



MANAJEMEN STRES PADA PASIEN CANCER DENGAN KEMOTERAPI

Etri Yanti^{1*}, Veolina Irman,² Siti Aisyah Nur³, Harmawati⁴
Stikes Syedza Sainatika
Email: etriyanti1972@gmail.com

ABSTRAK

Kanker juga merupakan salah satu penyakit kronis yang menimbulkan kematian di dunia..Metode pengobatan kanker saat ini antara lain dengan operatif, radioterapi dan kemoterapi. Kemoterapi berpengaruh pada fisik dan psikologis pasien. Secara fisik, kemoterapi akan menimbulkan gejala seperti mual, muntah, lidah pahit, tidak nafsu makan dan rambut rontok. Sedangkan secara psikologis, ansietas dan stress menjadi hal yang paling sering dialami berkaitan dengan pemikiran akan kesembuhan penyakit kanker. (Marcelina 2021). Tujuan Kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pasien dalam mengatasi stress yang dialaminya selama menjalani kemoterapi. Kegiatan dilaksanakan di bangsak Gynekologi RSUP Dr.M.Djamil pada tanggal 22 Mei 2022 yang dihadiri oleh 11 orang pasien dan keluarga. Metode dilaksanakan dengan ceramah dan diskusi. Kegiatan ini menghasilkan peningkatan pengetahuan, pemahaman pasien tentang manajemen stress. Diharapkan penyuluhan serupa bisa dilanjutkan oleh perawat di ruangan pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi.

Kata kunci : Kanker, psikologis, manajemen stress

ABSTRACT

Cancer is also a chronic disease that causes death in the world. Current cancer treatment methods include surgery, radiotherapy and chemotherapy. Chemotherapy affects the patient's physical and psychological. Physically, chemotherapy will cause symptoms such as nausea, vomiting, bitter tongue, no appetite and hair loss. While psychologically, anxiety and stress are the most frequently experienced things related to thinking about healing cancer. (Marcelina 2021). The purpose of this activity is to increase the patient's knowledge in dealing with the stress they experience during chemotherapy. The activity was carried out at the Gynecology ward of Dr.M.Djamil Hospital on May 22, 2022, which was attended by 11 patients and their families. The method is carried out with lectures and discussions. This activity resulted in increased knowledge, understanding of patients about stress management. It is hoped that similar counseling can be continued by nurses in the room for cancer patients undergoing chemotherapy.

Keywords: Cancer, psychology, stress management

LATAR BELAKANG

Kanker merupakan salah satu penyakit yang mematikan dimana jumlah kematian yang diakibatkan oleh kanker meningkat setiap tahunnya. Menurut *World Health Organization* atau WHO (2014) kanker merupakan suatu kondisi dimana munculnya sel-sel abnormal dalam tubuh yang melampaui

batas dan tumbuh secara tidak terkendali baik bentuk maupun jumlahnya. Sel-sel tersebut dapat menyerang bagian tubuh lain dengan cara metastasis melalui pembuluh darah dan kelenjar limfe. (Marcelina 2021)

Kanker juga merupakan salah satu penyakit kronis yang menimbulkan kematian di dunia. Sebuah data statistik di Amerika Serikat



menyebutkan bahwa kanker menyumbang hampir seperempat dari total jumlah kematian di negara tersebut dan menjadi penyakit kedua paling mematikan setelah penyakit jantung (Siegel et al., 2016 dalam Marcelina 2021). Prevalensi kejadian kanker di Indonesia adalah 1,4 setiap 1000 penduduk (Koes, 2020 dalam Marcelina 2021). Angka ini menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia sangat rentan terhadap penyakit kanker.

Metode pengobatan kanker saat ini antara lain dengan operatif, radioterapi dan kemoterapi. Sebagian besar penanganan untuk penyintas kanker adalah kemoterapi. Penatalaksanaan dengan kemoterapi sangat besar manfaatnya karena bersifat sistemik dalam mematikan sel-sel kanker dan efektif untuk kanker pada stadium lanjut. Pemberian obat kemoterapi umumnya berupa kombinasi beberapa obat yang diberikan dalam periode waktu tertentu. Setiap penyintas kanker memerlukan periode waktu yang bervariasi untuk menjalankan satu siklus kemoterapi. Periode pengobatan yang panjang berpengaruh pada fisik dan psikologis pasien. Secara fisik, kemoterapi akan menimbulkan gejala seperti mual, muntah, lidah pahit, tidak nafsu makan dan rambut rontok. Sedangkan secara psikologis, ansietas dan stress menjadi hal yang paling sering dialami berkaitan dengan pemikiran akan kesembuhan penyakit kanker. (Marcelina 2021)

Kondisi psikologis akan mempengaruhi kondisi fisik para penyintas kanker. Oleh sebab itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk memperhatikan kondisi psikologis pasien kanker. Salah satu cara yang efektif untuk menjaga kondisi psikologis adalah terapi komplementer (Penedo et al., 2021 dalam Marcelina 2021). Terapi komplementer adalah pengobatan non farmakologis atau terapi penunjang selama dilakukannya terapi farmakologi. Terapi komplementer yang dapat dilakukan perawat salah satunya adalah manajemen stress. Manajemen stress merupakan teknik yang dilakukan untuk mengontrol stress pada individu maupun kelompok.

Berdasarkan data yang diperoleh di ruangan ginekologi IRNA Kebidanan dan Anak RSUD Dr. M. Djamil Padang diketahui bahwa 7 dari 11 pasien cancer dengan kemoterapi mengatakan belum tau bagaimana memajemen stres dengan tepat dan 4 lainnya mengatakan bahwa mereka memajemen stres dengan cara mengalihkan stres dengan kegiatan lain yang mereka bisa lakukan di tempat tidur. Dan dari observasi pada pasien kanker yang sedang menjalani kemoterapi, pasien sering bertanya tentang kesembuhannya setelah kemoterapi, merasa putus asa dan beranggapan tidak akan bisa sembuh. Berdasarkan fenomena tersebut perlu dilakukan edukasi bagaimana cara manajemen stress pada pasien kemoterapi.

METODE

Berdasarkan identifikasi masalah, tim pelaksana melakukan langkah- langkah dalam penyelesaian masalah tersebut adalah :

Tujuan	Kegiatan ini bertujuan untuk mengurangi kecemasan/ stress , rasa putus asa pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi dengan harapan mereka punya semangat hidup dan merupakan salah satu cara untuk membunuh sel-sel kankernya ,
Kegiatan	
Isi kegiatan	a. Perkenalan dan penjelasan tujuan dari kegiatan pengabmas. b. Menggali respon psikologis pasien yang sedang menjalani kemoterapi, hal-hal yang dirasakannya baik fisik dan psikologis,



	<p>c. Penjelasan materi tentang kemoterapi, dampak kemoterapi terhadap tubuh pasien, konsep stress, tanda dan gejala stress, dan manajemen stress . Mendemonstrasikan bagaimana cara manajemen stress .</p> <p>d. Tanya jawab dengan audien dan keluarga</p>
Sasaran	Pasien kanker yang sedang menjalani kemoterapi di bangsal Gynrkologi di Irna Kebidanan dan Anak RSUP Dr.M.Djamil .
Strategi	Metode kegiatan yang dilakukan : a. ceramah /penyuluhan b. mendengarkan keluhan / hal-hal yang dirasakan pasien /psikologisnya c. mendemonstrasikan dan redemonstrasi manajemen stress pada pasien d. tanya jawab

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan sesuai dengan tahapan yang sudah ditetapkan dapat digambarkan pelaksanaannya sebagai berikut :

1. Tahap Pembukaan

Sebelum kegiatan dimulai, tim pengabmas melakukan perkenalan diri baik moderator maupun penyaji, menjelaskan tujuan pelaksanaan kegiatan, melakukan kontrak bahasa dan kontrak waktu dengan audien bahwa kegiatan dilaksanakan selama 45 menit

2. Tahap pelaksanaan

Sebelum pemberian materi penyuluhan, tim menggali pengetahuan audien tentang stress dan manajemen stress pada pasien kanker yang sedang menjalani kemoterapi. Dari penjelasan audien banyak yang mengalami kecemasan, putus asa selama menjalani kemoterapi, tidak mengetahui bagaimana menghadapi dan mengatasi stress. Materi diberikan dengan power point, laptop dan infokus. Materi disajikan dengan banyak diskusi, menanyakan perasaan pasien. Lingkup materi yang diberikan : pengertian stress, konsep kanker, konsep kemoterapi, efek/dampak dari kemoterapi, dan manajemen stress.

Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dengan menjelaskan semua materi dan menggali perasaan pasien

tentang hal-hal yang dirasakanya selama menjalani kemoterapi. Disaat pemateri memberikan penyuluhan, pasien memperhatikan dan antusias dalam mendengarkan materi yang diberikan dan kemampuan pasien dalam mengemukakan perasaannya.mengahargai perasaan pasien dan mengajarkan bagaimana melaksanakan manajemen stress nya . Dan tidak ada peserta yang meninggalkan ruangan kegiatan.

3. Tahap penutupan

Sebelum materi diakhiri moderator memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya tentang materi yang sudah diberikan. Menjawab semua pertanyaan yang diberikan audien. Menekan kan kembali kepada audien untuk melaksanakan manajemen stress yang telah diajarkan . Kegiatan penyuluhan ini berlangsung sesuai dengan waktu yang disepakati, 70 % audien tampak antusias dengan memberikan pertanyaan.

SIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat tentang tentang manajemen stress pada pasien kanker yang sedang menjalani kemoterapi di bangsal Gynekologi RSUP Dr.M.Djamil, didapatkan antusias dan partisipooaasi dari audien dan keluarga, diharapkan dapat diimplementasikan selama menjalani terapi dan untuk mempercepat kesembuhan pasien.



DAFTAR PUSTAKA

- Afdila, Jihan Nisa. (2016). Pengaruh Terapi Guided Imagery terhadap Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menyelesaikan Skripsi. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Anggraini. Yolanda Dwi Sukma. (2015). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Stres Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Kelas B Program A: Samarinda: STIKes Muhammadiyah Samarinda.
- Damayanti, Nuzulia Asmi. 2018. Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Pasien Kanker Kolon yang Menjalani Kemoterapi di Ruang Cendrawasih RSUP Dr. Kariadi Semarang. Semarang: Universitas Muhamadiyah Semarang.
- Ekawati, Dessy. 2017. Pengaruh Distraksi Menonton Animasi Kartun terhadap Tingkat Stres Hospitalisasi pada Anak saat dilakukan Injeksi Bolus. Jombang: STIKes Insan Cendekia Medika.
- Marcelina, Lina Ayu. 2021. Penerapan Manajemen Stress sebagai Terapi Komplementer bagi Penyintas Kanker di Komunitas Kanker Indonesia. Jakarta: UPN Veteran Jakarta.
- Putria, Sri Burhani, dkk. 2018. Efektivitas Logoterapi terhadap Stres Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. Pariaman: STIKes Piala Sakti.