

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN KELUARGA *DEEP*
BREATHING EXERCISES DAN *CLASSICAL MUSIC*
PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DENGAN
MASALAH ANSIETAS DI
PUSKESMAS MERDEKA
TAHUN 2026**



RICCA
(PO.71.20.123.146)

POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
PALEMBANG TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN KELUARGA *DEEP BREATHING EXERCISES* DAN *CLASSICAL MUSIC*
PADA PASIEN KANKER PAYUDARA DENGAN
MASALAH ANSIETAS DI
PUSKESMAS MERDEKA
TAHUN 2026**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya
Keperawatan



RICCA

(NIM PO.71.20.123.146)

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA
TIGA TAHUN 2026**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga terdiri dari suami, istri, dan anak. Keluarga juga memiliki arti yang terdiri dari persaudaraan dan kasih sayang, baik dalam unit sosial yang lebih kecil maupun yang lebih besar. Keluarga bukan hanya tempat berkumpulnya ayah, ibu, dan anak. Keluarga adalah lebih dari itu. Bagi anak, keluarga adalah tempat terbaik untuk tinggal. Setiap hal berkembang dari keluarga. Kemampuan untuk berinteraksi, mengaktualisasikan diri, dan mengeluarkan pendapat yang menyimpang (Ramdani et al., 2023).

Menurut Renteng dan Simak (2021) dalam (Akhriansyah et al., 2023). keluarga adalah sekelompok orang yang hidup bersama melalui perkawinan, adopsi, atau kelahiran dan yang berinteraksi dan saling bergantung serta berkontribusi terhadap status kesehatan anggota keluarga dan masyarakat.

Permasalahan kesehatan yang umum dialami oleh keluarga mencakup berbagai penyakit tidak menular antara lain hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, dan salah satu penyakit yang ditemukan dalam keluarga yaitu kanker payudara (Carcinoma Mammariae) adalah tumor ganas yang tumbuh dalam jaringan payudara, yang dapat menyebar ke organ tubuh lain. (Ketut & Kartika, 2022).

Perawatan keluarga yang komprehensif merupakan suatu proses yang rumit, sehingga memerlukan suatu pendekatan yang logis dan sistematis untuk bekerja dengan keluarga dan anggota keluarga. Pendekatan ini disebut proses keperawatan, "proses keperawatan merupakan inti dan sari dari keperawatan". Proses adalah suatu aksi gerak yang dilakukan dengan sengaja dan sadar dari satu titik ke titik yang lain menuju pencapaian tujuan. Pada dasarnya, proses keperawatan merupakan suatu proses pemecahan masalah yang sistematis, yang digunakan ketika bekerja dengan individu, keluarga, kelompok atau

komunitas. Melalui perawatan kesehatan keluarga yang berfokus pada peningkatan, perawatan diri (self care), pendidikan kesehatan, dan konseling keluarga (Khatimah, 2020). Wanita paruh baya biasanya menderita kanker ini, tetapi sekarang juga terjadi pada anak muda karena banyak penyebab, seperti diet, alkohol, genetik, dan radiasi. Memiliki faktor risiko tidak berarti mengidap kanker. Sebaliknya, cara faktor risiko tersebut memicu dan meningkatkan risiko terkena kanker. (Suryani, 2020).

World Health Organization melaporkan bahwa pada tahun 2022 terdapat sekitar 2,3 juta kasus baru kanker payudara dan ± 670.000 kematian secara global. Ini menunjukkan bahwa kanker payudara adalah penyakit yang paling umum pada wanita di hampir semua negara. Menurut (Kementrian Kesehatan, 2022) prevalensi saat ini terdeteksi sekitar 400 ribu kasus baru kanker setiap tahun, dengan angka kematian mencapai 240 ribu kasus, jumlah kasus kanker di Indonesia terus meningkat, dan diproyeksikan akan meningkat hingga lebih dari 70% pada tahun 2050 jika upaya pencegahan dan deteksi dini tidak diperkuat.

Intervensi yang efektif akan meningkatkan tantangan kesehatan masyarakat dan ekonomi akibat kanker. Menurut Prof. Dante Saksono Harbuwono, Wakil Menteri Kesehatan RI, kanker adalah masalah yang kompleks selain masalah medis. (Dinas kesehatan Provinsi Sumatera selatan, 2019). Di antara 74.254 wanita di kota Palembang yang menjalani pemeriksaan leher rahim dan payudara, 66 (0,1%) menunjukkan benjolan, menurut data jumlah penderita kanker payudara.

Menurut data dari Puskesmas Merdeka Palembang penderita penyakit kanker payudara di wilayah puskesmas merdeka Palembang sejumlah 35 orang dengan jenis kelamin perempuan pada tahun 2025.

Kanker payudara memiliki berbagai gejala, pada tahap stadium awal biasanya Pasien kanker biasanya menghadapi lebih banyak masalah psikologis

dibandingkan pasien lain. Diagnosis kanker itu sendiri merupakan tantangan besar. Hal ini diikuti oleh kurangnya kendali pribadi pasien atas metode pengobatan saat ini dan ketidakpastian hasilnya. Oleh karena itu, Ansietas atau kecemasan dikaitkan dengan kanker; ini adalah gejala psikologis paling umum yang dirasakan oleh pasien kanker sebagai respons terhadap ancaman, dan banyak pasien yang cemas. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ashbury et al 77% dari 913 pasien dalam 2 tahun pengobatan mengingat mengalami kecemasan. Namun, kecemasan setelah diagnosis kanker tidak selalu abnormal, mungkin tidak menimbulkan masalah, atau bahkan mungkin merupakan bagian konstruktif dalam menghadapi masalah(Shadiya, 2020).

Ansietas pada pasien kanker payudara muncul sebagai respons terhadap ancaman fisik maupun psikologis akibat penyakit yang diderita, ansietas timbul ketika individu menghadapi situasi yang dianggap mengancam integritas diri, baik secara biologis, psikologis, maupun sosial.ansietas sering timbul sejak pertama kali menerima diagnosis. Penyakit kanker masih sering dipersepsikan sebagai penyakit yang mengancam jiwa sehingga menimbulkan ketidakpastian terhadap masa depan(Stuart, 2016). Ansietas dapat berdampak secara keseluruhan, yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial, dan spiritual. Ini dapat menyebabkan kondisi ketidakseimbangan dalam sistem keluarga dan menyebabkan koping mekanisme yang digunakan keluarga menjadi tidak efektif, yang menghasilkan berbagai respon negatif saat pasien mengalami kekambuhan. Koping yang tidak efektif dan respon negatif ini menghambat peran dan fungsi keluarga.(Eka et al., 2018).

Apabila ansietas tidak diintervensi, kondisi ini dapat menimbulkan dampak yang luas. Secara fisiologis, ansietas dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatis yang menyebabkan peningkatan denyut jantung, gangguan tidur, kelelahan, dan penurunan daya tahan tubuh. Secara psikologis, ansietas yang berkepanjangan dapat berkembang menjadi depresi dan keputusasaan. Selain itu, ansietas dapat memengaruhi dinamika keluarga karena perubahan

kondisi emosional satu anggota keluarga akan berdampak pada anggota lainnya, sehingga dapat mengganggu komunikasi dan kemampuan keluarga dalam memberikan perawatan (Kaakinen et al., 2015).

Sejauh ini, pasien dengan gangguan kecemasan dapat diobati dengan pengobatan farmakologi dan nonfarmakologi. Namun, penggunaan pengobatan farmakologi yang berlebihan dapat menyebabkan masalah organ tubuh. (Wiyono & Putra, 2022) Terapi nonfarmakologis merupakan intervensi yang berfokus pada pengelolaan respon psikologis dan fisiologis pasien tanpa penggunaan obat-obatan. Beberapa teknik nonfarmakologis yang umum digunakan dalam menurunkan kecemasan antara lain Teknik deep breathing exercise (latihan pernapasan dalam), meditasi, distraksi, terapi music klasik, serta edukasi kesehatan. Menurut (Lismayanti, et al., 2021) dalam (Putri, 2024). Teknik relaksasi deep breathing exercises cukup efektif untuk menurunkan kecemasan, adanya efektivitas pemberian relaksasi Deep Breathing Exercise baik pada tingkat nyeri maupun kecemasan pada pasien. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Nasaru & Cahyaningsih, 2024). Terapi non-farmakologis musik klasik menjadi salah satu intervensi yang diketahui efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pasien dengan gangguan kecemasan Kesimpulan terapi musik klasik secara signifikan efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien dengan gangguan kecemasan. Intervensi ini dapat dijadikan alternatif dalam penanganan kecemasan di fasilitas kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Karangan et al., 2024). Menunjukkan bahwa kombinasi breathing exercise dan musik klasik efektif menurunkan kecemasan. bahwa teknik relaksasi napas dalam metode 4-7-8 yang dikombinasikan dengan musik klasik secara signifikan menurunkan tingkat kecemasan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Implementasi keperawatan keluarga deep breathing exercises dan classical music pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas di puskesmas merdeka palembang tahun 2026”

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Menerapkan asuhan keperawatan deep breathing exercises dan classical music pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas di puskesmas merdeka palembang tahun 2026

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan asuhan keperawatan keluarga dengan masalah kanker payudara di Puskesmas Merdeka tahun 2026
- b. Menganalisis asuhan keperawatan dengan masalah kanker payudara di Puskesmas Merdeka Palembang tahun 2026

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Klien dan Keluarga

Hasil penelitian diharapkan klien dan keluarga dapat melakukan secara mandiri Implementasi deep breathing exercises dan classical music pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas di puskesmas merdeka Palembang tahun 2026.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan referensi ataupun literature dalam kegiatan proses belajar mengajar tentang Implementasi deep breathing exercises dan classical music pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas di puskesmas merdeka Palembang tahun 2026

3. Bagi Puskesmas Merdeka

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu Standar Operasional Prosedur Deep Breathing Exercises dan Classical Music dalam menerapkan Asuhan Keperawatan Keluarga pada pasien kanker payudara dengan masalah ansietas di Puskesmas Merdeka tahun 2026.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan acuan bagi peneliti lain yang berminat mengembangkan intervensi kombinasi terapi nonfarmakologis dalam upaya mengatasi masalah kanker payudara dan ansietas pada keluarga penderita kanker payudara.

DAFTAR PUSTAKA

- Afkar, Y. (2021). *Pathway kanker payudara Sdk*.
- Akhriansyah, M., Ester, Langelo, W., Immawanti, Aji, R., Anugrah, A. K., Syarif, I., Dasa, M., Haris, Wiratikusuma, Y., Nulhakim, L., Budiawan, H., & Samiun, Z. (2023). *Keperawatan keluarga*.
- Al, K. et. (2021). *Kanker payudara*. 32(3), 167–186.
- Brenda, G. S. (2023). Asuhan keawatan keluarga. In *Nucl. Phys.* (Vol. 13, Issue 1, pp. 104–116).
- Dinas kesesehatan Provinsi Sumatera selatan. (2019). Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan 2019. *Dinkes Provinsi Sumatera Selatan*, xvi+96.
- Disease, C. for. (2025). *Breast Cancer Risk Factors*.
- Eka, D., Putra, A., Susanti, Y., Tinggi, S., & Kesehatan, I. (2018). *Hubungan Karakteristik keluarga dengan Tingkat Ansietas saat Menghadapi kekambuhan pasien*. 02(01).
- Friedman, M. (2010). *Fungsi Keluarga*. EGC.
- Gerbarg, P. L., P.Brown, R., Balban, M. Y., Spiegel, D., Tsai, A. J., Lavretsky, H., S.McEwen, B., & Huberman, A. (2023). *Brief structured respiration practices enhance mood and reduce physiological arousal*. 4.
- Jamil, A. R., Hadi, J., & Munandar, I. (2024). Tumor Mammae. *Scientific Journal*, 3(6), 384–395. <https://doi.org/10.56260/sciena.v3i6.175>
- Jerath, R., Edry, J. W., Barnes, V. A., & Jerath, V. (2006). Physiologi of long pranayamic breathing : Neural respiratory elements may provide a mechanism that explains how slow deep breathing shifts the autonomic nrvous system. *Physiology Dan Behavior*, 67(4), 566–571.
- Kaakinen, J. R., Choelo, D. p., STEELE, R., Tabacco, A., & Hanon, S. M. H. (2015). *Family Health Care Nursing ; Theory,Practice,And Research*.
- Karangan, D. A., Endarwati, T., & Purwanti, N. S. (2024). The Effect Of The Combination Of Deep Breath Relaxation 4-7-8 Method And Classical Music On Anxiety Levels Preoperative Patients With Spinal Anesthesia. *Jurnal Teknologi Kesehatan*, 20.
- Kasmianti, et all. (2021). *Konsep dasar Ansietas*. 32(3), 167–186.
- Kementrian Kesehatan. (2022). *Kanker Payudara Paling Banyak di Indonesia,Kemenkes Targetnya Pemerataan Layanan Kesehatan*.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Tanda dan Gejala kanker*

- payudara. Direktorat Jendral Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit.
- Ketut, S., & Kartika, S. L. M. K. (2022). KANKER PAYUDARA :
DIAGNOSTIK, FAKTOR RISIKO, DAN STADIUM. *Ganesha Medicina Journal*, 2(1), 42–48.
- Khatimah, H. (2020). *Peran Dan Fungsi Keluarga dalam Konsep Keperawatan Keluarga*.
- Konsep Dasar Kecemasan (Ansietas)*. (2018). 5–22.
- Kuswati, Y. R. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Kanker Payudara terhadap pengetahuan, dan perilaku. *ADVANCES CANCER SCIENCE*, 1.
- Marsaid, M., Noviyanti, S. S. R., Hanan, A., & Rahmawati, I. (2022). FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKATKECEMASAN PASIEN KANKER PAYUDARA. *JURNAL PENELITIAN KESEHATAN SUARA FORIKES*.
- Nasaru, & Cahyaningsih, S. (2024). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Gangguan Kecemasan di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. *Suci Nasaru*.
- Nurhidayah, D., Mulidah, S., Purnomo, S. E. C., & Sudiaro, S. (2024). Hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada pasien Kanker Payudara. *JURNAL KEPERAWATAN MERSI*, 13.
- Parwanti, N. N. (2018). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Masalah Utama Hipertensi. *Fakultas Ilmu Kesehatan Ump*, 2010, 8–42.
- Pasogli & Malinti. (2020). Ansietas Pada Anak. *Journal GEEJ*, 7(2), 6–38.
- Puskesmas Merdeka, P. (2025). *Puskesmas Merdeka : Layanan dan Visi*.
- Putri, A. (2024). Asuhan Keperawatan pada pasien ca mammae. *Universitas Muhammadiyah Gombong*.
- Rahmadani, D. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Kanker Payudara Di Ruang Al Marwah Rsi Ibnu Sina Padang. *Nursing Care*, 75(17), 399–405.
- Ramdani, C., Miftahudin, U., Latif, A., & Education, C. (2023). Peran Keluarga Dalam Pendidikan Karakter. *Jurnal Albadar.Ac.Id DOI:*, 1(2), 12–20.
- Saniah, L. (2021). Konsep Penyakit Ca Mamae. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2013–2015.
- Shadiya, M. S. B. (2020). Pengaruh Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara. *Indian Journal of PSYCHOLOGICAL*, 34(2), 119–123.
- Stuart. (2016). *Keperawatan jiwa Ansietas Pengaruh dalam fungsi keluarga*.
- Sunku, K., Whitman, G. J., Stelling, C. B., & Sahin, A. A. (1998). Invasive Ductal Carcinoma. *The Breast Journal*, 4(1), 49–50. <https://doi.org/10.1046/j.1524-120>

4741.1998.410049.x

Suryani, Y. (2020). Kanker Payudara. In *PT. freeline Cipta Granesia*.

Wicaksana, A. (2018). Tipe Keperawatan Keluarga. *[Https://Medium.Com/](https://Medium.Com/)*.

Wiyono, H., & Putra, P. P. (2022). Pengaruh Breathing Exercise Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di Ruang Dahlia RSUD dr. Doris Sylvanus Palangka Raya. *Jurnal Forum Kesehatan : Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 12.

Yusuf, A., PK, R. F., & Nihayati, H. E. (2015). *Ansietas*.