

BAB II

TUJUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kanker

1. Definisi kanker

Kanker adalah penyakit di mana beberapa sel tubuh tumbuh tak terkendali dan menyebar ke bagian tubuh lainnya (National Cancer Institute, 2021). Tumor ganas atau kanker adalah suatu kelainan yang ditandai dengan pertumbuhan cepat, menyebar ke dalam jaringan yang berada di sekitarnya, dan dapat menuju ke daerah organ lain yang lebih jauh (metastasis). Metastasis penyakit ganas tersebut menuju ke organ lain bisa melalui berbagai cara, yaitu aliran darah (hematogen) dan kelenjar limfe (limfogen). Proses penyebaran sel kanker ke bagian tubuh lain disebut metastasis. Tumor yang bermetastasis dapat menyebabkan kerusakan parah pada fungsi tubuh, sehingga akan menyebabkan mortalitas. Tumor ganas atau kanker secara biologis dapat disebabkan oleh suatu kegagalan pada proses apoptosis sehingga dapat menyebabkan sel kanker tersebut mampu bertahan hidup secara otonom dalam tubuh. Mekanisme lainnya yang dapat menyebabkan sel kanker mampu bertahan adalah sel kanker memiliki kemampuan untuk menghindari terhadap sel imunokompeten termasuk sel T sitotoksik (TCL) dan sel Natural Killer (NK sel) (Budhy, 2019).

Kanker merupakan suatu penyakit Neoplasma ganas yang mempunyai Spektrum sangat luas dan kompleks (Widajati, 2018). Penyakit ini mulai dari yang paling jinak sampai yang paling ganas, hampir tidak ada kanker yang dapat sembuh Spontan dan bila dibiarkan akan terus berkembang sampai akhirnya menimbulkan kematian bagi penderita (Beno et al., 2022).

2. Etiologi Kanker

Kanker muncul dari transformasi sel normal menjadi sel tumor dalam proses multi-tahap yang umumnya berkembang dari lesi prakanker

menjadi tumor ganas. Zat yang menyebabkan kanker disebut karsinogen. Penyebabnya faktor internal yaitu genetik dan faktor eksternal berupa karsinogen. Faktor internal yang berasal dari dalam tubuh seperti genetik atau keturunan menyebabkan mutasi DNA di dalam sel. DNA merupakan sebuah paket yang terdiri atas gen. Tiap gen membawa instruksi untuk mengatur fungsi sel di dalam tubuh, namun jika kesalahan instruksi mampu menyebabkan fungsi sel tidak terkontrol, sel tumbuh secara tidak terkontrol sehingga dalam tahap akhir akan bersifat kanker. Sedangkan faktor eksternal yang berasal dari luar tubuh dibagi menjadi tiga kategori agen eksternal, antara lain (World Health Organization, 2022):

- a. Karsinogen fisik, seperti radiasi ultraviolet matahari (penyebab utama kanker kulit) dan pengion;
- b. Karsinogen kimia, seperti asbes, komponen asap tembakau, alkohol, aflatoksin (kontaminan makanan), dan arsenic (kontaminan air minum); dan
- c. Karsinogen biologis, seperti infeksi dari virus, bakteri, atau parasit.

3. Faktor-faktor yang dapat meningkatkan risiko seseorang terkena kanker

- a. Usia, Perkembangan kanker pada seseorang Dapat terjadi dalam jangka waktu yang sangat lama oleh karena itu kebanyakan penderita kanker adalah para lansia di atas umur 65 tahun meskipun begitu kanker juga dapat dialami oleh siapa pun tanpa memandang usia
- b. Riwayat keluarga, mutasi genetik dapat diwariskan dari orang tua jika seseorang memiliki anggota keluarga yang menjadi di penderita kanker akan kemungkinan orang tersebut memiliki resiko terkena kondisi yang sama dianjurkan bagi orang yang memiliki riwayat kanker dalam keluarga untuk menjalani tes genetik guna memeriksa adanya mutasi genetik keturunan pada orang tersebut
- c. Kondisi kesehatan kronis, beberapa penyakit kronis dapat meningkatkan resiko terjadinya kanker seperti kolitis ulserativa dapat meningkatkan resiko terjadinya kanker usus besar pada seseorang

- d. Lingkungan, faktor lingkungan juga dapat meningkatkan resiko terjadinya kanker pada seseorang contohnya adalah senyawa kimia berbahaya seperti Asbestos atau Benzena merokok juga meningkatkan resiko terjadinya kanker terutama pada kanker paru-paru
- e. Infeksi, beberapa virus dapat menjadi penyebab atau meningkatkan resiko terjadinya kanker contohnya adalah virus hepatitis B dan C yang dapat menyebabkan terjadinya kanker hati selain itu infeksi virus HPV (Human Papilloma virus) pada wanita dari dapat menyebabkan terjadinya kanker serviks
- f. Gangguan sistem imun, penderita gangguan sistem imun atau orang dengan sistem imun yang lemah lebih mudah terkena kanker dibandingkan orang sehat

4. Tanda dan gejala kanker

Tanda dan gejala yang dirasakan tergantung pada lokasi kanker dan pengaruhnya terhadap jaringan atau organ yang ada disekitarnya. Tanda dan gejala yang umum ditemukan pada penderita kanker adalah kelelahan, ekstremitas serta penurunan atau kenaikan berat badan, gangguan makan seperti kesulitan menelan, anoreksia, mual serta muntah, benjolan yang terdapat dibagian tubuh tertentu, nyeri, perubahan pada kulit, seperti benjolan yang berdarah, bersisik, luka yang tidak kunjung sembuh, batuk, atau suara serak yang tidak kunjung sembuh, perubahan pada BAB seperti diare yang tak kunjung sembuh, nyeri saat BAK, demam, munculnya keringat malam, sakit kepala, masalah pendengaran serta penglihatan, dan gangguan pada mulut seperti luka, perdarahan, nyeri dan mati rasa.

5. Dampak-Dampak Kanker

Penyakit kanker mempengaruhi semua aspek kehidupan pasien selain aspek fisik juga mempengaruhi aspek psikologis, sosial, dan perubahan spiritual (Indrayanti et al., 2022). Berikut dampak-dampak kanker:

a. Dampak fisik kanker

Kanker merupakan salah satu penyakit yang dapat memengaruhi hampir setiap aspek tubuh manusia. Gejala fisik yang timbul dapat

bervariasi tergantung pada jenis dan stadium kanker yang dialami. Dampak fisik kanker dapat memengaruhi kualitas hidup penderita dalam berbagai cara, baik langsung maupun tidak langsung.

1) Gejala Umum Kanker

Gejala umum yang muncul pada penderita kanker antara lain kelelahan ekstrem, penurunan berat badan yang tidak wajar, rasa sakit, dan pembengkakan pada area tubuh tertentu. Beberapa jenis kanker, seperti kanker paru, dapat menyebabkan kesulitan bernapas dan batuk berdarah. Gejala-gejala ini berpotensi mempengaruhi mobilitas penderita, mengurangi kemampuan mereka untuk menjalani aktivitas sehari-hari.

2) Pengaruh Pengobatan terhadap Tubuh

Pengobatan kanker, seperti kemoterapi, radiasi, dan pembedahan, memiliki berbagai efek samping fisik yang signifikan. Kemoterapi misalnya, dapat menyebabkan mual, muntah, penurunan sistem kekebalan tubuh, serta kerontokan rambut (Hernandez et al., 2020). Pengobatan radiasi dapat menyebabkan kulit terbakar atau luka pada area yang dirawat. Meskipun demikian, pengobatan ini sering kali diperlukan untuk mengurangi atau menghilangkan tumor.

3) Dampak Jangka Panjang

Setelah pengobatan selesai, penderita kanker seringkali mengalami dampak fisik jangka panjang, seperti kelelahan kronis, nyeri muskuloskeletal, atau masalah kardiovaskular (Zheng et al., 2021). Kehilangan fungsi organ tertentu juga dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari mereka, sehingga memerlukan perawatan jangka panjang atau rehabilitasi.

b. Dampak Psikologis Kanker

Diagnosis kanker tidak hanya membawa dampak fisik, tetapi juga psikologis yang mendalam. Penderita kanker sering mengalami

perubahan besar dalam cara mereka melihat diri sendiri dan dunia di sekitar mereka.

1) Kecemasan dan Ketakutan

Kanker sering kali memunculkan rasa takut dan kecemasan, baik terkait dengan proses pengobatan maupun ketidakpastian tentang masa depan. Pasien mungkin merasa cemas tentang kemungkinan kematian atau kemajuan penyakit. Kecemasan ini dapat memperburuk kondisi kesehatan fisik dan memperlambat proses pemulihan (Janssen et al., 2019).

2) Depresi

Depresi adalah kondisi psikologis yang umum ditemukan pada penderita kanker. Perubahan fisik yang signifikan, seperti kerontokan rambut atau penurunan kemampuan fisik, dapat menyebabkan perasaan putus asa dan kehilangan minat terhadap kehidupan. Depresi ini dapat mengurangi kualitas hidup dan memperburuk hasil pengobatan (Janssen et al., 2019).

3) Stres dan Penurunan Kualitas Hidup

Stres psikologis yang terkait dengan kanker seringkali dipicu oleh beban perawatan medis yang berat, perubahan dalam peran keluarga, dan ketidakpastian tentang prognosis penyakit. Stres ini dapat menurunkan kualitas hidup dan memengaruhi hubungan interpersonal penderita kanker (Grassi & Riba, 2020).

c. Dampak Sosial Kanker

Kanker tidak hanya memengaruhi individu secara pribadi, tetapi juga dapat mempengaruhi hubungan sosial mereka. Banyak penderita kanker merasa terisolasi dari kehidupan sosial mereka karena perubahan dalam penampilan dan perasaan tidak berdaya.

1) Isolasi Sosial

Penderita kanker sering kali merasa terisolasi dari teman-teman dan keluarga. Perasaan ini mungkin diperburuk oleh perubahan dalam penampilan fisik atau keterbatasan fisik yang membuat

mereka tidak dapat berpartisipasi dalam kegiatan sosial seperti sebelum menderita penyakit kanker. Banyak penderita kanker merasa canggung atau malu untuk bertemu dengan orang lain karena efek samping pengobatan seperti kebotakan atau penurunan berat badan yang drastic (Nipp et al., 2016).

2) Perubahan dalam Hubungan Keluarga

Kanker juga dapat menyebabkan perubahan dalam dinamika keluarga. Anggota keluarga yang merawat penderita kanker seringkali mengalami stres dan kecemasan. Tugas merawat seseorang yang sakit juga dapat membebani keuangan dan waktu keluarga, yang dapat menyebabkan ketegangan dalam hubungan mereka (Butow et al., 2019).

3) Stigma Sosial

Meskipun kanker bukan penyakit menular, stigma sosial yang tidak berdasar masih sering ditemui, terutama di kalangan penderita kanker tertentu seperti kanker payudara atau kanker paru. Stigma ini bisa memperburuk perasaan terisolasi dan meningkatkan beban psikologis bagi penderita (Pauken et al., 2016).

d. Dampak Spiritual Kanker

Selain dampak fisik, psikologis, dan sosial, kanker juga dapat memengaruhi dimensi spiritual kehidupan seseorang. Spiritualitas berperan penting dalam cara individu mengatasi tantangan besar dalam hidup, termasuk penyakit serius seperti kanker.

1) Pencarian Makna dan Tujuan Hidup

Bagi sebagian orang, kanker dapat menyebabkan pencarian makna yang lebih dalam dalam hidup mereka. Pasien kanker seringkali merenung tentang tujuan hidup mereka dan mencari pemahaman yang lebih dalam tentang eksistensi dan kematian. Beberapa pasien dapat mengalami peningkatan spiritualitas atau menjadi lebih terhubung dengan agama atau keyakinan mereka (Pargament, 2013).

2) Perasaan Kehilangan dan Penerimaan

Kanker dapat memunculkan perasaan kehilangan yang mendalam, baik terkait dengan kesehatan, penampilan, maupun masa depan. Proses penyembuhan spiritual sering melibatkan penerimaan terhadap kondisi saat ini dan keinginan untuk hidup dengan cara yang lebih bermakna (Krooupa et al., 2020).

3) Dukungan Spiritual dan Religius

Banyak penderita kanker mencari dukungan dari komunitas religius atau praktik spiritual untuk membantu mereka mengatasi tantangan emosional dan psikologis yang mereka hadapi. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan spiritual dapat membantu mengurangi kecemasan dan depresi serta meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan (Fitchett et al., 2016).

6. Stadium kanker

Stadium inilah yang menggambarkan tingkat keparahan kanker seseorang berdasarkan dari besarnya tumor asli atau primer, sejauh mana kanker sudah menyebar didalam tubuh. Sistem klasifikasi stadium klinis menentukan tingkat anatomi dari proses penyakit ganas secara bertahap. Adapun klasifikasi stadium klinis yaitu:

- a. Stage 0: kanker di tempat
- b. Stage I: tumor terbatas pada jaringan asal
- c. Stage II: tumor lokal pertumbuhan tahap
- d. Stage III: penyebaran lokal terbatas
- e. Stage IV: penyebaran lokal dan regional yang luas
- f. Stage V: Metastasis

Stadium klinis inilah yang menentukan berbagai jenis tumor, termasuk kanker serviks serta limfoma hodgkin, penyakit keganasan lainnya seperti leukemia tidak menggunakan pendekatan stadium ini (Seputri, 2024).

7. Penatalaksanaan kanker

a. Pembedahan

Pembedahan adalah prosedur pengangkatan seluruh jaringan tumor yang dapat direseksi dengan menyisakan jaringan normal. Pembedahan biasa menjadi terapi definitif dari kanker yang tidak menyebar melampaui batas eksisi pembedahan. Pembedahan juga di indikasikan untuk mengurangi gejala seperti yang disebabkan oleh obtruksi massa tumor, jika tumor tidak memungkinkan diangkat seluruhnya maka akan diberikan kemoterapi atau terapi radiasi sehingga pengobatan yang dilakukan jauh lebih efektif, karena massa tumor dapat berkurang sebelum pengobatan dan dapat meningkatkan hasil pembedahan (Amalia et al., 2023).

b. Radioterapi

Terapi radiasi biasa digunakan untuk membunuh sel-sel kanker dengan meminimalisir kerusakan pada struktur normal. Radiasi dapat merusak sel dengan cara menanamkan cukup energi untuk dapat menyebabkan kerusakan molekuler, khususnya pada DNA. Kerusakan yang terjadi bersifat letal yaitu sel dibunuh dengan radiasi.

B. Kemoterapi

1. Pengertian

Kemoterapi biasa disebut dengan istilah “kemo” adalah penggunaan obat-obatan sitotoksik dalam terapi kanker yang dapat menghambat proliferasi sel kanker (Otto, 2005; NCI, 2008; Smeltzer dkk., 2010; Firmana, 2017).

Kemoterapi adalah proses pemberian obat anti kanker dalam bentuk pil cair maupun kapsul atau melalui infus yang bertujuan untuk membunuh sel kanker diseluruh tubuh (Denton, 1996 dalam Manurung, 2018). Kemoterapi adalah pengobatan kanker dengan penggunaan bahan kimia seperti terapi sistemik. Obat-obatan kemoterapi diberikan sebagai satu

kombinasi yang di rancang untuk menyerang kanker dari berbagai aspek kelemahan pada waktu yang sama tanpa membatasi dosisnya, sehingga mengurangi efek toksik dari obat itu sendiri. Kanker mempunyai jumlah sel yang sangat banyak dan ada suatu fraksi kecil dari kelompok sel yang bersifat resisten terhadap salah satu obat kemoterapi. Sel-sel yang resisten ini bisa sensitive dengan obat kedua atau ketiga dalam koktail kemoterapi. Penjadwalan pemberian obat juga sangat penting, yang dapat dilihat dari hasil dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa kanker dapat menjadi resisten apabila terjadi keterlambatan yang lama diantara dua waktu pemberian kemoterapi yang telah direncanakan.

Obat kemoterapi dapat diberikan kepada pasien melalui intravena, intraarteri, per oral, intratekal, intraperitoneal/pleural, intramuscular, dan subkutan. Terapi obat-obatan sitotoksik ini untuk mengobati pasien kanker dengan penyebaran sel kanker ke kelenjar getah bening aksila. Prognosis buruk pada kanker tanpa kelenjar yang terkena, kanker lokal regional yang telah berkembang jauh atau metastasis jauh. Pemberian kemoterapi selain untuk pengobatan biasanya digunakan untuk mengurangi massa dari sel kanker, memperbaiki serta meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi komplikasi penyakit kanker akibat metastasis (Ramadani et al., 2022).

2. Jenis-Jenis Kemoterapi

Menurut (Ramadani et al., 2022) program kemoterapi dibagi menjadi 3 yang dapat diberikan kepada pasien kemoterapi, yaitu:

a. Kemoterapi Primer

Kemoterapi primer adalah kemoterapi yang diberikan sebelum tindakan medis seperti pembedahan/operasi dan radiasi.

b. Kemoterapi Adjuvan

Kemoterapi adjuvant adalah kemoterapi yang diberikan sesudah tindakan operasi atau radiasi. Tindakan ini mempunyai tujuan yaitu untuk menghancurkan sel-sel kanker yang masih tersisa atau metastasis kecil.

c. Kemoterapi Neoadjuvan

Terapi neoadjuvan adalah kemoterapi yang diberikan sebelum tindakan operasi atau radiasi yang kemudian dilanjutkan dengan kemoterapi. Tindakan ini mempunyai tujuan yaitu untuk mengecilkan ukuran massa kanker yang dapat mempermudah saat dilakukannya tindakan operasi atau radiasi.

3. Efek Samping Kemoterapi

Efek samping kemoterapi yang ditimbulkan secara langsung terjadi 24 jam setelah kemoterapi berupa mual, muntah yang hebat, disebabkan karena adanya zat anti-tumor yang mempengaruhi hipotalamus dan kemoreseptor otak, sehingga dapat mempengaruhi asupan makan penderita kanker secara langsung (Habsari, 2017). Efek samping yang disebabkan oleh kemoterapi berlangsung 2 hari hingga 1 minggu setelah dilakukan kemoterapi, selanjutnya secara berangsur-angsur nafsu makan pada responden akan kembali seperti semula (Annisa Rachma Firdausi Darmawan & Merryana Adriani, 2019). Selain itu mukositis atau kerusakan mukosa sebagai salah satu efek kemoterapi yang biasa terjadi pada 3-10 hari setelah pemberian kemoterapi sehingga menyebabkan gangguan mengunyah dan menelan yang dapat menurunkan nafsu makan, akibatnya dapat mengganggu nutrisi (Damayanti, 2019).

C. Kemandirian

1. Pengertian

Istilah “kemandirian” berasal dari kata dasar “diri” yang mendapat awalan “ke” dan akhiran “an”, kemudian membentuk satu kata keadaan atau kata benda. Karena kemandirian berasal dari kata “diri”, maka pembahasan mengenai kemandirian tidak bisa lepas dari pembahasan tentang perkembangan diri itu sendiri, yang dalam konsep Carl Rogers disebut dengan istilah self, karena diri itu merupakan inti dari kemandirian (Jasmine, 2014).

Istilah kemandirian menunjukkan adanya kepercayaan akan sebuah kemampuan diri dalam menyelesaikan masalah tanpa bantuan dari orang lain. Individu yang mandiri sebagai individu yang dapat menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya, mampu mengambil keputusan sendiri, mempunyai inisiatif dan kreatif, tanpa mengabaikan lingkungan disekitarnya. Menurut beberapa ahli “kemandirian” menunjukkan pada kemampuan psikososial yang mencakup kebebasan untuk bertindak, tidak tergantung dengan kemampuan orang lain, tidak terpengaruh lingkungan, dan bebas mengatur kebutuhannya sendiri (Jasmine, 2014).

Adapun beberapa definisi kemandirian menurut para ahli, sebagaimana dikutip Eti Nurhayati, sebagai berikut:

- a. Menurut Watson, kemandirian berarti kebebasan untuk mengambil inisiatif, mengatasi hambatan, melakukan sesuatu dengan tepat, gigih dalam usaha, dan melakukan sendiri segala sesuatu tanpa mengandalkan bantuan dari orang lain.
- b. Menurut Bernadib, kemandirian mencakup perilaku mampu berinisiatif, mampu mengatasi masalah, mempunyai rasa percaya diri, dapat melakukan sesuatu sendiri tanpa menggantungkan diri terhadap orang lain.
- c. Menurut Johson, kemandirian merupakan salah satu ciri kematangan yang memungkinkan individu berfungsi otonom dan berusaha ke arah prestasi pribadi dan tercapainya tujuan.
- d. Menurut Mu'tadin, kemandirian mengandung makna: (a) suatu keadaan dimana seseorang memiliki hasrat bersaing untuk untuk maju demi kebaikan dirinya, (b) mampu mengambil keputusan dan inisiatif diri dalam mengerjakan tugas-tugas, dan bertanggung jawab atas apa yang dilakukan (Jasmine, 2014).

Dari beberapa pendapat tentang definisi kemandirian diatas, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Kemandirian merupakan adanya indikasi unsur-unsur tanggung jawab, percaya diri, inisiatif, memiliki motivasi yang kuat untuk

maju, demi kebaikan dirinya, mantap mengambil keputusan sendiri, tidak menggantungkan diri pada orang lain, memiliki hasrat untuk berkompetisi dengan orang lain, mampu mengatasi hambatan, melakukan sesuatu dengan tepat, gigih dalam usaha, mampu mengatur kebutuhannya sendiri, dan tegas dalam bertindak serta menguasai tugas yang diembannya.

- 2) Kemandirian merupakan suatu sikap individu yang diperoleh secara bertahap selama perkembangan berlangsung, di mana individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi di lingkungan, sehingga individu pada akhirnya akan mampu berfikir dan bertindak sendiri.
- 3) Kemandirian adalah kemampuan mengambil keputusan sendiri dengan atau tanpa bantuan orang lain, yang relevan, tetapi tidak menggantungkan diri kepada orang lain, berinisiatif untuk mengatasi masalah yang dihadapi, percaya diri dalam mengatasi tugas-tugas, dan bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukan.
- 4) Kemandirian belajar diartikan sebagai situasi dimana pembelajar bertanggung jawab penuh dalam pengambilan keputusan dan menerapkan dalam pembelajaran (Jasmine, 2014).

2. Bentuk-bentuk Kemandirian

Menurut Robert Havighurst, membedakan kemandirian atas empat bentuk kemandirian, yaitu:

a. Kemandirian Emosi

Merupakan kemampuan mengontrol emosi sendiri dan tidak tergantung kebutuhan emosi orang lain. Pada pasien kemoterapi, kemandirian emosi adalah kemampuan mengontrol emosi ketika mengalami nyeri, keputusasaan, ketika merasakan bosan, kemalasan untuk berangkat kemoterapi, dan ketika mau dipasang kemoterapi. Pasien tidak menunjukkan emosi tidak terkontrol seperti menangis, marah-marah, pasien menerima dan siap bekerja sama selama proses kemoterapi.

b. Kemandirian Ekonomi

Kemandirian ekonomi yaitu kemampuan mengatur ekonomi sendiri dan tidak tergantungnya kebutuhan ekonomi pada orang lain. Pasien mampu membeli makanan sendiri, perawatan kulit, transportasi, beli vitamin, mempunyai BPJS.

c. Kemandirian Intelektual

Kemandirian intelektual yaitu kemampuan untuk mengatasi berbagai masalah yang dihadapi. Pasien mampu mengerti penyakit, mengerti kemoterapi, bisa merawat diri terhadap penyakit kanker atau kemoterapi, bisa mengambil keputusan tentang perawatannya, bisa mematuhi aturan obat, proses pengobatan.

d. Kemandirian Sosial

Kemandirian sosial merupakan kemampuan untuk mengadakan interaksi dengan orang lain dan tidak bergantung pada aksi orang lain. Pasien mampu bekerja sama dengan keluarga, dengan tim kesehatan, tetap bisa berteman, bisa ikut pertemuan sosial dan tidak menarik diri.

3. Ciri-ciri Kemandirian Pasien Kemoterapi

Kemandirian pasien kanker selama menjalani perawatan kemoterapi adalah memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh, menjaga asupan cairan tubuh, menjaga kesehatan kulit dan rambut, tidur yang cukup, hingga mengelola stres dengan baik (Tim Medis RS Siloam, 2024)

a. Memenuhi Kebutuhan Nutrisi Tubuh

Efek samping kemoterapi sering kali membuat pasien kanker mengalami penurunan nafsu makan sekaligus berat badan akibat mual dan muntah yang kerap dialami. Selain itu, pasien kanker juga sering kali merasa tidak bertenaga. Hal tersebut juga dapat disebabkan oleh zat sitokin yang meningkat pada berbagai jenis kanker yang dapat merangsang otak untuk menekan nafsu makan. Maka dari itu, pasien kanker dianjurkan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh sebaik mungkin agar tubuh tetap fit dan bugar. Sebaiknya, konsumsilah

setidaknya 2,5 porsi buah dan sayur setiap hari untuk memenuhi kebutuhan vitamin tubuh.

Pasien kanker juga dianjurkan untuk mengonsumsi makanan yang mengandung protein dan kalori secukupnya guna memenuhi kebutuhan energi tubuh. Namun, ada baiknya untuk memilih makanan berprotein yang rendah lemak, seperti telur, ikan, atau kacang-kacangan. Jika tidak dapat mengonsumsi makanan dalam jumlah banyak, disarankan untuk tetap makan dengan porsi sedikit namun sering. Untuk mencegah mual dan muntah, hindarilah makanan yang memiliki bau menyengat, pedas, asam, dan diolah dengan cara digoreng.

b. Memenuhi Asupan Cairan Tubuh

Mual dan muntah yang kerap muncul akibat efek samping kemoterapi berisiko menyebabkan pasien kanker mengalami ketidakseimbangan elektrolit dan dehidrasi. Karena itu, penting bagi pasien kanker untuk selalu mencukupi asupan cairan tubuh dengan minum air putih setidaknya 2 Liter atau setara dengan 8 gelas berukuran 230 ml setiap harinya. Selain mencegah terjadinya dehidrasi, minum air putih yang cukup juga dapat membantu mengatasi masalah sembelit dan mulut kering yang sering muncul akibat efek samping kemoterapi. Untuk mengurangi rasa mual, penderita juga dapat mengonsumsi teh jahe serta menghindari konsumsi minuman berkafein dan beralkohol.

c. Menjaga Kesehatan Kulit dan Rambut

Menjaga kesehatan kulit dan rambut menjadi salah satu tips perawatan setelah kemoterapi yang penting untuk dilakukan. Sebab, kemoterapi dapat menimbulkan efek samping berupa iritasi kulit dan kerontokan rambut yang ekstrem. Untuk menjaga kesehatan kulit, penderita dapat menjaga kulit agar tetap bersih dan kering. Pastikan pula untuk menggunakan pelembap setelah mandi serta mengaplikasikan sunscreen jika ingin keluar ruangan di siang hari.

Bila kulit terasa gatal dan perih, sebaiknya jangan digaruk dan bersihkan dengan sabun berbahan ringan atau produk perawatan kulit yang disarankan dokter. Sementara untuk menjaga kesehatan rambut, pasien dapat membersihkan kulit kepala menggunakan air hangat dan sampo berbahan ringan. Selain itu, hindari menyisir rambut terlalu kencang dan menggunakan alat pengering rambut terlalu lama guna meminimalkan risiko kerusakan rambut.

d. Menjaga Kebersihan Tubuh

Pasien harus menjaga kebersihan tubuh, seperti mandi dua kali sehari serta mencuci tangan dalam berbagai kesempatan, seperti sebelum dan sesudah makan, setelah menyentuh barang milik bersama, atau setelah menggunakan toilet. Saat keluar rumah, disarankan untuk mengenakan masker serta menjaga jarak dengan seseorang yang sedang sakit. Hal ini dilakukan untuk mencegah risiko penularan kuman atau patogen penyebab penyakit yang rentan dialami oleh penderita kanker akibat menurunnya sistem imun tubuh pasca perawatan kemoterapi.

e. Tidur yang Cukup

Mencukupi waktu tidur merupakan salah satu tips menghadapi kemoterapi yang penting dilakukan untuk membuat tubuh lebih bugar dan terhindar dari stres berlebih. Agar bisa memperoleh tidur yang berkualitas, sebaiknya hindari mengonsumsi makanan atau minuman berkafein 8 jam sebelum tidur dan membatasi screen time setidaknya 1–2 jam sebelum tidur. Jika mengalami insomnia akibat efek samping kemoterapi, tak ada salahnya untuk berkonsultasi dengan dokter guna mengetahui cara tepat dalam mengatasinya.

f. Mengelola Stres dengan Baik

Penderita kanker berisiko mengalami stres atau bahkan depresi karena harus menjalani pengobatan dalam jangka panjang. Untuk menghindari risiko gangguan mental tersebut, sangat disarankan untuk melakukan aktivitas yang dapat membuat tubuh menjadi lebih rileks,

seperti bermeditasi, melakukan olahraga ringan, berbagi cerita dan meminta bantuan kepada keluarga, serta melakukan konseling dengan psikolog atau psikiater.

g. **Konsultasi dengan Dokter Spesialis Onkologi**

Salah satu tips kemoterapi yang penting untuk diterapkan adalah berkonsultasi dengan dokter spesialis onkologi. Dokter spesialis onkologi akan bertanggung jawab dalam menegakkan diagnosis kanker, menentukan rencana dan metode pengobatan yang tepat, mengatur dan mengawasi prosedur pengobatan yang sedang berjalan, serta menerapkan tindakan untuk mencegah kekambuhan kanker.

4. Cara Penilaian Kemandirian

Cara penilaian pada variabel kemandirian ini adalah dengan menggunakan skala Likert. Tanggapan responden kemudian diklarifikasikan menjadi beberapa poin. Biasanya untuk skala likert menggunakan 4 skala seperti Tidak Setuju (TS) diberi skor 1, Kurang Setuju (KS) diberi skor 2, Setuju (S) diberi skor 3 dan Sangat Setuju (SS) diberi skor 4. Untuk skor maksimal yang didapat 100, dengan interval ≥ 50 dan < 49 . Dapat dikatakan kemandirian positif bila skor nilai yang didapat ≥ 50 dan dikatakan kemandirian negatif bila skor nilai yang didapat < 49 (Honigam & Castle, 2012).

D. Dukungan Keluarga

1. Pengertian

Keluarga adalah sekumpulan orang yang dihubungkan melalui ikatan pernikahan, adopsi, kelahiran, yang bertujuan untuk menciptakan dan mempertahankan budaya umum yang meliputi meningkatkan perkembangan fisik dan mental serta emosional, dan sosial dari tiap anggota.

Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul serta hidup bersama dalam suatu atap dan saling ketergantungan (Depkes, RI dalam Putra,

2019). Sedangkan dukungan keluarga merupakan segala bantuan yang diberikan keluarga kepada pasien sehingga menimbulkan perasaan aman, nyaman dan peduli terhadap perawatan pasien. Dukungan ini diberikan sebagai bentuk penerimaan keluarga terhadap anggota keluarga yang sakit dan selalu siap memberikan bantuan yang diperlukan (Madiyanti, 2018).

Anggota keluarga yang tinggal serumah memiliki hubungan yang sangat erat, baik dari aktifitas secara fisik maupun emosional. Individu membutuhkan dukungan dari keluarga agar dapat mempengaruhi kenyamanan dan kesehatannya. Dukungan keluarga berkaitan dengan kualitas kesehatan seseorang (Fairuza, 2023).

Dukungan keluarga terutama pasangan adalah dukungan yang diberikan oleh suami kepada istrinya yang telah melakukan kemoterapi yang meliputi dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan emosional, dukungan informasi. Bentuk-bentuk dukungan pasangan yang dapat dilakukan adalah kedekatan emosional, berbagi perasaan, perhatian, dapat menghargai kemampuan dan menerima keadaan pasangan yang mengidap kanker serta menjadi pendamping dapat diandalkan. Keluarga terutama pasangan merupakan tempat bergantung untuk menyelesaikan masalah. Dengan adanya dukungan tersebut, segala sesuatu yang tadinya terasa berat menjadi lebih ringan serta menyenangkan (Hasanah, 2017).

2. Jenis-Jenis Dukungan Keluarga

Ada beberapa jenis dukungan yang dapat dilakukan oleh keluarga terutama pasangan dalam Tri Nurhidayati (2013):

a. Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan yang dapat dilakukan oleh pasangan yaitu peduli kondisinya setelah mengidap penyakit kanker. Selain itu, hal yang dapat dilakukan oleh pasangan kepada individu pengidap kanker adalah sering memberikan pujian, memberikan motivasi dan semangat dalam proses pengobatan kemoterapi maupun pembedahan. Misalnya, anggota keluarga terutama pasangan dan anak tetap menerima, mencintai dirinya walaupun dirinya mengidap penyakit

kanker dan hanya menjadi beban, mereka tetap harmonis dan saat luka penderita mengeluarkan aroma tidak sedap mereka menerima dan tidak pernah mengucilkannya.

b. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental yang dapat dilakukan oleh pasangan ketika menjalani pengobatan yaitu dengan mendukung secara finansial, membantunya dalam melakukan aktivitas kecil seperti mengambil makanan serta minuman, memberikan tempat tidur yang nyaman, menyiapkan obat-obatan yang dikonsumsi penderita kanker, memberikan hiburan agar penderita tidak stres seperti mengajaknya mengobrol dan mendengarkan musik bersama.

c. Dukungan informasi

Yang dimaksud dengan dukungan informasi adalah bentuk dukungan yang dilakukan oleh keluarga terutama pasangan seperti mencari informasi mengenai penyakitnya seperti bertanya ke dokter, mencari di internet, berkonsultasi dengan ahli gizi mengenai makanan yang baik untuk dikonsumsi penderita kanker.

d. Dukungan emosional

Setelah menjalani pengobatan seperti kemoterapi, penderita kanker sering menderita secara emosional hingga beresiko mengalami depresi, rasa cemas, serta kehilangan harga diri. Oleh sebab itu, suami harus bisa meyakinkan bahwa dia layak untuk dicintai dan dukung untuk supaya ia dapat mengetahui bahwa orang lain terutama suami dan keluarga peduli padanya dan membuat lebih percaya diri untuk menghadapi segala situasi. Ada beberapa dukungan emosional yang dapat diwujudkan yaitu menunjukkan rasa kasih sayang serta sikap empati dan peduli terhadap perubahan diri, buat penderita kanker merasa dimiliki serta dicintai, membantu membangun keyakinan untuk sembuh, meningkatkan komunikasi kepada penderita.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Keluarga

Faktor – faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga menurut Purnawan dalam Tandok, 2023. Dibagi menjadi dua yaitu:

a. Faktor Internal

- 1) Tahapan perkembangan, setiap dukungan ditentukan oleh faktor usia dimana termasuk pertumbuhan dan perkembangan, dengan demikian setiap rentang usia memiliki pemahaman dan respon terhadap perubahan kesehatan yang berbeda-beda.
- 2) Spiritual, aspek spiritual dapat terlihat dari bagaimana seseorang itu menjalani kehidupannya, mencakup nilai dan keyakinan, hubungan dengan keluarga atau teman, dan kemampuan mencari harapan serta arti dalam hidup.
- 3) Faktor emosional, faktor ini juga dapat mempengaruhi keyakinan seseorang terhadap adanya dukungan dan cara melaksanakannya. Seseorang yang mengalami respon stress cenderung merasa khawatir bahwa penyakit tersebut dapat mengancam kehidupannya. Seseorang secara umum terlihat tenang mungkin mempunyai respon emosional yang kecil selama ia sakit. jadi seseorang individu yang tidak mampu melakukan koping secara emosional terhadap ancaman penyakitnya mungkin akan menyangkal tentang penyakitnya.

b. Faktor Eksternal

- 1) Faktor sosial ekonomi, semakin tinggi tingkat ekonomi seseorang biasanya ia akan lebih cepat tanggap terhadap gejala penyakit yang dirasakannya sehingga ia akan segera mencari pertolongan Ketika merasa ada gangguan pada kesehatannya.
- 2) Faktor latar belakang budaya. Faktor ini dapat mempengaruhi keyakinan, nilai serta kebiasaan individu dalam memberikan dukungan termasuk cara pelaksanaan kesehatan.

4. Cara Penilaian Dukungan Keluarga

Cara penilaian pada variabel Dukungan keluarga ini adalah dengan menggunakan skala Likert. Tanggapan responden kemudian

diklarifikasikan menjadi beberapa poin. Biasanya untuk skala likert menggunakan 4 skala seperti Tidak Setuju (TS) diberi skor 1, Kurang Setuju (KS) diberi skor 2, Setuju (S) diberi skor 3 dan Sangat Setuju (SS) diberi skor 4. Untuk skor maksimal yang didapat 80, dengan interval ≥ 40 dan < 39 . Dapat dikatakan dukungan keluarga kuat bila skor nilai yang didapat ≥ 40 dan dikatakan regulasi dukungan keluarga lemah bila skor nilai yang didapat < 39 (Tri Nurhidayati, 2013).

E. Penelitian Terkait

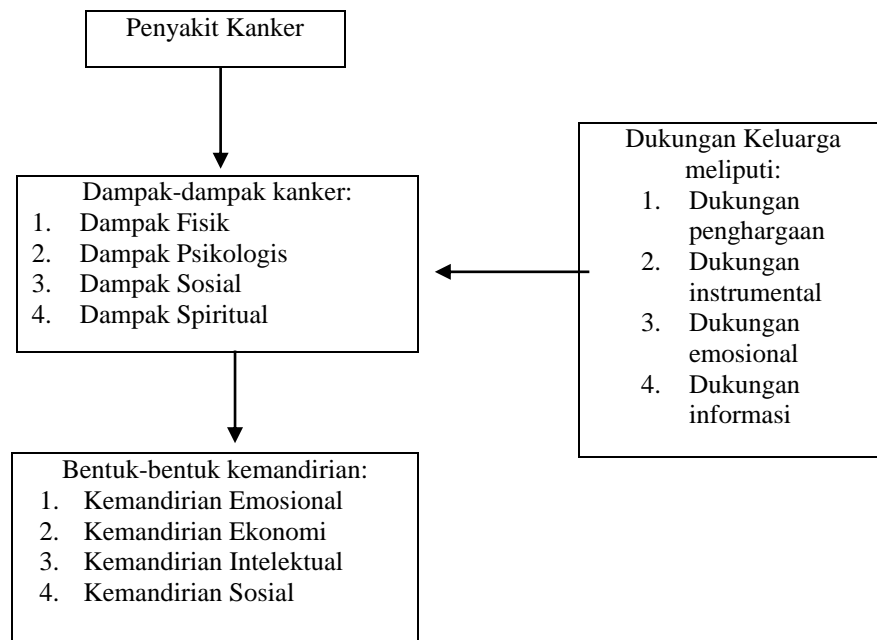
Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Hasibuan, 2018) yang berjudul, didapatkan hasil uji statistik univariat terhadap tingkat kemandirian responden dalam melakukan *Activitiy Daily Living's (ADL's)* diketahui bahwa dari 35 responden mayoritas responden membutuhkan pertolongan orang lain dan alat bantu dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi dan cairan sebanyak 17 orang (48,60%), membutuhkan orang lain sebagai pengawasan atau pemotivasi dalam pemenuhan kebutuhan mobilisasi/pergerakan sebanyak 16 Orang (45,70%), membutuhkan orang lain sebagai pengawasan atau pemotivasi dalam pemenuhan kebutuhan aktivitas rumah sebanyak 17 orang (48,60%), membutuhkan orang lain sebagai pengawasan atau pemotivasi dalam pemenuhan kebutuhan aktivitas *toileting* sebanyak 17 orang (48,60%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ilmiah & Pendidikan, 2022) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kemandirian Pasien Pasca Stroke, didapatkan hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pasien yang memperoleh dukungan keluarga penuh memiliki derajat kemandirian yang tinggi yaitu (54,4%), sedangkan pasien yang memperoleh dukungan keluarga rendah memiliki derajat kemandirian tertinggi yaitu termasuk ketergantungan rendah (69%). Sebagian besar pasien pasca stroke yang memperoleh dukungan keluarga penuh memiliki tingkat kemandirian yang tinggi. Pasien pasca stroke dengan dukungan keluarga rendah mayoritas menunjukkan hasil tingkat kemandiriannya ketergantungan ringan yaitu 9 orang dengan persentase 69%. Selanjutnya pasien pasca stroke dengan

dukungan keluarga yang sedang didapatkan hasil yang sama untuk tingkat kemandirian pada ketergantungan berat 6 orang dengan persentase 35,5% dan ketergantungan ringan 6 orang dengan persentase 35,5%, sedangkan pasien pasca stroke yang memiliki dukungan keluarga tinggi mayoritas memiliki tingkat kemandirian yang mandiri tertinggi, yaitu 12 orang dengan persentase 54,4%.

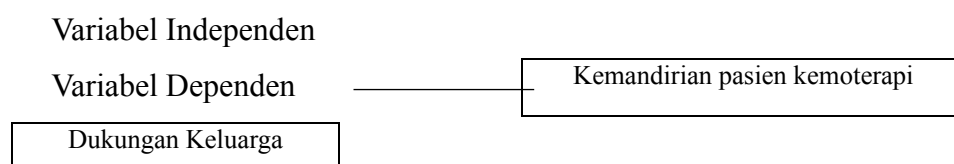
Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Yolanda Rosa, Andi Siswandi, Selvia Anggraeni, Octa Reni Setiawati, 2022) yang berjudul “Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kemandirian Pada Penderita Kanker Payudara Yang Sedang Menjalani Kemoterapi di RSUD Dr. H Abdul Moeloek Bandar Lampung”, didapatkan hasil penelitian hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian pada penderita kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi diperoleh bahwa dari 27 responden yang mendapat dukungan keluarga kurang baik, yang mendapatkan kemandirian kurang baik sebanyak 20 orang (74.1%) dan yang mendapatkan kemandirian baik sebanyak 7 orang (25.9%). Sedangkan dari 41 responden yang mendapat dukungan keluarga yang baik yang mendapatkan kemandirian baik sebanyak 31 orang (22.95%) dan yang mendapatkan kemandirian kurang baik sebanyak 10 orang (24.4%).

F. Kerangka Teori



Gambar 2.1. Kerangka Teori

G. Kerangka Konsep



Gambar 2.2. Kerangka Konsep

H. Hipotesis

Hasil penelitian membuktikan ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kemandirian pasien kemoterapi.