

## LITERATUR REVIEW : INTERVENSI MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DENGAN KANKER PAYUDARA

Lilis Mamuroh<sup>1</sup>, Printin Sari<sup>1</sup>, Dian Trias Oktaviani<sup>1</sup>, Muhammad Faizal Muttaqin<sup>1</sup>, Nursita Dewii<sup>1</sup>, Razy Purnama<sup>1</sup>, Aneu Agustiani<sup>1</sup>, Siti Nur Asiah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran  
Corresponding Email : lilis.mamuroh@unpad.ac.id

### Abstrak

Secara klinis kualitas hidup penderita kanker payudara menurun sejak didiagnosa menderita kanker payudara dan dapat terus menerus secara periodic setiap tahun. Kanker payudara adalah keganasan yang berasal dari kelenjar, saluran kelenjar dan jaringan penunjang tidak termasuk kulit payudara. Sel-sel kanker payudara dapat menyebar melalui aliran darah ke seluruh tubuh. Terapi paliatif biasa diberikan pada pasien kanker payudara untuk mempertahankan kualitas fisik, psikologis, social, spiritual dengan tujuan untuk meredakan gejala yang muncul sehingga kualitas hidup pasien akan meningkat seoptimal mungkin. Tujuan literature review ini adalah untuk mengetahui intervensi yang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien dengan kanker payudara. Metode penelitian ini yaitu study literatur, dengan pencarian menggunakan *Evidence Based Practice (EBP)* dari database seperti Pubmed, Proquest, dan Google Scholar. Terdapat 7 artikel berdasarkan hasil searching menggunakan tehnik PICO. Setelah melakukan pencarian artikel, dipilih 7 artikel penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi. Intervensi yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan kanker payudara dari setiap artikel berbeda diantaranya, (1) perawatan kecantikan (beauty care), (2) dukungan spiritual, (3) terapi virgin coconut oil, (4) life review therapy, (5) Supportive Expressive Group Therapy, (6) yoga, dan (7) Progressive Muscle Relaxation. Terdapat kesamaan hasil dari tujuh jurnal yang telah ditelaah yaitu dapat meningkatkan kualitas hidup penderita kanker payudara oleh karena itu hasil literature review ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan dapat dipraktikan secara langsung sebagai intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan kanker payudara.

**Kata kunci :** Intervensi, kualitas hidup, kanker payudara.

### Abstract

*Clinically the quality of life of breast cancer sufferers has decreased since being diagnosed with being diagnosed with breast cancer and can continue periodically every year. Breast cancer is a malignancy originating from the glands, glandular ducts and supporting tissues excluding the skin of the breast. Breast cancer cells could spread through the bloodstream throughout the body. Palliative therapy is usually given to breast cancer patients to maintain their physical, psychological, social, spiritual qualities with the aim of relieving the symptoms that appear so that the patient's quality of life will improve as optimally as possible. The purpose of this literature review is to determine which interventions are effective in improving the quality of life of patients with breast cancer. This research method is a literature study, by searching using Evidence Based Practice (EBP) from database such as Pubmed, Proquest and Google Scholar. There are seven articles based on the results of searching using the PICO technique. After conducting an article search, seven research articles that fit the inclusion criteria were selected. The interventions carried out to improve the quality of life of patients with breast cancer from each article are different, including (1) beauty care (2) spiritual support (3) virgin coconut oil therapy (4) life review therapy (5) Supportive Expression Group Therapy (6) yoga and (7) Progressive Muscle Relaxation. There are similarities in the results of the seven journals that have been reviewed, namely that they can improve the quality of life for breast cancer sufferers. Therefore, it is hoped that the results of this literature review can be used as a source of information and could be directly practiced as an intervention to improve the quality of life in patients with breast cancer.*

**Keywords :** Intervention, quality of life, breast cancer.

## **PENDAHULUAN**

Menurut WHO ( 2012) tiga jenis kanker yang menjadi penyebab kematian utama di dunia adalah kanker paru, kanker payudara dan kanker serviks penyebab paling umum pada kematian wanita di dunia dari tiga jenis kanker tersebut yaitu kanker payudara dengan jumlah kematian sebanyak 425.000 orang . Seiring dengan berjalannya waktu, jumlah penderita kanker payudara semakin meningkat. Penderita kanker payudara didunia pada tahun 2012 berjumlah sebanyak 1,7 juta dan diperkirakan akan terdapat peningkatan sebanyak empat kali lipat pada tahun 2020 (WHO, 2012). Di Indonesia jumlah penderita kanker payudara adalah 61.682 dengan prevalensi 12/100.000 wanita (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia [kemenkes RI], 2015). Penderita kanker payudara menyebar diseluruh provinsi, salah satunya di Jawa Barat. Jawa Barat merupakan Provinsi ke tiga terbanyak untuk penderita kanker payudara, yaitu sebanyak 6.701 orang dengan prevalensi 0,3% (Kemenkes RI,2013).

Kanker payudara dapat menimbulkan beberapa gejala yang berdampak pada perubahan fisik tubuh seseorang, seperti adanya benjolan di payudara dan sering tidak terasa nyeri, adanya perubahan tekstur kulit payudara dimana kulit payudara mengeras dengan permukaan seperti kulit jeruk, adanya luka pada bagian payudara yang tidak sembuh, adanya keluar cairan adanya cekungan ataupun tarikan kulit payudara (Kemenkes RI, 2019). Kondisi ini dapat berdampak pada psikologi penderita. Dampak psikologi yang dapat dirasakan yaitu diantaranya rasa ketidakberdayaan, kecemasan, serta malu, menurunnya harga diri stress dan amarah (Wahyono,2018). Pada masalah spiritual terdapat pasien yang lebih mendekatkan diri dengan sang pencipta adapula yang menyalahkan dan kecewa dengan sang pencipta ( Tsitsis & Lavdanti, 2014).

Beberapa dampak yang dirasakan oleh penderita kanker payudara baik dari fisik, psikologis, social maupun spiritual dapat menyebabkan kualitas hidup penderita kanker payudara menurun (Fatmadona, 2015). Menurut Lovez et al (2011) pendidikan, usia, pekerjaan, pendapatan, status pernikahan, stadium kanker dan dukungan keluarga dapat mempengaruhi kualitas hidup pada penderita kanker payudara. Secara klinis kualitas hidup penderita kanker payudara menurun sejak didiagnosa penderita kanker payudara dan dapat terus menurun secara periodic setiap lima tahun setelah didiagnosa menderit kanker

payudara. Setelah operasi pengangkatan payudara kualitas hidup penderita kanker payudara dapat menurun dua kali lipat terutama dalam psikologis (DiSipio et al, 2010)

Yan et al. (2016) juga menjelaskan dalam artikelnya bahwa kualitas hidup merupakan multi dimensi yang mencakup dampak dari diagnosa, pengobatan, dan perkembangan penyakit pada kehidupan sehari-hari dan rehabilitasi individu dengan kanker payudara. Kualitas hidup menjadi tolak ukur atau penentu kualitas manajemen kedokteran onkologi dalam pemberian perawatan. Kualitas hidup merupakan penilaian subjektif dari kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial, yang mencerminkan persepsi pasien mengenai dampak diagnosis dan perawatan kanker payudara setiap harinya.

Upaya yang dapat dilakukan oleh perawat untuk meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan kanker payudara yaitu melakukan intervensi yang tepat sesuai dengan *evidence based* yang ada. Kualitas hidup pasien kanker payudara dapat ditingkatkan dengan berbagai jenis terapi, sebelum memberikan terapi harus dipertimbangkan baik keuntungan dan kerugian yang dapat disebabkan oleh setiap terapi kepada pasien dan keluarga. Tujuan umum dari pembuatan literature review ini adalah untuk mengetahui intervensi yang efektif dalam meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan kanker payudara.

## **METODE**

Pencarian jurnal literatur review ini menggunakan mesin pencarian *Evidence Based Practice (EBP)* Pubmed, dan *Google Scholar* dengan kata kunci, Intervensi yang digunakan meliputi, kanker payudara, dukungan spiritual, kualitas hidup, kemoterapi, hand foot syndrome, virgin coconut oil, urea cream, stress. Pencarian artikel dilakukan menggunakan kata AND dan OR. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut (1) membahas mengenai kanker payudara, (2) Kualitas hidup pada penderita kanker payudara, (3) artikel diterbitkan antara 2015-2020, (4) artikel tersebut berbahasa Inggris dan Indonesia (5) full text. Kriteria eksklusi sebagai berikut (1) makalah dan disertasi, editorial, literature review, surat, prosiding konferensi buku, dan bab buku, (2) artikel diterbitkan sebelum tahun 2015.

Penyusunan literature review ini menggunakan metode pencarian P (patient), population, problem), I (intervention, prognostic, factor, exposure), C (comparison, control)), dan O (outcome) PICO yang digunakan yaitu :

P : Pasien wanita dengan kanker payudara

I : meningkatkan kualitas hidup pasien dengan kanker payudara

C: Intervensi paling efektif untuk mengurangi nyeri

O: Keefektifan intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan kanker payudara

**Tabel 1. Sortir Literatur**

No	Pencarian	Jumlah	Hasil
1	Google Scholar	268	6
2	Pubmed	78	1

## **HASIL**

Setelah melakukan pencarian artikel dan penyortiran artikel dipilih 7 artikel penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi. Intervensi yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan kanker payudara dari setiap artikel berbeda yaitu diantaranya (1) intervensi beauty care, (2) dukungan spiritual, (3) terapi virgin coconut oil, (4) life review therapy, (5) supportive expressive Group, (6) yoga, dan (7) progressive muscle relaxation.

**Tabel 2. Hasil Analisa Artikel**

NO	JUDUL PENULIS, TAHUN	TEMPAT TAHUN	TUJUAN	DESIGN PENELITIAN	SAMPEL	INSTRUMEN PENELITIAN	HASIL
1.	Penulis: Richard <i>et al</i> (2018).	Jerman	Untuk mengetahui efek langsung, jangka pendek, dan jangka menengah dari intervensi perawatan kecantikan	<i>Randomized controlled trial.</i>	44 dengan kanker payudara dini. Dibagi menjadi kelompok intervensi ( <i>immediate intervention</i> ) sebanyak 22 orang dan kelompok kontrol ( <i>waiting list</i> 4 minggu) sebanyak 22 orang.	1. <i>State-Trait Depression Scales</i> (STDS): untuk mengukur gejala depresi. 2. <i>Centre for Epidemiological Studies Depression Scale</i> (CESD): untuk mengukur gejala depresi secara umum dari beberapa minggu terakhir. 3. <i>Functional Assessment of Cancer Therapy-Breast</i> (FACT-B): untuk mengukur kualitas hidup pasien. 4. <i>Body Image Scale (BIS)</i> : untuk mengukur <i>body</i>	Pasien pada kelompok intervensi dilaporkan gejala depresi lebih sedikit, kualitas hidup lebih tinggi, dan harga diri lebih tinggi dibandingkan dengan sebelum diberikan intervensi dan juga dibandingkan dengan kelompok kontrol. Tindak lanjut pada 8 minggu menunjukkan stabilitas moderat dari perbaikan ini. Hasil menunjukkan efek jangka pendek dan jangka menengah dari perawatan kecantikan pada hasil psikologis pada pasien dengan kanker payudara dini.
2	Pengaruh Dukungan piritual terhadap	Kabupaten Rejang Lebong (2016	Untuk mengetahui ui	<i>Quasi experiment</i>	Populasi 33 sampel 12 responden.	Kualitas hidup menopause	Menunjukkan bahwa adanyaperbedaan yang spesifik terhadapintervensi dukungan

	kualitashidup penderitakankerpayudara pascakemoterapi		pengaruh spiritual terhadap kualitas hidup penderita kanker payudara pasca kemoterapi di Kabupaten Rejang Lebong			menurut WHOQOL-BREF		spiritualterhadap kualitas hidup penderitakanker payudara yang dimana hasilpre pre intervensi selama 4 minggu(58,3%) memiliki dukungan spiritualtidak baik. Menunjukkan bahwahampir seluruh post intervensi penderita kanker payudara (83.3%)memiliki dukungan yang baik.
	Penulis: Yusniarita, Y. (2016)							
3.	Efektifitas <i>Virgin Coconut Oil</i> dalam Penanganan <i>Hand Foot Syndrome</i> Pada Pasien Kanker Payudara Yang Mendapatkan Terapi Capecitabine Per Oral Dilihat Dari Kualitas Hidup dan Derajat <i>Hand Foot Syndrome</i>	RSUP Dr. Kariadi, Semarang Tahun: 2018	Membuktikan adanya efektivitas <i>virgin coconut oil</i> dalam penanganan <i>hand foot syndrome</i> pada pasien kanker payudara yang mendapat kemoterapi capecitabine per oral	Eksperimental dengan <i>pretest posttest control group design</i>	Sampel yang di ambir 31 sampel di RSUP Dr. Kariadi, Semarang	EORTC QLQ-C30, EORTC QLQ-BR23 dengan derajat HFS.		Diantara kedua kelompok, skor hand foot syndrome pada kelompok perlakuan mengalami perbaikan (p=0,011).
	Penulis: Muhammad Reza Tryas Putra, Yan Wisnu Prajoko, Selamat Budijitno (2018)							
4.	Pengaruh <i>Life Review Therapy</i> terhadap kualitas hidup pada domain psikologis pasien	RS sultan Agung Semarang Tahun:	Untuk mengukur pengaruh <i>life review therapy</i>	Pra experimental <i>design</i>	34 responden	Kuesioner hidup psikologi	kualitas domain	Pasie kanker payudara yang menjalani pengobatan (kemoterapi) pasien belum bisa menerima atas penyakitnya, marah dengan kejadian yang ada

	kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RS sultan Agung Semarang	2019		terhadap kualitas hidup pada domain psikologis pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RS sultan Agung Semarang				dan merasa sedih dengan kejadian yang dialami. Namun setelah dibeikan life review therapy terjadi perubahan respon psikologis sehingga dapat berpengaruh terhadap kualitas pada domain psikologisnya.
	Penulis: Ismonah, Aziz Oktasari Sihana (2019)							
5.	Pengaruh <i>Supportive Expressive Group Therapy</i> terhadap Penurunan Tingkat Stres dan Peningkatan Tingkat Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara yang sedang Menjalani Proses Kemoterapi	RSUD Moewardi Surakarta Tahun 2015	Dr	Untuk mengetahui pengaruh <i>Supportive Expressive Group Therapy</i> terhadap penurunan tingkat stres dan peningkatan kualitas hidup	Desain penelitian ini adalah desain eksperimen pretest-posttest control group design dengan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol masing- masing sebanyak 4 orang	Pasien kanker payudara jumlah responden 8	Skala stres, EORTC QLQ-C30 dan skala kualitas hidup EORTC QLQ-BR23.	Berdasarkan hasil perhitungan uji 2 Sampel Independen Mann-Whitney, pada analisis tingkat stres diperoleh nilai z sebesar - 2,309 dan nilai uji signifikansi (p) sebesar 0,021 (p<0,05). Sedangkan hasil perhitungan uji 2 Sampel Independen Mann-Whitney, pada analisis tingkat kualitas hidup diperoleh nilai z sebesar - 2,309 dan nilai uji signifikansi (p) sebesar 0,021 (p<0,05).
	Penulis: Ardhina, A. N., Lilik, S., & Priyatama, A. N. (2015)							Hasil tersebut menunjukkan bahwa <i>Supportive Expressive Group Therapy</i> memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat stres dan peningkatan kualitas hidup pasien kanker payudara yang sedang menjalani proses kemoterapi

6.	<p><i>Can Yoga Have Any Effect on Shoulder and Arm Pain and Quality of Life in Patients with Breast Cancer? A Randomized, Controlled, Single-Blind Trial</i></p>	Turki	<p>untu memeriksa efek yoga pada nyeri bahu dan lengan, kualitas hidup, depresi, dan kinerja fisik pada pasien dengan kanker payudara</p>	<p><i>Randomized, Controlled, Single-Blind trial</i></p>	<p>42 pasien yang telah menyelesaikan perawatan bedah, radioterapi, dan.atau kemoterafi</p>	<p><i>The European Organization and Treatment of Cancer Quality of Life (EORTC QLQ-30) questionnaire.</i></p>	<p>Pada kelompok intervensi, rata-rata nilai skala fungsional sebelum diberikan intervensi adalah 74.5 dan sesudah intervensi menjadi 82.2, rata-rata nilai skala kesehatan global sebelum diberikan intervensi adalah 59.4 dan sesudah intervensi menjadi 66.2, rata-rata nilai skala gejala sebelum diberikan intervensi adalah 19.4 dan sesudah intervensi menjadi 14.7.</p>	
<p>Penulis: Sibel Eyigor, Ruchan Uslu, Sebnem Apaydin, Ismail Caramat, Hilal Yesil (2018)</p>								<p>Sedangkan pada kelompok kontrol, rata-rata nilai skala fungsional sebelum diberikan intervensi adalah 76.8 dan sesudah intervensi menjadi 74.5, rata-rata nilai skala kesehatan global sebelum diberikan intervensi adalah 67.9 dan sesudah intervensi menjadi 59.4, rata-rata nilai skala gejala sebelum diberikan intervensi adalah 24.1 dan sesudah intervensi menjadi 19.4.</p>
7	<p>Manfaat <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (PMR) sebagai intervensi keperawatan dalam meningkatkan</p>	<p>Pencarian dilakukan melalui <i>databased</i> CINAHL, PubMed, Science Direct, dan</p>	<p>Untuk melihat manfaat PMR dalam meningkatkan kualitas hidup wanita kanker payudara yang menjalani</p>	<p>Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah studi literature Review. Databased</p>	<p>Dalam litrev ini menggunakan 6 jurnal yang berkaitan dengan kanker payudara.</p>	<p>Analisa literatur menggunakan PICOT (Population, Intervention, Comparison, Outcome, dan Time</p>	<p>Pasien setelah melakukan pengobatan kemoterapi akan mengalami penurunan kualitas hidup. kualitas hidup merupakan penilaian individu tentang kesejahteraan dirinya sendiri meliputi kesejahteraan fisik, psikologis, hubungan</p>	

---

<i>Quality of Life</i> (QOL) wanita kanker payudara yang menjalani kemoterapi	Medline Tahun: 2019	kemoterapi.	yang digunakan dalam pencarian sumber adalah CINAHL, PubMed, Science Direct, dan Medline	sosial, dan hubungan dengan lingkungan. Salah satu upaya untuk menanganinya adalah dengan memberikan terapi progressive muscle relaxation dimana dari beberapa penelitian dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan <i>Quality Of Life</i> .
Penulis : Anastasia Diah Larasati 1, Anggorowati, Andrew Johan (2019)				

---

Dari tujuh artikel hasil penelitian menunjukkan bahwa pada penderita kanker payudara setelah diberikan intervensi *beauty care*, dukungan spiritual, intervensi *virgin oil coconut*, intervensi *life review therapy*, intervensi yoga, intervensi *supportive expressive group therapy*, dan intervensi *progressive muscle relaxation* mengalami perubahan yaitu meningkat kualitas hidupnya

## **PEMBAHASAN**

### **1. Beauty Care**

Sebagian besar pasien kanker payudara dihadapkan dengan efek samping yang berkaitan dengan penampilan (misalnya, kerontokan pada rambut dan alis atau bulu mata, iritasi kulit, atau terdapat bekas luka) saat menjalani perawatan medis kanker. Perubahan penampilan yang disebabkan oleh pengobatan ini telah dianggap sebagai alasan utama *distress* dan dikaitkan dengan penurunan dalam berbagai hasil psikologis termasuk citra tubuh, kesejahteraan psikososial, dan kualitas hidup. Dalam penelitian *randomized controlled trial* yang dilakukan oleh Richard *et al* (2018) ditemukan bahwa intervensi *beauty care* dapat meningkatkan kualitas hidup klien

Hasil dari penelitian Richard *et al* (2018) tersebut ditemukan bahwa setelah dilakukan intervensi *beauty care* mempengaruhi kondisi psikologis responden. Hasil menunjukkan efek jangka pendek dan jangka menengah dari *beauty care* pada hasil psikologis pada pasien dengan kanker payudara dini. Terdapat peningkatan kualitas hidup yang lebih tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Selain pada kualitas hidup, intervensi ini juga meningkatkan harga diri responden dan mengurangi gejala depresi yang dirasakan oleh responden.

### **2. Dukungan Spiritual**

Intervensi dukungan spiritual dapat meningkatkan kualitas hidup pasien dengan kanker payudara. Hal tersebut dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Yusniarita, Y. (2016) dengan berjudul “Pengaruh dukungan spiritual terhadap kualitas hidup penderita kanker payudara pasca kemoterapi”, Dalam

penelitian ini didapatkan hasil bahwa adanya perbedaan yang spesifik Sebagian besar pasien kanker payudara dihadapkan dengan efek samping yang berkaitan dengan penampilan (misalnya, kerontokan pada rambut dan alis atau bulu mata, iritasi kulit, atau terdapat bekas luka) saat menjalani perawatan medis kanker. Perubahan penampilan yang disebabkan oleh pengobatan ini telah dianggap sebagai alasan utama *distress* dan dikaitkan dengan penurunan dalam berbagai hasil psikologis termasuk citra tubuh, kesejahteraan psikososial, dan kualitas hidup. Dalam penelitian *randomized controlled trial* yang dilakukan oleh Richard *et al* (2018) ditemukan bahwa intervensi *beauty care* dapat meningkatkan kualitas hidup klien.

### **3. Terapi *Virgin Coconut Oil***

Prosedur intervensi dalam penelitian tersebut yaitu pertama dengan *informed consent*, menjelaskan cara pemakaian terapai *Virgin Coconut Oil* [VCO] dua kali sehari sehabis mandi pada area yang terkena pada kelompok perlakuan selama 3 minggu. Pada kelompok control berikan edukasi untuk tetap memakai *urea cream* selama 3 minggu dan kelompok kontrol memakai VCO. Kemudian setelah pemakaian VCO dan urea cream selama 3 minggu, dilakukan evaluasi menggunakan kuesioner EORTC QLQ-C30, EORTC QLQ-BR23 dan dilakukan penilaian akhir terhadap derajat Hand Foot Syndrome (HFS) menurut WHO terhadap masing-masing kelompok. Variabel bebas penelitian ini adalah pemberian *Virgin Coconut Oil* dan urea cream, sedangkan variabel terikatnya adalah derajat Hand Foot Syndrome (HFS) dan tingkat kualitas hidup (Putra *et al*, 2018).

Hasil menyatakan terdapat perbaikan kualitas hidup dan skor hand foot syndrome pada kelompok urea cream dan VCO walaupun hasil perbaikan skor pada kelompok VCO tidak bermakna. Kekurangan dalam penelitian ini mengambil kelompok kecil tidak mengambil kelompok besar. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan memperhatikan kedislipinan subjek penelitian dalam pemakaian *Virgin Coconut Oil*.

#### **4. *Life Review Therapy***

Hasil penelitian ini menunjukkan kualitas hidup buruk pada domain psikologis sebelum intervensi 19 responden (55.9%) dan setelah intervensi 8 responden (23.5%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa *Life Review Therapy* berpengaruh terhadap kualitas hidup pada domain psikologis dengan  $p$ -value 0.0001. Hasil ini sejalan dengan Kushariyadi (2011) yang mengatakan bahwa suatu proses *life review therapy* dengan Standar Prosedural Operasional (SOP) yang baik akan mengurangi depresi dan meningkatkan kepercayaan diri, kesejahteraan atau kesehatan psikologis, dan kepuasan hidup. Terapi *life review* ini merupakan upaya untuk membantu seseorang untuk mengaktifkan ingatan dalam jangka panjang dimana akan terjadi mekanisme recall tentang kejadian pada kehidupan masa lalu hingga sekarang, dengan cara ini, lansia akan lebih mengenal siapa dirinya dan dengan recall tersebut, lansia akan mempertimbangkan untuk dapat mengubah kualitas hidup menjadi lebih baik dibandingkan dengan sebelumnya. Intervensi *life review therapy* mampu membantu pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi untuk menilai kehidupan yang telah dilaluinya, sehingga penderita dapat merasakan kepuasan atas kehidupannya.

#### **5. *Supportive Expressive Group Therapy***

Penelitian mengenai pengaruh *supportive expressive group therapy* terhadap penurunan tingkat stres dan peningkatan tingkat kualitas hidup pasien kanker payudara yang sedang menjalani proses kemoterapi dilakukan oleh Ardhina, Lilik, & Priyatama (2015).

Kelompok eksperimen diberikan *Supportive Expressive Group Therapy* sebanyak tujuh sesi selama tiga hari dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi, studi kasus, *role play*, simulasi, permainan dan latihan. Instrumen terapi yang digunakan adalah modul terapi, buku kerja, buku evaluasi. Berdasarkan hasil analisis data kuantitatif dan kualitatif yang diperoleh melalui penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *Supportive Expressive Group Therapy* memiliki

pengaruh dalam menurunkan tingkat stress dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien kanker payudara yang sedang menjalani proses kemoterapi.

## **6. Yoga**

Penelitian mengenai efektivitas yoga pada kualitas hidup pasien dengan kanker payudara dilakukan oleh Eyigoret *al* (2018). Kelompok intervensi diberikan latihan tambahan yoga dan kelompok kontrol tidak diberikan latihan apapun hanya perawatan umum. Kelompok dengan intervensi dilakukan pelatihan Hatha yoga 2 hari/minggu selama 10 minggu. Setiap kelas yoga dimulai dengan diskusi, meditasi 5 menit, dan melakukan pose shavasana atau pose berbaring restorative, serta diikuti dengan pose-pose lainnya. Sedangkan pada kelompok control dilakukan follow up program perawatan selama 10 minggu.

Hasil penelitian yang didapatkan pada kelompok intervensi, rata-rata nilai skala fungsional sebelum diberikan intervensi adalah 74.5 dan sesudah intervensi menjadi 82.2, rata-rata nilai skala kesehatan global sebelum diberikan intervensi adalah 59.4 dan sesudah intervensi menjadi 66.2, rata-rata nilai skala gejala sebelum diberikan intervensi adalah 19.4 dan sesudah intervensi menjadi 14.7. Sedangkan pada kelompok kontrol, rata-rata nilai skala fungsional sebelum diberikan intervensi adalah 76.8 dan sesudah intervensi menjadi 74.5, rata-rata nilai skala kesehatan global sebelum diberikan intervensi adalah 67.9 dan sesudah intervensi menjadi 59.4, rata-rata nilai skala gejala sebelum diberikan intervensi adalah 24.1 dan sesudah intervensi menjadi 19.4.

## **7. *Progressive Muscle Relaxation***

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, *Progressive Muscle Relaxation* (PMR), merupakan teknik atau terapi yang layak dan aman yang dapat dilakukan seseorang pada penderita kanker payudara, tehnik PMR ini merupakan suatu latihan dengan cara tehnik relaksasi yang dapat menyebabkan terjadinya penurunan ketegangan yang disebabkan oleh penyakit kronis, ketegangan psikologis seperti kecemasan, depresi dan rasa sakit, sehingga dalam tehnik PMR ini dapat meningkatkan kualitas hidup pasien (Bracke FE, 2010).

Tehnik PMR ini merupakan suatu cara tehnik relaksasi dengan mengkombinasikan antara latihan napas dalam dan kegiatan kontraksi relaksasi otot, pada penderita kanker payudara ini sering mengalami penurunan kualitas hidup dan gangguan aktivitas yang disebabkan akibat rasa nyeri sehingga dapat mengakibatkan terjadinya gangguan stres emosional (cemas dan depresi), bahkan dapat terjadi harga diri rendah dengan keadaan kondisi tersebut. Oleh karena itu tehnik PMR ini dapat dijadikan sebuah intervensi dalam pasien kanker payudara ini karena selain dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang juga dapat mengobati fisik atau mengurangi rasa nyeri pada penderita kronis ini (Larasati, A. D., Anggorowati, A., & Johan, A., 2019)

Dari tujuh jurnal setelah dianalisa menunjukkan bahwa kualitas hidup pada penderita kanker payudara setelah diberikan intervensi mengalami perubahan kearah yang baik kualitas hidupnya meningkat. Di samping pemberian intervensi tersebut perlu diberikan pengobatan dan terapi, Menurut Nurhayati N, Rahmadani S, D Marfuah (2020) pada penderita kanker terjadi perubahan kualitas hidup pada setiap pasien yang menjalani pengobatan terapi. Intervensi yang diberikan pada penderita kanker payudara tidak hanya intervensi untuk fisik saja tetapi psikologis juga perlu diberikan intervensi, karena penderita kanker payudara akan mengalami perubahan fisik dan psikologi yang berdampak pada kualitas hidup. Menurut Neni Nuraeni, & Hani Handayani (2018) Pasien kanker payudara akan mengalami perubahan fisik dan psikologi. Intervensi yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup pada penderita kanker payudara adalah intervensi Life Review Therapy, karena intervensi life review therapy dengan Standar Prosedural Operasional (SOP) yang baik akan mengurangi depresi dan meningkatkan kepercayaan diri, kesejahteraan atau kesehatan psikologis, dan kepuasan hidup. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah pencarian artikel, banyak menemukan artikel yang tidak lengkap tidak full teks.

Kesimpulan setelah dilakukan literature review pada tujuh artikel didapatkan intervensi beauty care, dukungan spiritual, intervensi virgin oil coconut, intervensi life review therapy, intervensi yoga, intervensi supportive

expressive group therapy, dan intervensi progressive muscle relaxation yang dapat meningkatkan kualitas hidup wanita dengan kanker payudara. Hasil ini diharapkan dapat dipraktikkan secara langsung sebagai intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup pasien kanker payudara.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardhina, A. N., Lilik, S., & Priyatama, A. N. (2015). Pengaruh Supportive Expressive Group Therapy terhadap Penurunan Tingkat Stres dan Peningkatan Tingkat Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara yang sedang Menjalani Proses Kemoterapi. *WACANA*, 7(1).
- Bracke PE. Progressive Muscle Relaxation. (2010). In: The Corsini Encyclopedia of Psychology. Doi:<http://doi.wiley.com/10.1002/9780470479216.corpsy0712>.
- DiSipio *et al.* (2010). Does Quality Of Life Among Breast Cancersurvivors One Year After Diagnosis Differdepending On Urban And Non-Urban Residence? A Comparative Study. *Health and Quality of Life Outcomes* 8(1):3. Doi: <http://dx.doi.org/10.1186/1477-7525-8-3>.
- Eccleston, Christopher *et al.* (2015). Psychological interventions for parents of children and adolescents with chronic illness. Doi: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009660.pub3>.
- Eyigor, S., Uslu, R., Apaydin, S., Caramat, I., & Yesil, H. (2018). Can Yoga Have Any Effect on Shoulder and Arm Pain and Quality of Life in Patients with Breast Cancer? A Randomized, Controlled, Single-Blind Trial. Elsevier.
- Fatmadona., U. (2015). oleh NationalComprehensive Cancer Network (NCCN)Pijat Terapetik Sebagai Evidence BasedPractice Pada Pasien Kanker UntukMengurangi Distress. *Ners Jurnal Keperawatan*. 11(1), 79–86.
- Hanifah, L. (2019). Hubungan antara pengetahuan kader posyandu tentang kanker payudara dengan SADARI. *Jurnal Kebidanan Indonesia: Journal of Indonesia Midwifery*, 10 (2), 122-131.
- Irawan, E., Hayati, S., & Purwaningsih, D. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Penderita Kanker Payudara. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(2).

- Ismonah, I. (2020). Pengaruh Life Review Therapy terhadap kualitas hidup pada domain psikologis pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSI Sultan Agung Semarang. *Adi Husada Nursing Journal*, 5(2), 32-38.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). Situasi Penyakit Kanker di Indonesia. Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI. [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id).
- \_\_\_\_\_. (2015). *InfoDATIN KankerPayudara*. Jakarta: Kemenkes RI.
- \_\_\_\_\_. (2019). *Gejala Kanker Payudara*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Komite Penanggulangan Kanker Nasional. (n.d.). *Panduan Penatalaksanaan Kanker Payudara*. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Kushariyadi. (2011). *Terapi modalitas keperawatan pada klien psikogeriatrik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Larasati, A. D., Anggorowati, A., & Johan, A. (2019). Manfaat Progressive Muscle Relaxation (PMR) sebagai intervensi keperawatan dalam meningkatkan Quality of Life (QOL) wanita kanker payudara yang menjalani kemoterapi. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, 2(1).
- Lopez-class, M. *et al.* (2011). Quality of Life Among Immigrant Latina Breast Cancer Survivors: *Realities of Culture and Enhancing Cancer Care*, 724–733. Doi: <http://doi.org/10.1007/s13187-011-0249-4>.
- Mulyani, S.M & Nuryani. (2013). *Kanker Payudara dan PMS pada Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mursyid, A., Haris, R. N. H., Endarti, D., Wiedyaningsih, C., & Kristina, S. A. (2019). Pengukuran Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara di Kota Denpasar menggunakan Instrumen EQ-5D-5L. *JMPF*, 9(3).
- Nurhayati, N., Rahmadani, S. D., Marfuah, D., & Mutiar, A. (2020). Gambaran Kualitas Hidup Penderita Kanker Serviks: Literatur Review. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 3(3).
- Nuraeni, N., & Handayani, H. (2018). The Quality Of Life Of Breast Cancer Patients With Chemotherapy: A Phenomenology Study. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 1(2).
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ostad SN and Parsa M. (2011). Breast cancer from molecular point of view: pathogenesis and biomarkers, breast cancer – focusing tumor microenvironment, stem cells and metastasis, ISBN:978-953-307-766-6, In Tech.

- Potter, Perry. (2010). *Fundamental Of Nursing: Concep, Proses and Practice*. Edisi 7. Vol. 3. Jakarta : EGC.
- Prabandari, F., & Fajarsari, D. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian kanker payudara di RSUD Dadi Keluarga Purwokerto, Bidan Prada: *Jurnal Kebidanan Akbid YLPP Purwokerto*, 7 (1).
- Putra, M. R. T., Prajoko, Y. W., & Budijitno, S. (2018). Efektivitas Virgin Coconut Oil dalam Penanganan Hand Foot Syndrome Pada Pasien Kanker Payudara yang Mendapat Kemoterapi Capecitabine Per Oral Dilihat dari Skor Kualitas Hidup dan Derajat Hand Foot Syndrome. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 7(4), 1668-1679.
- Richard *et al.* (2018). Recover your smile: Effects of a beauty care intervention on depressive symptoms, quality of life, and self esteem in patients with early breast cancer. *Psycho-Oncology*, 28:401-407. Doi: <http://dx.doi.org/10.1002/pon.4957>.
- Tsitsis & Lavdaniti. (2014). Quality of Life in Women with Breast Cancer. *International Journal of Caring Sciences*, 7(1), 38–42.
- Wahyono, Adi. (2018). Dampak Psikologis Penyintas Kanker Payudara. Retrieved May, 16 2020 from <https://suryahusadha.com/articles/psychological-impact-of-breast-cancer-survivor>.
- Wulandari, N., Bahar, H., & Ismail, C. S. (2017). Gambaran kualitas hidup pada penderita kanker payudara di Rumah Sakit Umum Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara tahun 2017. (*Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*), 2(6).
- Yan, B., Yang, L.-M., Hao, L.-P., Yang, C., Quan, L., Wang, L.-H., ... Yuan, J.-M. (2016). Determinants of Quality of Life for Breast Cancer Patients in Shanghai, China. *Plus One*.
- Yusniarita, Y. (2016). Pengaruh dukungan spiritual terhadap kualitas hidup penderita kanker payudara pasca kemoterapi. *Jurnal media kesehatan*, 9(2), 144-151.