

**PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN DAN  
PENINGKATAN KUALITAS HIDUP PASIEN KANKER:  
LITERATURE REVIEW**

**Elsye Yuliana Manuputty<sup>1\*</sup>, Ni Luh Widani<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Pasca sarjana STIK Sint Carolus Jakarta Indonesia

Email Korespondensi: elsyeyulianamanuputty97@gmail.com

Disubmit: 27 Juli 2024

Diterima: 17 Desember 2024

Diterbitkan: 01 Januari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i1.16539>

**ABSTRACT**

*In cancer patients, anxiety is one of the most common psychological problems. This condition can significantly affect the patient's quality of life both physically and mentally. In addition, uncontrolled anxiety can also worsen physical symptoms and interfere with the healing process. Therefore, effective interventions are needed to reduce anxiety and improve the quality of life of cancer patients. Psychoeducation is one approach that can provide a better understanding of health conditions and anxiety management strategies. Previous studies have shown that psychoeducation is effective in reducing anxiety levels and improving quality of life in cancer patients. However, further review is needed to identify the impact of psychoeducation in more depth on reducing anxiety and improving the quality of life of cancer patients specifically. This literature review aims to identify psychoeducational influences that have been shown to reduce anxiety and improve quality of life in cancer patients. The literature review was conducted through databases: Google Scholar and PubMed from 2018 to 2023, in English or Indonesian. Articles were selected based on abstracts and full text that met the inclusion and exclusion criteria. Articles were organized using PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic review and Meta Analysis) guidelines. This study shows that psychoeducation has a significant effect on reducing anxiety levels and improving the quality of life of cancer patients. Psychoeducation has a positive effect on reducing anxiety levels and improving the quality of life of cancer patients.*

**Keywords:** Cancer, Anxiety, Quality of Life

**ABSTRAK**

Pada pasien kanker kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering terjadi. Kondisi ini dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien secara signifikan baik secara fisik maupun mental. Selain itu kecemasan yang tidak terkontrol juga dapat memperburuk gejala fisik dan mengganggu proses penyembuhan. Oleh karena itu diperlukan intervensi yang efektif untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker. Psikoedukasi merupakan salah satu pendekatan yang dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang kondisi kesehatan dan strategi pengelolaan kecemasan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pada

pasien kanker. Namun perlu tinjauan lebih lanjut untuk mengidentifikasi dampak psikoedukasi secara lebih mendalam pada penurunan kecemasan dan peningkatan kualitas hidup pasien kanker secara spesifik. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh psikoedukasi yang terbukti dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker. Tinjauan literatur dilakukan melalui basis data: Google Scholar dan PubMed dalam rentang tahun 2018 hingga 2023, berbahasa inggris atau indonesia. Artikel dipilih berdasarkan abstrak serta teks lengkap yang sesuai dengan kriteria inklusi dan ekskusi. Artikel disusun menggunakan panduan PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic review and Meta Analysis). Penelitian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker. Psikoedukasi berpengaruh positif terhadap penurunan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker

**Kata Kunci:** Psikoedukasi, Kanker, Kecemasan, Kualitas Hidup

## PENDAHULUAN

Kanker merupakan penyakit yang seringkali menjadi ancaman menakutkan. Kanker juga merupakan salah satu masalah terbesar bagi setiap individu di dunia. Kanker tidak hanya menyerang pria, tetapi juga wanita dalam berbagai usia. Berdasarkan data Riskesdas, angka kejadian tumor/kanker di Indonesia menunjukkan peningkatan dari 1,4 per 1000 penduduk pada tahun 2013 menjadi 1,79 per 1000 penduduk pada tahun 2018. Sedangkan menurut data dari Global Burden Cancer (GLOBOCAN) dari WHO mencatat total kasus kanker di Indonesia pada tahun 2020 sebanyak 396.914 kasus dengan total kematian 234.511 (Nur Handayani, 2022). Di Amerika Serikat pada tahun 2023 diprediksikan, memiliki 1.958.310 kasus kanker baru dan 609.820 kematian akibat kanker. Kejadian kanker prostat naik 3% setiap tahunnya dari 2014 hingga 2019 (Siegel et al., 2023).

Kanker adalah penyakit kronis yang dapat mempengaruhi keadaan emosi dan perubahan aktivitas sehari-hari sehingga menimbulkan masalah fisiologis dan psikologis yang semuanya mempengaruhi

kualitas hidup (Setiawan, H., et al., 2021). Pengobatan kanker dapat menimbulkan berbagai dampak atau efek samping pada pasien baik berkaitan dengan aspek fisik maupun non fisik. Ada beberapa gejala yang sering muncul pada pasien yang menjalani pengobatan kanker, meliputi: rambut rontok, diare, gangguan tidur, fatigue, perubahan nafsu makan, nyeri, cemas, konstipasi, gangguan seksual, gatal, penurunan berat badan, kelemahan, mual, muntah, ketidaknyamanan dan efek samping lainnya (Devlin, E. J., et al., 2017).

Fakta menyatakan bahwa 26% pasien mengalami gejala kecemasan ringan hingga berat dan 25% pasien mengalami gejala depresi ringan hingga berat. Ditemukan bahwa 54,7% pasien mengalami kecemasan dan tekanan psikologis (Hung, J. K., et al., 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Hafsah, 2022), menemukan 28% pasien mengalami kecemasan ringan, 53% mengalami kecemasan sedang, dan 19% mengalami kecemasan berat. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Reynaldi, A., et al., 2020) bahwa 15% pasien kanker paru

stadium lanjut mengalami kualitas hidup yang buruk.

Kecemasan semakin meningkat ketika individu membayangkan terjadinya perubahan dalam hidupnya di masa depan terhadap kondisi penyakit dan pengobatan yang akan dijalani yang dalam hal ini adalah tindakan kemoterapi karena kemoterapi pada pasien kanker tidak hanya berlangsung dalam waktu singkat tetapi juga dilakukan secara berulang (Nur Handayani, 2022).

Menurut WHO kualitas hidup adalah persepsi individu tentang keberadaannya di kehidupan dalam konteks budaya dan sistem nilai tempat ia tinggal. Kualitas hidup yang terkait dengan kesehatan (*health related quality of life/HRQOL*) meliputi aspek fisik, psikologis, dan social, dari bidang kesehatan yang dipengaruhi oleh pengalaman pribadi seseorang kepercayaan, harapan serta persepsi (WHOLQOL Group., 1998).

Psikoedukasi adalah pendidikan kesehatan yang diberikan pada pasien baik yang mengalami penyakit fisik maupun gangguan jiwa yang memiliki tujuan untuk mengatasi masalah psikologis yang dialami setiap individu. Terapi psikoedukasi ini bisa berupa psikoedukasi pasif seperti pemberian informasi dengan leaflet, booklet atau melalui email atau website dan juga bisa berupa aktif psikoedukasi berupa konseling atau pemberian pendidikan kesehatan secara individu atau kelompok (Purwanti, 2018) *literatur riview* ini adalah untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi terhadap penurunan kecemasan dan peningkatan kualitas hidup pasien kanker.

## TINJAUAN PUSTAKA

### Konsep Kualitas Hidup

Kualitas hidup menjadi istilah yang umum untuk menyatakan

setatus kesehatan, kendati istilah ini juga memiliki makna khusus yang memungkinkan penentuan ranking penduduk menurut aspek objektif maupun subjektif pada status kesehatan. Pendidikan juga merupakan faktor yang mempengaruhi kualitas hidup, hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahl dkk (2004) menemukan bahwa kualitas hidup akan meningkat seiring dengan lebih tingginya tingkat pendidikan yang didapatkan oleh individu.

Hal tersebut terjadi karena individu yang memiliki pendidikan yang rendah akan merasa tidakpercaya diri dan merasa bahwa dirinya tidak berguna. Status Pernikahan Individu yang telah menikah memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi daripada individu yang tidak menikah. Karena pasangan yang menikah akan merasa lebih bahagia dengan adanya pasangan yang selalu menemaninya. Keluarga juga merupakan faktor yang mempengaruhi kualitas hidup. Individu yang memiliki keluarga yang utuh dan harmonis akan lebih tinggi kualitas hidupnya. Dikarenakan keluarga dapat memberikan dukungan dan kasih sayang untuk meningkatkan kualitas hidup (Agusdwiati, 2015).

### Konsep Kanker

Kanker adalah sel yang tumbuh secara terus-menerus secara tidak terkendali, tidak terbatas, dan tidak normal (abnormal). Secara normal, seluruh tubuh melakukan pembelahan untuk membentuk jaringan sel yang kompak demi terciptanya keseimbangan tubuh. Selain melakukan pembelahan, sel juga memiliki teknik membaca pesan yang sama demi menjalankan fungsi sebagai satu-kesatuan.

Selain tanda-tanda yang bersifat umum, perlu diketahui tanda-tanda kanker yang bersifat

khusus. Diantaranya sebagai berikut : 1. Adanya benjolan yang tumbuh dan membesar di permukaan kulit atau di organ lain. 2. Adanya borok yang tak kunjung sembuh 3. Perdarahan tidak normal dan sering terjadi, seperti flek atau perdarahan diluar siklus menstruasi, mimisan, atau batuk memburuk dan batuk berdarah. 4. Perubahan dalam kebiasaan buang air besar dan kecil 5. Kesulitan mencerna atau menelan makanan (Fathonah, 2018).

#### METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah tinjauan *literatur review*, untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi terhadap penurunan kecemasan dan peningkatan kualitas hidup pasien kanker. Data yang digunakan adalah data sekunder yang didapatkan dari 2 basis data akademik yaitu: *Google Scholar* dan *PubMed*.

Kriteria inklusi: artikel terbit antara tahun 2018-2024, *free*

*fulltext*, berbahasa Inggris atau Indonesia. Proses skrining mengikuti protocol PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic review and Meta Analysis*). Artikel dipilih berdasarkan abstrak atau teks lengkap sebelum dimasukkan dalam peninjauan sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi dalam literatur review, menggunakan metode PICOT (*Population, Intervention, Comparators, Outcomes, Time*).

Pencarian artikel menggunakan teknik snowballing, dimana menggunakan daftar referensi dari artikel untuk mendapatkan artikel baru yang akan digunakan. Didapatkan 315 artikel sesuai dengan kata kunci. Kemudian identifikasi menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan 281 artikel. Kemudian diidentifikasi berdasarkan judul dan abstrak didapatkan 69 artikel. Kemudian dianalisis melalui isi keseluruhan artikel sehingga didapatkan 13 artikel yang sesuai kriteria.

#### HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Artikel yang Dianalisa

No	Judul, Penulis, Tahun terbit, Sumber	Sampel dan Metode	Intervensi	Hasil
1	<i>The effect of the preoperational psychoeducation program for Taiwanese breast cancer patients: A three-month follow-up study.</i> (Hung, J. K., Kuo, W. H., Tseng, C. C., Cheng, Y. R., & Wu CH., 2022). Sumber : PubMed	Populasi: 137 responden Sampel : Wanita dewasa penderitanya payudara sedang dirawat di bangsal untuk operasi Metode: <i>Analisis varians desain campuran (ANOVA)</i>	Pada penelitian ini pasien diminta untuk menyelesaikan penilaian psikologis rutin saat masuk (waktu0) dan dilanjutkan untuk menyelesaikan penilaian psikologis pasca-program psikoedukasi (waktu 1) dan	Hasil penelitian menunjukkan interaksi signifikan antara Kelompok × Waktu dalam tekanan emosional ( F = 16,15, p = 0,000) dan kekhawatiran ( F = 5,81, p = 0,005), tetapi tidak dalam efikasi diri ( F =

No	Judul, Penulis, Tahun terbit, Sumber	Sampel dan Metode	Intervensi	Hasil
			penilaian psikologis lanjutan pada tindak lanjut rutin tiga bulan pasca-operasi di klinik rawat jalan (waktu 2).	2,97, p = 0,068). Uji post-hoc menunjukkan penurunan signifikan dalam tekanan emosional dan kekhawatiran pada kelompok dengan tekanan tinggi.
2	Pengaruh psikoedukasi pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi  (Astuti L, Suprayitno E, Mixed S., 2021) Sumber : G. Scolar	Populasi : 311 pasien Sampel : Pasien pre operasi kanker payudara yang akan menjalani operasi Metode : <i>Quasi experiment</i>	Penelitian ini menggunakan kuesioner ZSRAS	Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan pengaruh psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi kanker payudara p-value 0.000.
3	Terapi psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan pasien kemoterapi payudara  (Sumarni, Harnany, Afyah Sri ,Hartati, TA., 2019) Sumber : G. Scolar	Populasi : 20 Pasien Sampel : Pasien kanker payudara yang akan menjalani kemoterapi Metode : <i>Quasi experiment</i>	Pada penelitian ini menggunakan instrumen yang digunakan adalah lembar pengukuran tingkat kecemasan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 55% responden berusia lebih dari 50 tahun, 35% responden memiliki riwayat keluarga dengan kanker payudara. Terdapat perbedaan yang signifikan dalam rata-rata tingkat kecemasan sebelum psikoedukasi dibandingkan setelah psikoedukasi dengan nilai p = 0,000, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang

No	Judul, Penulis, Tahun terbit, Sumber	Sampel dan Metode	Intervensi	Hasil
				signifikan dari psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi.
4	Hubungan tingkat kecemasan terhadap kualitas hidup penderita kanker serviks yang menjalani kemoterapi di RSUP. Dr.Kariadi  (Izza L, Rahayu T, Wuriningsih AY., 2023) Sumber : G. Scolar	Populasi : 110 Responden Sampel : Pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi di RSUP Dr. Metode : <i>Cross-Sectional</i>	Penelitian ini mengguakan kuesioner, dan analisis dilakukan menggunakan metode statistik <i>Spearman Rank</i>	Hasil penelitian menunjukkan data adanya hubungan antara tingkat kecemasan dan kualitas hidup pada pasien kanker serviks yang menjalani kemoterapi di RSUP Dr. Kariadi, yang ditunjukkan oleh hasil signifikan ( $p$ -value = 0.000), sehingga hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak.
5	Intervensi psikoedukasi dapat menurunkan depresi Pada pasien kanker  (Dewi Handayani, Y. A., 2023) Sumber : G. Scolar		Penelitian ini mengguakan intervensi psikoedukasi yang diberikan dalam lima artikel studi meliputi penggunaan teknik MBST ( <i>Mindfulness Based Swinging Technique</i> ), <i>iCanDo</i> , <i>LTLWC (Learning to Live with Cancer)</i> , <i>iCARE</i> , dan <i>MINDCAN</i> . Pendekatan ini melibatkan pendidikan berbasis ceramah,	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi memiliki efek yang bermanfaat dalam mengurangi tingkat depresi pada pasien kanker.

No	Judul, Penulis, Tahun terbit, Sumber	Sampel dan Metode	Intervensi	Hasil
			praktik keterampilan, diskusi, dan konseling, yang disampaikan secara online dan offline oleh tim profesional kesehatan.	
6	Pengaruh Psikoedukasi terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Kanker Payudara (Titi Astuti, Rizki Azni Desvianti MB., 2019) Sumber : G. Scholar	Populasi : 30 responden Sampel : Wanita yang menderita kanker payudara dan akan menjalani operasi di RSUD DR. H. Abdul Moeloek, Provinsi Lampung. Metode : <i>Quasi-Experiment</i>	Penelitian ini mengguakan kuesioner Zung self-Rating Anxiety Scale (SAS/ZSRAS) untuk pengumpulan data.	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari intervensi psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan pada pasien sebelum operasi kanker payudara.
7	<i>Effects of Psychoeducational Interventions Using Mobile Apps and Mobile-Based Online Group Discussions on Anxiety and Self-Esteem in Women With Breast Cancer: Randomized Controlled Trial</i>  (Ghanbari E, , BSc MsSY, , BSc, MSc PMM, , BSc, MSc P., 2021) Sumber : PubMed	Populasi : 82 responden Sampel : Wanita dengan kanker payudara nonmetastatik berusia 20 hingga 60 tahun yang berasal dari klinik. Metode : <i>Uji coba terkontrol secara acak</i>	Intervensi yang dilakukan dalam uji coba tersebut adalah psikoedukasi melalui aplikasi ponsel dan sesi dukungan seluler online yang dibantu perawat selama empat minggu	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi kecemasan mengalami penurunan signifikan dalam skor kecemasan ( $P < 0,001$ ), sedangkan pada kelompok intervensi mengalami harga diri mengalami peningkatan signifikan dalam skor harga diri ( $P < 0,001$ ).

No	Judul, Penulis, Tahun terbit, Sumber	Sampel dan Metode	Intervensi	Hasil
8	<i>Stress and Quality of Life in Cancer Patients: Medical and Psychological Intervention</i> (Prasad Vijay Barre GP, Rana S, Tiamongla., 2018) Sumber : PubMed	Populasi : 30 respnden (19 laki-laki dan 11 perempuan) Sampel : Pasien kanker dengan tiga jenis kanker, yaitu kanker kepala dan leher, payudara, dan paru-paru. Metode : <i>Desain one-group pretest-posttest-preexperimental</i>	Penelitian ini menggunakan Kuesioner dan intervensi paket psikologis yang disesuaikan dengan psikoedukasi, relaksasi, dan terapi kognitif perilaku (CBT).	Hasil penelitian membuktikan fakta ini dengan baik. Melihat hasilnya, dapat dikatakan bahwa intervensi psikologis jika diberikan sejak dini, dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker, yang selanjutnya dapat meningkatkan hasil klinis.
9	<i>Psychoeducation for breast cancer: A systematic review and meta-analysis</i> (Setyowibowo H, Yudiana W, Hunfeld JAM, Iskandarsyah A., 2022) Sumber : PubMed	Populasi : - Sampel : Pasien kanker payudara Metode : <i>Meta-analisis dan pencarian literatur sistematis.</i>	Penelitian ini merupakan pencarian literatur sistematis (PubMed, Embase, PsycINFO, Cochrane).	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 27 RCT (7742 peserta; di 3880 psikoedukasi dan 3862 kontrol) dan disertakan. Dibandingkan dengan kontrol, psikoedukasi tidak memiliki efek signifikan pada kepatuhan terhadap prosedur diagnostik dan perawatan medis (RR 1,553; 95% CI 0,733 hingga 3,290, p = 0,16), tetapi secara signifikan menurunkan kecemasan (SMD -0,710, 95% CI -1,395 hingga -0,027, p = 0,04) dan meningkatkan

No	Judul, Penulis, Tahun terbit, Sumber	Sampel dan Metode	Intervensi	Hasil
				QoL dengan (SMD 0,509; 95% CI 0,096 hingga 0,923, $p < 0,01$ ). Tidak ditemukan efek pada psikoedukasi terhadap depresi (SMD -0,243, 95% CI -0,580 hingga 0,091, $p = 0,14$ ), atau pengetahuan BC (SMD 0,718, 95% CI -0,800 hingga 2,236, $p = 0,23$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa psikoedukasi tidak meningkatkan kepatuhan terhadap prosedur diagnostik dan pengobatan, depresi dan pengetahuan tentang kanker payudara, tetapi memiliki hubungan signifikan untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker payudara.
10	Pengaruh terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga terhadap tingkat ansietas klien kanker <i>Effect of cognitive therapy and family psychoeducational</i>	Populasi : 109 pasien dengan jumlah sampel tiap kelompok sebanyak 35 orang Sampel : Pasien kanker	Dalam penelitian ini di berikan intervensi terapi kognitif dan psikoedukasi dan kuisisioner <i>Hamilton</i>	Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ansietas pasien kanker menurun secara bermakna dengan p value 0,000 ( $p \text{ value} <$

No	Judul, Penulis, Tahun terbit, Sumber	Sampel dan Metode	Intervensi	Hasil
	<i>On anxiety level of cancer clients</i> ( Mulia M., 2021) Sumber: G. Scolar	Metode : <i>Desain quasi eksperimental pre-post test with control group</i>	<i>Anxiety Rating Scale (HAM-A)</i>	0,05) setelah mendapatkan tindakan keperawatan ners, namun setelah diberikan terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga menurun lebih besar daripada setelah mendapatkan tindakan keperawatan ners.
11	<i>Psychoeducational Intervention for Symptom Management of Fatigue, Pain, and Sleep Disturbance Cluster Among Cancer Patients: A Pilot Quasi-Experimental Study</i>  (Nguyen LT, Alexander K, Yates P., 2018) Sumber : G. Scolar	Populasi : 102 pasien Sampel : Pasien Kanker Metode : <i>Uji coba kuasi-eksperimental</i>	Intervensi yang dilakukan adalah Kelompok intervensi mendapatkan satu sesi tatap muka dan dua sesi telepon per minggu dengan seorang perawat, sementara kelompok pembandingan menerima perawatan biasa. Hasil pasien diukur sebelum dan setelah siklus kemoterapi. Model campuran linier digunakan untuk menilai dampak intervensi terhadap tingkat	Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok intervensi menunjukkan penurunan signifikan dalam keparahan gejala, kelelahan, gangguan tidur, depresi, dan kecemasan dibandingkan kelompok kontrol. Tidak ada perbedaan signifikan dalam keparahan nyeri, gangguan nyeri, status fungsional, dan kualitas hidup terkait kesehatan. Intervensi diterima dengan baik oleh populasi penelitian,

No	Judul, Penulis, Tahun terbit, Sumber	Sampel dan Metode	Intervensi	Hasil
			keparahan gejala, skor gejala, status fungsional, gejala depresi, dan kualitas hidup terkait kesehatan.	dengan tingkat kehadiran 78% dan kepatuhan 95,7%.
12	Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Tumor Mammae di Ruang Bedah RSUD Sungai Dareh Tahun 2019  (RIDHA PRATIWI 2019) Sumber : G. Scholar	Populasi : 11 responden Sampel : Pasien Tumor Mammae Metode : <i>Pre-eksperimental</i>	Intervensi yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu pemberian psikoedukasi pada pasien tumor payudara	Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji <i>pairedsample t-test</i> didapatkan nilai $p = 0.000$ , sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan pasien tumor payudara di RSUD Sungai Dareh Tahun 2020.
13	Psikoedukasi bauran sebagai alternatif efektif mengatasi kecemasan pada kanker  (Andrian Waluya Adi, Agung Waluyo DG., 2023) Sumber : G. Scholar	Populasi : - Sampel : - Metode : <i>Tinjauan sistematis</i>	Tidak ada intervensi ini. Proses pencarian artikel menggunakan PICO	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 5 artikel menyatakan bahwa lama intervensi berpengaruh terhadap hasil efektifitas psikoedukasi. Sehingga kesimpulannya

No	Judul, Penulis, Tahun terbit, Sumber	Sampel dan Metode	Intervensi	Hasil
				intervensi psikoedukasi bauran efektif dalam mengatasi stres dan kecemasan pasien kanker dan dapat dijadikan alternatif pilihan intervensi keperawatan.

Berdasarkan hasil analisa literatur mengenai pengaruh psikoedukasi terhadap penurunan tingkat kecemasan dan peningkatan

kualitas hidup pasien kanker yang terdapat pada tabel 1 diatas maka dapat dikategorikan ke dalam 2 tema yaitu:

## PEMBAHASAN

### Kecemasan

Melalui tinjauan literatur 13 artikel didapat 9 artikel yang menunjukkan data bahwa ada hubungan psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan yaitu : hasil tinjauan literature yang menunjukkan ada hubungan psikoedukasi yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi kanker payudara (Astuti L, et al., 2021).

Penelitian lain yang mendukung yaitu penelitian yang dilakukan oleh yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi(Sumarni, et al., 2019). Selain itu penelitian yang dilakukan oleh menjelaskan bahwa intervensi psikoedukasi memiliki efek yang bermanfaat dalam mengurangi tingkat depresi pada pasien kanker (Dewi Handayani, Y. A., 2023). menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari intervensi

psikoedukasi terhadap tingkat kecemasan pada pasien sebelum operasi kanker payudara. Penelitian lain menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi kecemasan mengalami penurunan signifikan dalam skor kecemasan setelah pemberian intervensi psikoedukasi melalui aplikasi ponsel (Titi Astuti, Rizki Azni Desvianti MB., 2019) ; (Ghanbari E, et al., 2021).

Penelitian lain yang mendukung yang dilakukan oleh (Mulia M., 2021) dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ansietas/kecemasan pasien kanker menurun secara signifikan setelah mendapatkan tindakan terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa kelompok intervensi psikoedukasi menunjukkan penurunan signifikan dalam kecemasan (Nguyen LT, et al., Penelitian (RIDHA PRATIWI., 2019) menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi

terhadap tingkat kecemasan pasien tumor payudara menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi bauran efektif dalam mengatasi stres dan kecemasan pasien kanker dan dapat dijadikan alternatif pilihan intervensi keperawatan. Penelitian lain yang mendukung yang dilakukan oleh (Hung, J. K, et al., 2022). Hasil penelitian ini menunjukkan penurunan yang signifikan dalam tekanan emosional dan kekhawatiran pada kelompok dengan tekanan tinggi (Andrian Waluya Adi, Agung Waluyo DG., 2023).

### **Psikoedukasi, Kecemasan dan Kualitas Hidup**

Berdasarkan 13 artikel didapat 2 artikel yang memiliki hubungan antara psikoedukasi, kecemasan dan kualitas hidup. Penelitian yang dilakukan oleh (Prasad Vijay Barre GP, et al., 2018) menunjukkan hasil penelitian bahwa fakta membuktikan ini dengan baik bahwa intervensi psikologis jika diberikan sejak dini, dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker, yang selanjutnya dapat meningkatkan hasil klinis pasien kanker. Dibuktikan dengan penelitian lain yang dilakukan oleh (Setyowibowo H, et al., 2022). Hasil ini menunjukkan bahwa psikoedukasi tidak meningkatkan kepatuhan terhadap prosedur diagnostik dan pengobatan, depresi dan pengetahuan tentang kanker payudara, tetapi memiliki hubungan signifikan untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker payudara.

Pada salah satu artikel sebelum dilakukan intervensi psikoedukasi secara tatap muka, pasien diberikan latihan nafas (breathing exercise) sebelumnya dan dilanjutkan dengan intervensi psikoedukasi yang meningkatkan

persepsi selfefficacy pasien dan harapan mereka tentang pengobatan mereka serta mengurangi depresi yang mengakibatkan meningkatnya saturasi oksigen pasien (SpO<sub>2</sub>) dan penurunan detak jantung (bpm) (Bahcivan et al., 2022; Samoil et al., 2021).

Intervensi yang dilakukan tatap muka yang dilakukan oleh Klainin juga mengatakan bahwa intervensi psikoedukasi bermanfaat menurunkan depresi dimana tubuh manusia merespons stres dari lingkungan. Secara khusus, sistem saraf otonom dan sumbu hipotalamus-hipofisis menjadi aktif dan melepaskan beberapa hormon ke dalam aliran darah. Hormon, epinefrin (EP) dan norepinefrin (NE), memicu berbagai perubahan pada sistem neurologis, kardiovaskular, pernapasan, gastrointestinal, dan imunologi (Adi, 2023).

### **KESIMPULAN**

Dari tinjauan literatur ini ditemukan bahwa terdapat dampak yang terjadi pada setiap individu yang menderita kanker bukan hanya aspek fisik tetapi psikologis. Psikoedukasi telah di rekomendasikan menjadi salah satu alternatif yang secara efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker.

### **Saran**

Diharapkan Diharapkan intervensi psikoedukasi dapat diterapkan dalam praktik keperawatan di Indonesia dan menjadi salah satu intervensi mandiri perawat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andrian Waluya Adi, Agung Waluyo, D. G. (2023). *Psikoedukasi Bauran Sebagai Alternatif Efektif Mengatasi Kecemasan Pada Kanker*. 6(2021), 1552-1562.
- Adi, A. W., Waluyo, A., & Gayatri, D. (2023). *Psikoedukasi Bauran Sebagai Alternatif Efektif Mengatasi Kecemasan Pada Kanker*. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1552-1562.
- Agusdwitanti, H., & Tambunan, S. M. (2015). *Kelekatan Dan Intimasi Pada Dewasa Awal*. *Jurnal Psikologi*, 8(1).
- Astuti, L., Suprayitno, E., & Mixed, S. (2021). *Literatur Review: Pengaruh Psikoedukasi Pada Pasien*.
- Devlin, E. J., Denson, L. A., & Whitford, H. S. (2017). *Cancer Treatment Side Effects: A Meta-Analysis Of The Relationship Between Response Expectancies And Experience*. *Journal Of Pain And Symptom Management*, 54(2), 245-258. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2017.03.017>.
- Dewi Handayani, Y. A. (2023). *Intervensi Psikoedukasi Dapat Menurunkan Depresi Pada Pasien Kanker*. 5. <https://doi.org/10.31539/joting.V5i1.5832>
- Fathonah, R. (2018). *Identifikasi Efek Samping Kemoterapi Pada Penderita Kanker Di Yayasan Kanker Sindonesia Mulyorejo* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).
- Ghanbari, E., Bsc, Ms. S. Y., Bsc, Msc, P. M. M., & Bsc, Msc, P. (2021). *Effects Of Psychoeducational Interventions Using Mobile Apps And Mobile-Based Online Group Discussions On Anxiety And Self-Esteem In Women With Breast Cancer: Randomized Controlled Trial*. *Jmir Mhealth Uhealth*, 9(5).
- Hafsah, L. (2022). *Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi Di Rsud Dr. M. Yunus Bengkulu*. 5(1), 21-28. *Jurnal Vokasi Keperawatan (Jvk)*,. <https://doi.org/10.33369/jvk.V5i1.22338>
- Hung, J. K., Kuo, W. H., Tseng, C. C., Cheng, Y. R., & Wu, C. H. (2022). *The Effect Of The Preoperational Psychoeducation Program For Taiwanese Breast Cancer Patients: A Three-Month Follow-Up Study*. *Pec Innovation*, 1(October 2021), 100001. <https://doi.org/10.1016/j.pecinn.2021.100001>
- Izza, L., Rahayu, T., & Wuriningsih, A. Y. (2023). *Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Hidup Penderita Kanker Serviks Yang Menjalani The Relationship Between Anxiety Level And Quality Of Life For Cervical Cancer Patients Undergoing*. 421-431.
- Mulia, M. (2021). *Terhadap Tingkat Ansietas Klien Kanker Effect Of Cognitive Therapy And Family Psychoeducational On Anxiety Level Of Cancer Clients Madepan Mulia Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panca Bhakti Bandar Lampung*.
- Nguyen, L. T., Alexander, K., & Yates, P. (2018). *Psychoeducational Intervention For Symptom Management Of Fatigue, Pain, And Sleep Disturbance Cluster Among Cancer Patients: A Pilot Quasi-Experimental Study*. *Journal Of Pain And Symptom Management*, 55(6), 1459-

1472.  
<https://doi.org/10.1016/j.jpsainsymman.2018.02.019>
- Nur Handayani, S. K. (2022). *Kanker Dan Serba-Serbinya (Hari Kanker Sedunia 2022)*. <https://rsprospirajogjapro.go.id/kanker-dan-serba-serbinya-hari-kanker-sedunia-2022/>
- Prasad Vijay Barre, G. P., Rana, S., & Tiamongla. (2018). Stress And Quality Of Life In Cancer Patients: Medical And Psychological Intervention. *Indian Journal Of Psychological Medicine*, 40(3).
- Purwanti, R. (2018). Efektivitas Psikoedukasi Menurunkan Tingkat Depresi, Kecemasan Dan Stres Pada Pasien Baru Ckd Yang Menjalani Hemodialisis. *Academia.Edu*.
- Reynaldi, A., Trisyani W, Y., & Adiningsih, D. (2020). *Kualitas Hidup Pasien Kanker Paru Stadium Lanjut Di Rs Paru Dr. H. A. Rotinsulu Bandung*. *Journal Of Nursing*, 3(2), 71-79.  
<https://doi.org/10.24198/jnc.v3i2.20999>
- Ridha Pratiwi. (2019). *Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Tumor Mamae Di Ruang Bedah Rsud Sungai Dareh Tahun 2019*.
- Setiawan, H., Khaerunnisa, R. N., Ariyanto, H., Fitriani, A., Firdaus, F. A., & Nugraha, D. (2021). *Yoga Meningkatkan Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker: Literature Review*. *Journal Of Holistic Nursing Science*, 8(1), 75-88.  
<https://doi.org/10.31603/nursing.v8i1.3848>
- Setyowibowo, H., Yudiana, W., Hunfeld, J. A. M., & Iskandarsyah, A. (2022). Psychoeducation For Breast Cancer : A Systematic Review And Meta- Analysis. *The Breast*, 62, 36-51.  
<https://doi.org/10.1016/j.breast.2022.01.005>
- Siegel, Rebecca L. Miller, Kimberly D. Wagle, Nikita Sandeep Jemal, A. (2023). *Cancer Statistics, 2023*. *Ca: A Cancer Journal For Clinicians*, 73(1), 17-48.  
<https://doi.org/10.3322/caac.21763>
- Sumarni, Harnany, Afyah Sri ,Hartati, T. A. (2019). *Jurnal Keperawatan Mersi*. 7(2018), 7-12.
- Titi Astuti, Rizki Azni Desvianti, M. B. (2019). Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Kanker Payudara. *Kesehatan*, 10, 1.  
<http://ejournal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/jk>
- Wholqol Group. (1998). *Development Of The World Health Organization Whoqol-Bref Quality Of Life Assessment*. *Psychol Med.*, 28(3), 551-558.