

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Ca Paru menghadirkan tantangan kesehatan global yang signifikan, melampaui statistik prevalensi untuk mencakup interaksi kompleks dari faktor etiologi, kesenjangan dalam akses ke perawatan, dan masalah diagnosis stadium lanjut yang terus berlanjut (Mikhail Lette et al., 2022). Meskipun kemajuan dalam pengobatan kanker telah meningkatkan tingkat kelangsungan hidup secara keseluruhan, Ca Paru terus menunjukkan angka kematian yang tinggi secara tidak proporsional, yang menekankan perlunya pendekatan inovatif dalam deteksi dini, skrining, dan pencegahan (Stephens et al., 2023).

Ca Paru memiliki sifat yang agresif dan cenderung tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, sehingga seringkali luput dari deteksi dini. Akibatnya, banyak pasien baru menyadari keberadaan penyakit ini setelah mencapai stadium lanjut. Pada tahap ini, pilihan pengobatan menjadi terbatas dan efektivitas intervensi terapeutik menurun secara signifikan. Kondisi ini menyebabkan prognosis pasien memburuk dan peluang untuk mencapai kesembuhan menjadi lebih kecil. Fenomena keterlambatan diagnosis ini menunjukkan betapa pentingnya deteksi dini dan peningkatan kesadaran masyarakat terhadap gejala awal Ca Paru (Kouvela et al., 2024).

Menurut *Global Cancer Observatory* (2024) Ca Paru adalah kanker yang paling sering didiagnosis pada tahun 2022, bertanggung jawab atas hampir 2,48 juta kasus baru, atau satu dari delapan kanker di seluruh dunia (12,4%), diikuti oleh kanker payudara wanita 2,29 juta kasus (11,6%), kolorektal (9,6%), prostat 1,46 juta kasus (7,3%), dan abdomen 968.784 kasus (4,9%). Ca Paru juga merupakan penyebab utama kematian akibat kanker, dengan perkiraan 1,8 juta kematian (18,7%), diikuti oleh kanker kolorektal 904.019 kasus (9,3%), kanker hati 758.725 kasus (7,8%), kanker payudara wanita 666.103 kasus (6,9%), dan kanker abdomen 660.175 kasus (6,8%) (F. Bray et al., 2024).

Kasus Ca Paru di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 38.904 kasus (9,5% dari seluruh kanker di Indonesia) dengan 34.339 angka kematian (14,1%) (Ferlay J, Ervik M, Lam F, Laversanne M, Colombet M, Mery L, Piñeros M, Znaor A, Soerjomataram I, 2024). Berdasarkan studi pendahuluan di RSD dr. Soebandi Jember bulan Januari-Mei tahun 2025 terdapat 90 kasus Ca Paru, dengan 45 kasus diantaranya mengalami gangguan kecemasan.

Ca Paru merupakan penyebab utama kematian akibat kanker pada pria di Indonesia dan masih menjadi beban kesehatan serius. Meski ditanggung Jaminan Kesehatan Nasional (JKN), akses layanan masih terpusat di rumah sakit rujukan di Jawa, menyulitkan pasien dari daerah terpencil. Alat diagnostik canggih dan terapi terbaru masih terbatas, serta belum ada program skrining nasional meski prevalensi merokok tinggi.

Tantangan lain meliputi kurangnya tenaga spesialis, keterlambatan diagnosis akibat gejala mirip tuberkulosis, dan pengaruh kuat industri

tembakau. Diperlukan reformasi sistem kesehatan, pemerataan infrastruktur, dan penguatan program pencegahan (Asmara et al., 2023).

Saat ini, gangguan psikologis pasien kanker telah ditetapkan oleh *National Comprehensive Cancer Network* (NCCN) sebagai karakteristik vital keenam selain suhu tubuh, denyut nadi, pernapasan, tekanan darah, dan nyeri. Depresi dan kecemasan sebagai gangguan psikologis yang paling umum juga paling banyak mengganggu pasien Ca Paru (Zhang, Zhang, Lin, Guo, & Wang, 2024).

Penelitian ekstensif telah menunjukkan bahwa kejadian depresi dan kecemasan pada pasien Ca Paru masing-masing adalah 38,9-57,1% dan 20,9-43,5%. Selain itu, penelitian tersebut mengungkapkan bahwa pasien kanker yang mengalami depresi dan kecemasan tidak hanya memiliki kualitas hidup yang lebih buruk, tetapi juga masa rawat inap di rumah sakit yang lebih lama dan biaya yang lebih tinggi.

Depresi dan kecemasan telah diidentifikasi sebagai gangguan psikologis yang berdampak serius pada pasien Ca Paru, bahkan dapat memengaruhi kelangsungan hidup mereka (X. Wang et al., 2022). Kondisi ini sering kali tidak terlihat secara kasat mata, namun dapat memperburuk perjalanan penyakit dan menurunkan kualitas hidup pasien. Oleh karena itu, penting untuk menyelidiki secara mendalam gejala-gejala depresi dan kecemasan yang dialami pasien, serta mengeksplorasi berbagai faktor yang dapat memengaruhinya. Pemahaman ini akan membantu tenaga kesehatan merespons kondisi psikologis pasien dengan lebih tepat dan menyeluruh (Rahnea-Nita et al., 2024).

Expressive writing therapy membantu pasien Ca Paru mengurangi kecemasan dengan menuliskan pikiran dan emosi terdalam mereka. Teknik ini efektif terutama bagi individu yang ekspresif secara emosional. Terapi ini membantu menurunkan stres dengan meredam aktivitas sistem saraf simpatik dan menyeimbangkan HPA axis, sehingga meningkatkan imunitas dan kepatuhan terhadap pengobatan. Namun, terapi ini perlu disesuaikan dengan kemampuan emosional pasien, karena dapat berdampak negatif pada individu yang kesulitan mengekspresikan perasaan (Guo, 2023).

Penelitian Pennebaker (2018) menunjukkan bahwa menulis tentang pengalaman menyakitkan, atau penulisan ekspresif, dapat meredakan kecemasan. Dengan menuangkan emosi dalam bentuk tulisan, individu dapat memahami dan mengatur pikirannya, mengubah kekacauan batin menjadi narasi yang jelas. Proses ini memberi rasa lega, layaknya berbicara dengan teman, serta membantu mengubah cara pandang terhadap trauma masa lalu.

Berdasarkan pemaparan diatas dan prevalensi Ca Paru yang banyak memberikan efek degradatif bagi banyak orang, peneliti tertarik melakukan studi kasus penelitian tentang “Implementasi *Expressive writing therapy* Pada Pasien Ca Paru Dengan Masalah Keperawatan Ansietas di Ruang Gardena RSD dr. Soebandi Jember”.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini:

1. Bagaimana hasil pengkajian masalah ansietas pada pasien Ca Paru di Ruang Gardena RSD dr. Soebandi Jember?

2. Bagaimana implementasi *expressive writing therapy* pada pasien Ca Paru dengan masalah keperawatan ansietas di Ruang Gardena RSD dr. Soebandi Jember?
3. Bagaimana evaluasi *expressive writing therapy* pada pasien Ca Paru dengan masalah keperawatan ansietas di Ruang Gardena RSD dr. Soebandi Jember?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis Implementasi *Expressive writing therapy* Pada Pasien Ca Paru Dengan Masalah Keperawatan Ansietas di Ruang Gardena RSD dr. Soebandi Jember.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi hasil pengkajian masalah ansietas pada pasien Ca Paru di Ruang Gardena RSD dr. Soebandi Jember.
2. Mengimplementasikan *expressive writing therapy* pada pasien Ca Paru dengan masalah keperawatan ansietas di Ruang Gardena RSD dr. Soebandi Jember.
3. Melakukan evaluasi *expressive writing therapy* pada pasien Ca Paru dengan masalah keperawatan ansietas di Ruang Gardena RSD dr. Soebandi Jember.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis terhadap ilmu keperawatan, khususnya dalam pendekatan psikososial terhadap pasien Ca Paru. Implementasi *expressive writing therapy* pada Pasien dengan gangguan ansietas akan memperluas wawasan keilmuan terkait intervensi non-farmakologis yang berpotensi meningkatkan kesejahteraan psikologis Pasien. Selain itu, penelitian ini juga memperkaya literatur mengenai integrasi intervensi psikologis sederhana namun efektif dalam konteks asuhan keperawatan holistik, yang mencakup dimensi biologis, psikologis, sosial, dan spiritual pasien. Temuan dari penelitian ini dapat menjadi landasan bagi pengembangan teori atau model intervensi keperawatan berbasis ekspresi emosi tertulis.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberi pengalaman langsung bagi peneliti dalam menerapkan intervensi psikologis pada pasien kanker, memperkuat kemampuan klinis dan akademik dalam menangani masalah keperawatan yang kompleks, serta melatih observasi dan evaluasi terhadap efektivitas *expressive writing therapy*. Hasilnya juga berpotensi menjadi publikasi ilmiah yang memperkaya keilmuan keperawatan jiwa dan onkologi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat dimanfaatkan sebagai referensi dalam pengembangan kurikulum, bahan ajar, studi kasus, dan praktik laboratorium klinik. Penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan empatik dan komunikasi terapeutik, sejalan dengan upaya mencetak lulusan keperawatan yang holistik dan kompeten.

3. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini mendorong penerapan *expressive writing therapy* sebagai intervensi psikososial non-farmakologis yang terjangkau dan mudah dilakukan. Terapi ini dapat mengurangi beban emosional pasien, meringankan kerja perawat, serta meningkatkan kualitas pelayanan dengan pendekatan yang lebih manusiawi.

4. Bagi Pasien Ca Paru

Expressive writing therapy menjadi alternatif bagi pasien dalam menyalurkan emosi, membantu mengurangi ansietas, meningkatkan kontrol diri, dan memperbaiki kualitas hidup. Terapi ini juga memberi ruang bagi pasien untuk merasa lebih didengar dan diperhatikan dalam proses penyembuhannya.