

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Kanker payudara adalah kondisi di mana sel-sel kehilangan pengendalian dan fungsi normal, menyebabkan pertumbuhan yang cepat dan tidak terkendali. Sel-sel ini membelah lebih cepat dari biasanya dan membentuk benjolan atau massa. Faktor risiko utama meliputi jenis kelamin perempuan, usia di atas 50 tahun, riwayat keluarga, genetik (seperti mutasi gen BRCA1, BRCA2, ATM, atau TP53), riwayat penyakit payudara sebelumnya, riwayat menstruasi awal atau menopause terlambat, riwayat reproduksi, faktor hormonal, obesitas, konsumsi alkohol, paparan radiasi, dan faktor lingkungan. Masalah keperawatan yang sering timbul pada kasus kanker payudara mencakup nyeri, kelelahan, penurunan kualitas hidup, kecemasan, depresi, gangguan tidur, dan gangguan gastrointestinal, yang memerlukan penanganan dan perawatan khusus. Nyeri pada pasien kanker payudara sering kali berlangsung lebih dari 3 bulan, dengan 60% di antaranya disebabkan oleh perawatan atau pengobatan yang sedang atau telah dijalani. Nyeri ini dapat dirasakan sebagai sakit, berdenyut, kram, tajam, mati rasa, tertusuk, atau seperti dipukul, dan dapat terjadi di berbagai area anatomis, termasuk bagian depan dan belakang dada, bahu, lengan atas, pergelangan tangan, punggung, perut, area pantat, lutut, dan kaki, tergantung pada posisi metastasis dan jenis pengobatan yang diterima. (Herawati Andi, dkk. 2022).

Data menunjukkan bahwa setiap tahun terdapat lebih dari 2,3 juta kasus kanker payudara, menjadikannya sebagai jenis kanker yang paling umum. Kanker payudara terjadi di hampir 95% negara dan merupakan penyebab utama atau kedua kematian akibat kanker pada wanita. Angka kejadian dan kematian akibat kanker payudara terus meningkat. Diperkirakan pada tahun 2040 akan ada lebih dari 3 juta kasus dan 1 juta kematian akibat kanker payudara di seluruh dunia setiap tahun. Oleh karena itu, kanker payudara perlu menjadi prioritas bagi kementerian kesehatan dan pemerintah.

Kanker payudara adalah jenis kanker yang paling umum di Indonesia dan merupakan salah satu penyebab utama kematian akibat kanker. Setiap tahun terdapat 68.858 kasus baru kanker payudara, yang mencakup 16,6% dari total 396.914 kasus kanker baru di negara ini. Selain itu, lebih dari 22 ribu orang meninggal dunia akibat kanker payudara.

Hasil deteksi dini tumor payudara pada wanita usia 30-50 tahun di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) menemukan 95 wanita memiliki tumor di payudara, namun tidak ada yang dicurigai kanker payudara. Meskipun demikian, beberapa jenis tumor pada payudara dapat berkembang menjadi kanker payudara. Berdasarkan hasil deteksi dini dengan metode pemeriksaan klinis (SADANIS) tahun 2018 di Kota Kupang pada wanita usia 30-50 tahun, terdapat 12 wanita yang mengalami tumor pada payudara dan jumlah ini mengalami peningkatan menjadi 30 wanita yang memiliki tumor pada payudara pada tahun 2020. Berdasarkan hasil deteksi dini dengan metode pemeriksaan payudara klinis (SADANIS) tahun 2020 di seluruh Puskesmas di Kota Kupang pada wanita usia 30-50 tahun, terdapat 30 wanita yang memiliki tumor pada payudara dimana Puskesmas Bakunase menjadi penyumbang kasus terbanyak yaitu 25 kasus. (Dinkes, 2022)

Strategi untuk mengatasi nyeri yang dialami pasien dikenal sebagai manajemen nyeri. Manajemen nyeri dapat dibagi menjadi dua kategori utama: teknik farmakologi dan teknik non-farmakologi. Salah satu teknik non-farmakologi adalah terapi pernapasan dalam, yang memiliki keuntungan karena mudah dilakukan dalam berbagai kondisi dan tidak menimbulkan efek samping. (Suwondo, 2017)

Teknik relaksasi pernapasan dalam melibatkan pengajaran dan anjuran kepada klien untuk menarik napas dengan benar, menghirup dalam-dalam, dan menghembuskan napas sambil melepaskan rasa sakit. Saat pasien menarik napas dalam, otot rangka mengalami relaksasi, memperbesar paru-paru, meningkatkan pasokan oksigen, dan membuka pori-pori Kohn di alveoli, yang meningkatkan konsentrasi oksigen untuk meredakan rasa sakit. Relaksasi yang

efektif dapat mengurangi ketegangan otot, kebosanan, dan kecemasan, sehingga mencegah peningkatan intensitas nyeri. Untuk teknik relaksasi ini, diperlukan tiga hal utama: posisi klien yang tepat, pikiran yang tenang, dan lingkungan yang damai. (Nugroho, 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fatimatuz Zahro di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta, yang berlangsung selama 3 hari, penerapan teknik napas dalam pada pasien kanker payudara menunjukkan penurunan skala nyeri. Penurunan ini tercatat dari skala 6 menjadi skala 4, serta dari skala 7 menjadi skala 5. Selain itu, penelitian oleh Wiwin Lismidiati pada tahun 2017 mengenai pengaruh terapi napas dalam pada kanker payudara juga menunjukkan bahwa terapi ini efektif dalam mengurangi nyeri. Sebelum terapi, rata-rata skala nyeri pasien adalah 8 dari skala 1-10, sementara setelah terapi napas dalam, rata-rata skala nyeri menurun menjadi 5-4. (Pristyanti Raras, 2022)

Berdasarkan data di atas maka penulis mengangkat kasus Ca Mammae di Puskesmas Bakunase sebagai proposal karya tulis ilmiah untuk menyelesaikan tugas akhir, dikarenakan penyakit Ca Mammae sudah banyak terjadi di Indonesia dan bagaimana implementasi terapi nafas dalam untuk mengurangi nyeri.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana cara menerapkan terapi napas dalam untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien kanker payudara, berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien dewasa yang menderita kanker payudara.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Menilai tingkat nyeri sebelum menerapkan teknik relaksasi napas dalam.
- 2) Menilai tingkat nyeri setelah menerapkan teknik relaksasi napas dalam.
- 3) Menganalisis perubahan tingkat nyeri sebelum dan setelah penerapan teknik relaksasi napas dalam.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar praktis dan meningkatkan pengetahuan peneliti mengenai penerapan terapi napas dalam untuk mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara.

### **1.4.2 Bagi tempat penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau saran, bagi pelaksana asuhan keperawatan dan juga bagi peneliti yang akan datang dalam merencanakan implementasi terapi napas dalam untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien kanker payudara

### **1.4.3 Bagi perkembangan ilmu pengetahuan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan di bidang keperawatan bagi peneliti di masa depan, praktisi perawatan, dan institusi pendidikan, terkait penerapan terapi napas dalam untuk mengurangi nyeri pada pasien kanker payudara, serta sebagai referensi dalam penulisan karya ilmiah.