BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker payudara merupakan jenis kanker yang umum terjadi pada perempuan, di mana sel-sel ganas tumbuh secara tidak terkendali dalam satu atau lebih jaringan yang ada di payudara (Puspitasari et al., 2022). Kanker payudara dapat ditemui pada perempuan di seluruh dunia tanpa memandang negara atau wilayah tempat tinggal. Penyakit ini dapat muncul pada perempuan setelah mengalami masa pubertas, namun risiko terjadinya kanker payudara semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Diperkirakan sekitar 2,3 juta perempuan di seluruh dunia terdiagnosis kanker payudara, sehingga penyakit ini menjadi salah satu jenis kanker dengan prevalensi paling tinggi pada perempuan di tahun 2022. Dari jumlah tersebut, sekitar 670.000 perempuan dilaporkan meninggal akibat kanker payudara. Di kawasan Asia Tenggara, Indonesia menduduki urutan ke tiga dengan total penderita kanker payudara yang mencapai 19.750 kasus. Berdasarkan data *Global Cancer Observatory* (GLOBOCAN) pada tahun 2020, tercatat 68.858 orang dengan kasus baru kanker payudara atau kurang lebih sebanyak 16,6% dari total 396.914 kasus kanker yang baru terjadi di seluruh Indonesia (Parasian et al., 2024).

Sebanyak 1,3 juta orang dalam rentang usia 30-50 tahun di Provinsi Jawa Timur menjalani deteksi dini kanker payudara pada tahun 2023, yang

setara dengan 22,22% dari total populasi wanita pada kelompok usia tersebut. Di Indonesia, sebagian besar penderita kanker payudara baru menyadari penyakitnya setelah memasuki stadium lanjut, atau kurang lebih 70% dari total kasus yang ada. Kondisi ini menyebabkan keterlambatan dalam penanganan, sehingga pilihan terapi yang tersedia menjadi lebih terbatas, kompleks, dan membutuhkan waktu yang lebih lama. Akibatnya biaya perawatan yang harus ditanggung pasien maupun keluarga semakin besar, sementara peluang kesembuhan menjadi lebih kecil dibandingkan dengan kasus yang terdeteksi pada stadium awal. Penderita kanker payudara sering kali menghadapi berbagai tantangan baik fisik maupun psikologis seperti rasa nyeri, kelelahan, ketakutan akan kekambuhan, serta perubahan citra tubuh setelah pengobatan (Puspitasari et al., 2022). Pengobatan untuk pasien kanker payudara meliputi 4 cara, yaitu tindakan pembedahan, radioterapi, kemoterapi, serta terapi hormonal. Salah satu metode pengobatan yang sering digunakan pasien dengan kanker payudara adalah kemoterapi.

Sebanyak 1,3 juta orang dalam rentang usia 30-50 tahun di Provinsi Jawa Timur menjalani deteksi dini kanker payudara pada tahun 2023, yang setara dengan 22,22% dari total populasi wanita pada kelompok usia tersebut. Di Indonesia, sebagian besar penderita kanker payudara baru menyadari penyakitnya setelah memasuki stadium lanjut, atau kurang lebih 70% dari total kasus yang ada. Kondisi ini menyebabkan keterlambatan dalam penanganan, sehingga pilihan terapi yang tersedia menjadi lebih

terbatas, kompleks, dan membutuhkan waktu yang lebih lama. Akibatnya biaya perawatan yang harus ditanggung pasien maupun keluarga semakin besar, sementara peluang kesembuhan menjadi lebih kecil dibandingkan dengan kasus yang terdeteksi pada stadium awal. Penderita kanker payudara sering kali menghadapi berbagai tantangan baik fisik maupun psikologis seperti rasa nyeri, kelelahan, ketakutan akan kekambuhan, serta perubahan citra tubuh setelah pengobatan (Puspitasari et al., 2022). Pengobatan untuk pasien kanker payudara meliputi 4 cara, yaitu tindakan pembedahan, radioterapi, kemoterapi, serta terapi hormonal. Salah satu metode pengobatan yang sering digunakan pasien dengan kanker payudara adalah kemoterapi.

Kemoterapi adalah terapi dengan menggunakan obat-obatan khusus untuk membunuh atau memperlambat pertumbuhan sel kanker. Kemoterapi pada pasien kanker payudara tidak dilakukan hanya sekali, melainkan diberikan secara berulang hingga enam siklus dengan jarak antar siklus sekitar 21 hari. Di antara siklus tersebut, pasien mendapat masa istirahat untuk memungkinkan sel-sel normal melakukan pemulihan. Namun, frekuensi serta lamanya terapi ditentukan oleh berbagai faktor, seperti jenis dan stadium kanker, kondisi kesehatan pasien, rencana atau jadwal pengobatan teratur yang di sarankan (Sulistyarini et al., 2022). Pasien yang menjalani kemoterapi umumnya mengalami efek samping seperti mual, muntah, rambut rontok, dan kelemahan tubuh. Sedangkan, pasien yang tidak menjalani kemoterapi seringkali menghadapi kekhawatiran terkait

perkembangan penyakit yang dialaminya. Kondisi-kondisi tersebut mengharuskan penderita memiliki kemampuan adaptasi emosional yang baik agar dapat menjaga kesejahteraan hidupnya. Salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan penderita kanker payudara yaitu dengan menerapkan *self compassion* atau welas asih terhadap diri sendiri (Neff, 2003).

Self compassion adalah kemampuan seseorang untuk memperlakukan dirinya dengan kasih sayang, memahami penderitaan diri tanpa menghakimi, dan menyadari bahwa penderitaan merupakan bagian dari perjalanan setiap orang (Pepe dan Valentina, 2023). *Self compassion* merupakan faktor psikologis yang berperan penting dalam memengaruhi perjalanan penyakit kronis (Jannah et al., 2024). Pada penderita yang menjalani kemoterapi, *self compassion* berperan dalam membantu menghadapi ketidaknyamanan akibat efek samping pengobatan dengan sikap yang lebih positif. Sedangkan pada pasien yang tidak menjalani kemoterapi, *self compassion* berperan dalam menumbuhkan sikap penerimaan terhadap kondisi fisik yang dialami serta menjaga optimisme terhadap proses pengobatan (Pepe & Valentina, 2023). Sikap penerimaan diri ini dapat meningkatkan kemampuan penderita dalam mempertahankan kualitas hidup yang lebih baik di tengah proses penyakitnya. Kualitas hidup dapat diartikan sebagai pandangan seseorang mengenai kesejahteraan fisiknya dalam melaksanakan fungsi serta peran tubuh yang terkait dengan kondisi kesejahteraan secara keseluruhan.

Setiap orang memiliki kualitas hidup yang beragam, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti keterbatasan fisik, kemampuan kognitif, kondisi mental dan emosional, serta keberadaan penyakit kronis yang dialami (Parasian et al., 2024).Setiap individu yang menghadapi kanker payudara memiliki pengertian dan pengalaman yang tidak sama, sehingga tingkat belas kasihan pada diri sendiri yang dimiliki juga berbeda-beda. Kualitas hidup pasien kanker payudara menggambarkan kemampuan individu untuk tetap menjalankan kehidupan yang bermakna dan produktif, meskipun harus menghadapi berbagai tantangan serta keterbatasan baik secara fisik maupun emosional. Hubungan tersebut menunjukkan pentingnya *self compassion* dalam menjaga kualitas hidup pasien kanker payudara baik yang menjalani kemoterapi maupun yang tidak. Teori caring milik Roach (2002), menekankan bahwa *compassion* tidak hanya datang dari perawat, tetapi juga dapat tumbuh dalam diri pasien sebagai bentuk penerimaan diri dan kasih sayang terhadap dirinya sendiri. Pandangan Roach ini relevan dengan upaya meningkatkan kualitas hidup pasien, karena kasih terhadap diri sendiri merupakan fondasi dari kesejahteraan emosional.

Penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan positif antara *self compassion* dan kualitas hidup pada pasien dengan penyakit kronis, termasuk kanker (Jannah et al., 2024). Penelitian lain oleh Sirosis et al., (2015) menunjukkan bahwa *self compassion* dapat menurunkan tingkat stres pada pasien kanket payudara dengan meningkatkan regulasi emosi dan penerimaan diri (Pepe dan Valentina, 2023). Hal tersebut sejalan dengan

penelitian yang dilakuakan oleh Brown et al., (2014), bahwa penderita kanker yang memiliki *self compassion* memperoleh berbagai manfaat, antara lain tingkat stress, kecemasan, dan depresi yang lebih rendah, serta kualitas hidup yang lebih tinggi (Jannah et al., 2024). Temuan-temuan ini memperkuat asumsi bahwa *self compassion* memiliki kontribusi penting terhadap kualitas hidup pasien kanker, namun sebagian besar penelitian masih berfokus pada pasien yang menjalani kemoterapi, sementara penelitian yang membandingkan pasien yang menjalani dan tidak menjalani kemoterapi masih terbatas.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan November 2025 terdapat 71 pasien kanker payudara yang menjalani pengobatan di RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur. Dari wawancara tidak terstruktur terhadap 10 pasien kemoterapi, sebagian besar mengungkapkan bahwa kualitas hidup mereka menurun akibat efek samping dari kemoterapi. Namun beberapa pasien menunjukkan kemampuan menerima kondisi dirinya, serta berusaha tetap memandang sakit yang dialaminya sebagai bagian dari kehidupan.

Berdasarkan temuan penelitian tersebut, peneliti bersemangat melakukan penelitian lebih lanjut terkait hubungan antara *self compassion* dengan kualitas hidup penderita kanker payudara.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah: 'Apakah terdapat hubungan antara *self compassion* dengan kualitas hidup pasien kanker payudara di RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur?'.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan kualitas hidup pasien kanker payudara di SUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.

2. Tujuan Khusus
   a. Mengidentifikasi *self compassion* pasien kanker payudara di RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.
   b. Mengidentifikasi kualitas hidup pasien kanker payudara di RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.
   c. Menganalisis hubungan antara *self compassion* dengan kualitas hidup pasien kanker payudara di RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Toritis

   Secara teoritis, hasil penelitian dapat menambah wawasan dalam bidang keperawatan, khususnya mengenai peran *self compassion* terhadap kualitas hidup pasien kanker payudara.

2. Manfaat Praktis

   Secara praktis, penelitian ini dapat menjadi masukan bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan yang holistik serta bagi rumah sakit dalam mengembangkan program pendampingan psikososial untuk meningkatkan kesejahteraan pasien.

3. Manfaat Akademis

   Secara akademis, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa dan peneliti lain yang tertarik mengkaji faktor psikologis dalam peningkatan kualitas hidup pasien dengan penyakit kronis.