan perawatan diri dan melakukan tindakan perawatan diri untuk meningkatkan kualitas hidup. Menurut Wahyuni (2015) *self care* kanker adalah tindakan yang dilakukan seseorang untuk meningkatkan kualitas hidup salah satunya dengan melakukan aktivitas fisik harian sebagai intervensi mandiri dan pencegahan komplikasi.

Berdasarkan data dari Rekam Medis RSUP Dr.M.Djamil Padang pada tahun 2017-2021 pasien kanker payudara yang datang berobat mencapai 750 penyintas kanker payudara. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti diruang poli bedah RSUP DR.M.Djamil Padang pada tanggal 17-18 April 2021 terdapat 5 penyintas kanker payudara yang datang berobat dengan berbagai keluhan, penyintas payudara yang datang rata-rata dimulai dengan stadium awal sampai stadium akhir dengan lama menderita selama kurang lebih 3 tahun. Kemudian peneliti menemukan bahwa beberapa penyintas kanker payudara yang sudah mulai penerimaan diri dan sudah beradaptasi

dengan kondisinya tetapi masih merasakan beberapa keluhan pada fisik seperti kelelahan karena efek dari pengobatan, keterbatasan gerak, namun diantara penyintas kanker payudara mengatakan masih dapat melakukan aktivitas fisik harian seperti melakukan pekerjaan rumah dengan mencuci baju dan piring, menyapu, menyetrika, menyapu halaman rumah, dan masih dapat melakukan aktivitas pekerjaan diluar seperti mengajar, berdagang, masih dapat naik turun mobil dan sedikit membatasi untuk naik turun tangga, aktivitas olahraga yang berat tidak pernah dilakukan lagi hanya seperti jalan santai dipagi hari kurang lebih selama 10 menit. Namun ada juga yang mengatakan merasa terganggu dalam menyelesaikan tugas dan pekerjaannya dikarenakan setelah pengobatan terkadang lemas, dan sedikit membatasi aktivitas diluar rumah, beberapa diantaranya juga mengatakan kadang mual, sulit tidur, susah BAB dan kehilangan nafsu makan setelah tindakan, kemudian pada masalah psikologis peneliti menemukan bahwa diantara penyintas kanker payudara mengalami tekanan seperti cemas, tidak fokus terhadap pemikirannya sendiri, beranggapan bahwa hidupnya akan segera berakhir dan memiliki kualitas hidup yang buruk.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan diatas menunjukkan fakta pasien kanker payudara yang dalam tahapan pengobatan masih ada yang membatasi aktivitas fisik harian namun tetap berupaya untuk melakukan aktivitas fisik sesuai dengan kemampuannya. Pada penderita kanker payudara yang aktif melakukan aktivitas fisik lebih cenderung bersemangat dibanding mereka yang kurang melakukan aktivitas fisik. Dari beberapa keluhan yang dirasakan

oleh penyintas kanker payudara ditemukan banyak hal yang dapat memperbaiki kualitas hidup pada kanker payudara salah satunya dengan peningkatan aktivitas fisik harian, dimana aktivitas fisik harian itu sendiri dapat memberikan efek positif bagi fisiologi, komposisi tubuh, fungsi fisik, fungsi psikologis dan kualitas hidup. Dari fenomena yang ditemukan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan aktivitas fisik harian dengan kualitas hidup penyintas kanker payudara”.

1.2. Rumusan Masalah

Dari paparan diatas maka peneliti merumuskan masalah adakah “Hubungan aktivitas fisik harian dengan kualitas hidup penyintas kanker payudara?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk melihat adakah hubungan aktivitas fisik harian dengan kualitas hidup penyintas kanker payudara.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran karakteristik responden (umur, pendidikan, pekerjaan dan stadium kanker)
2. Mengetahui gambaran kualitas hidup berdasarkan domain kualitas hidup pada penyintas kanker payudara.
3. Mengetahui gambaran aktivitas fisik harian penyintas kanker payudara.

4. Menganalisis hubungan aktivitas fisik harian dengan kualitas hidup penyintas kanker payudara.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan untuk melihat aktivitas fisik harian pasien kanker payudara yang akan berpengaruh terhadap terjadinya kualitas hidup yang baik atau buruk pada penyintas kanker payudara di pelayanan rumah sakit.

1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi referensi untuk menambah ilmu pengetahuan terutama dalam bidang ilmu keperawatan medikal bedah yang berkaitan dengan aktivitas fisik harian dengan kualitas hidup penyintas kanker payudara.

1.4.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian tentang hubungan aktivitas fisik harian dengan kualitas hidup pasien kanker payudara dapat dijadikan pembanding atau referensi kepada peneliti selanjutnya sehingga penelitian ini dapat berkembang.