

HUBUNGAN ANTARA NAFSU MAKAN DENGAN TINGKAT STRES PADA PASIEN KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RUMAH SAKIT MURNI TEGUH

Yasinta Yolan Selviani Gulo^{1*}, Muhammad Taufik Daniel Hasibuan²,
Lenny Lusua Simatupang³

¹Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

²Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

³Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

*Penulis Korespondensi: yasintayolanselvianigulo@gmail.com

Abstract. *Background: The action that is often done in the management of breast cancer patients is Chemotherapy. Chemotherapy has an impact on appetite and stress levels of cancer patients. Disruption of physical and psychological conditions will worsen the health condition of breast cancer patients. Objective: To identify the relationship between appetite and stress levels in breast cancer patients undergoing chemotherapy at Murni Teguh Hospital. Method: The type of research used is quantitative with a research design using a cross-sectional design. The population in this study were 98 breast cancer patients undergoing chemotherapy at Murni Teguh Hospital and the number of samples was 32 respondents. In the appetite variable, primary data was collected using the SNAQ (Simplified Nutritional Appetite Questionnaire) questionnaire and for measuring stress levels in this study using the Perceived Stress Scale (PSS). The statistical test used was the Spearman Rho correlation test. Results: There is a significant relationship between appetite and stress levels in breast cancer patients undergoing chemotherapy at Murni Teguh Hospital with a correlation coefficient of -0.497 indicating a moderate negative relationship between the two variables. The significance value (p-value) is 0.004 ($p < 0.05$). Conclusion: There is a relationship between appetite and stress levels in breast cancer patients undergoing chemotherapy at Murni Teguh Hospital. This indicates that psychological aspects in the form of stress have an important role in influencing the physiological condition of patients, especially appetite, during chemotherapy treatment.*

Keywords: *Appetite; Breast Cancer; Chemotherapy; Stress Level*

Abstrak. Latar Belakang: Tindakan yang sering dilakukan dalam penatalaksanaan pasien kanker payudara adalah Kemoterapi. Tindakan kemoterapi memiliki dampak terhadap nafsu makan dan tingkat stres pasien kanker. Terganggunya kondisi fisik maupun psikologis akan memperburuk kondisi kesehatan pasien kanker payudara. Tujuan : Untuk mengidentifikasi hubungan antara nafsu makan dengan tingkat stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di rumah sakit murni teguh. Metode : Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain penelitian menggunakan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 98 pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di rumah sakit murni teguh dan jumlah sampel sebanyak 32 responden. Pada variabel nafsu makan data primer dikumpulkan menggunakan alat ukur Kuesioner SNAQ (Simplified Nutritional Appetite Questionnaire) dan untuk pengukuran Tingkat stres dalam penelitian ini menggunakan Perceived Stress Scale (PSS). Uji statistic yang digunakan adalah uji korelasi Spearman Rho. Hasil : terdapat hubungan yang signifikan antara nafsu makan dengan tingkat stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Murni Teguh dengan koefisien korelasi sebesar -0,497 menunjukkan hubungan negatif yang moderat antara kedua variabel tersebut. Nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,004 ($p < 0,05$). Kesimpulan : terdapat hubungan antara nafsu makan dengan tingkat stress pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Murni Teguh. Hal ini mengindikasikan bahwa aspek psikologis berupa stres memiliki peran penting dalam mempengaruhi kondisi fisiologis pasien, khususnya nafsu makan, selama menjalani pengobatan kemoterapi.

Kata kunci: Nafsu Makan; Kanker Payudara; Kemoterapi; Tingkat Stres.

1. LATAR BELAKANG

Kanker merupakan kondisi pertumbuhan sel tubuh yang tidak terkendali, dan kanker payudara (Carcinoma Mammæ) adalah salah satu jenisnya yang berasal dari sel-sel di jaringan payudara. Meskipun lebih sering menyerang wanita, kanker payudara juga dapat dialami pria, dan penyakit ini tercatat sebagai penyebab kematian kedua terbanyak bagi wanita di Indonesia setelah kanker serviks akibat gangguan pada sistem pertumbuhan sel payudara (Pristiwati et al., 2018). Secara global, World Health Organization (WHO, 2023) mencatat lonjakan jumlah perempuan yang hidup dengan diagnosis kanker payudara dari 6,3 juta menjadi 8 juta dalam lima tahun terakhir, dengan angka kematian mencapai 522.000 kasus; pada tahun 2022 saja tercatat 2,3 juta kasus baru dan sekitar 670.000 kematian di seluruh dunia. Di tingkat nasional, data (Kemenkes RI, 2022) menunjukkan hasil deteksi dini menemukan puluhan ribu kasus tumor dan dugaan kanker payudara, namun cakupan pemeriksaan klinis payudara pada perempuan usia 30-50 tahun masih rendah dan timpang antarwilayah, dengan Papua, Maluku Utara, dan Sulawesi Tenggara sebagai provinsi dengan cakupan terendah. Di Sumatera Utara sendiri, kanker payudara menjadi jenis kanker dengan jumlah penderita terbanyak dibanding jenis kanker lainnya pada tahun 2017 (Sinaga et al., 2019), dan hal ini turut tergambar dari tingginya angka kunjungan serta jumlah pasien CA Mammæ di Rumah Sakit Murni Teguh sepanjang Juni-Agustus 2024, termasuk pasien yang menjalani kemoterapi.

Kemoterapi menjadi salah satu terapi utama yang digunakan untuk membunuh sel kanker payudara ke seluruh tubuh, baik dalam bentuk pil, cairan, kapsul, maupun infus. Di balik manfaatnya, kemoterapi kerap menimbulkan berbagai efek samping seperti mual, muntah, perubahan indera perasa, kerontokan rambut, mukositis, dermatitis, kelelahan, kulit kering, perubahan warna kulit dan kuku, penurunan nafsu makan, hingga nyeri tulang, yang pada akhirnya memicu rasa tidak nyaman, cemas, dan frustrasi pada pasien (Marlinda et al., 2020). Penurunan nafsu makan akibat efek samping tersebut berdampak langsung pada rendahnya asupan gizi pasien dibandingkan sebelum menjalani kemoterapi, sebagaimana ditemukan adanya hubungan yang konsisten antara nafsu makan dan asupan gizi pada penelitian (Putri et al., 2019), yang juga mengaitkannya dengan gangguan jalur orexigenik yang seharusnya merangsang nafsu makan. Sejumlah penelitian lain memperkuat gambaran ini: (Halimatussakdiah & Junardi, 2017) melaporkan lebih dari 60% pasien kemoterapi mengeluhkan rambut rontok, kuku menghitam, mual muntah, dan hilangnya nafsu makan; (Hendrayati et al., 2022) menemukan proporsi asupan makanan yang masih kurang pada kelompok berisiko maupun tidak berisiko; (Marwin et al., 2021) mencatat kehilangan nafsu makan sebagai salah satu gejala dengan skor tertinggi bersama nyeri, kelelahan, dan insomnia; sementara (Rizqiyah & Abdurrachim, 2022) menunjukkan tingginya defisit asupan karbohidrat meski status gizi sebagian besar responden masih tergolong normal.

Persoalan gizi pada pasien kanker, termasuk malnutrisi, tidak dapat dilepaskan dari beratnya penyakit dan efek samping kemoterapi yang memicu anoreksia, perubahan ambang rasa kecap, diare, muntah, hingga gangguan metabolisme, yang pada akhirnya menurunkan status gizi dalam jangka panjang dan berisiko terhadap penyakit kronis maupun kematian. (Wahyuni, 2020) mencatat bahwa 15% hingga 80% pasien kanker mengalami malnutrisi akibat berkurangnya asupan makanan, sementara temuan lain menunjukkan mayoritas pasien kemoterapi memiliki asupan energi kurang, proporsi asupan protein berlebih, serta IMT *underweight*, dengan lebih dari separuh pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi berstatus gizi *underweight* tanpa hubungan yang jelas dengan usia, stadium kanker, atau frekuensi kemoterapi. Di sisi lain, faktor psikologis turut mendapat perhatian sebagai unsur yang dikaitkan pasien dengan penyakitnya sendiri. (Aulia et al., 2024) merangkum beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar wanita mengaitkan perkembangan kanker payudara mereka dengan kondisi psikologis, khususnya stres, di samping faktor pola makan, olahraga, dan genetik, dengan proporsi yang bervariasi antar penelitian namun konsisten menempatkan stres sebagai faktor yang dominan disebutkan.

Stres sendiri merupakan respons fisik tubuh terhadap ancaman atau tekanan, yang dapat menghambat proses pengobatan, memperbesar risiko kekambuhan, dan memperberat gejala yang sudah ada. Pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi, tingkat stres bervariasi mulai dari ringan hingga sedang; penelitian (Sitepu & Wahyuni, 2018) mencatat sebagian pasien mengalami stres ringan yang dipicu rasa takut, gelisah, dan kebingungan, serta sebagian lain mengalami stres sedang yang lebih banyak dijumpai pada kelompok usia 43-47 tahun akibat kekhawatiran terhadap risiko jangka panjang kemoterapi. Menurut (Kaunang et al., 2019), gejala stres kerap termanifestasi secara fisik, mulai dari sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, mual, hingga perubahan nafsu makan baik berupa hilangnya nafsu makan maupun keinginan makan berlebihan, yang menegaskan keterkaitan erat antara kondisi psikologis dan pola makan pasien.

Berbagai hasil penelitian sebelumnya di atas menunjukkan bahwa nafsu makan dan tingkat stres merupakan dua aspek yang sama-sama krusial namun sering dikaji secara terpisah pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi, padahal keduanya saling berkaitan dan berpotensi memperberat kondisi klinis maupun kualitas hidup pasien jika tidak ditangani secara bersamaan. Minimnya penelitian yang secara khusus mengaitkan kedua variabel ini, terlebih pada populasi pasien di Rumah Sakit Murni Teguh yang memiliki jumlah kunjungan pasien CA Mamae cukup tinggi, menjadikan penelitian ini penting untuk dilakukan guna melengkapi bukti empiris yang selama ini masih terbatas pada konteks lokal. Atas dasar tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara nafsu makan dan tingkat stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Murni Teguh.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional, di mana variabel nafsu makan dan tingkat stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi diukur secara bersamaan pada satu waktu untuk melihat hubungan antara keduanya. Populasi penelitian adalah seluruh pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Murni Teguh, yaitu sebanyak 98 orang, dengan besar sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh 32 responden melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Variabel nafsu makan diukur menggunakan Kuesioner SNAQ (Simplified Nutritional Appetite Questionnaire) yang terdiri atas 4 item pertanyaan dengan rentang skor 1-5 per item, di mana instrumen ini telah teruji validitas dan reliabilitasnya serta terbukti efisien, valid, reliabel, dan sebanding dengan CNAQ (Imelda P & Mistika, 2020); hasil pengukuran dikategorikan menjadi nafsu makan sangat baik (skor 16-20), cukup (skor 11-15), dan buruk (skor 4-10).

Variabel tingkat stres diukur menggunakan Perceived Stress Scale (PSS) yang terdiri atas 10 item pertanyaan dengan total skor 0-40, di mana semakin tinggi skor menunjukkan semakin tinggi tingkat stres yang dialami, dan instrumen ini telah teruji validitas serta reliabilitasnya untuk mengukur tingkat stres pada pasien kanker payudara (Burhanuddin, 2021) setiap item dinilai dengan skala respons lima poin mulai dari 0 (tidak pernah), 1 (hampir tidak pernah), 2 (kadang-kadang sampai tingkat tertentu), 3 (cukup sering), hingga 4 (sangat sesuai atau terlalu sering dialami). Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel, dilanjutkan dengan analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rho, yang dipilih karena kedua variabel berskala ordinal, guna mengetahui hubungan antara nafsu makan dan tingkat stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Murni Teguh..

3. HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Usia		
36-45 Tahun	12	37.5%
46-55 Tahun	11	34.4%
56-65 Tahun	9	28.1%
Jenis Kelamin		
Perempuan	32	100%
Lama Menjalani Kemoterapi		
1 Kali	5	15.6%
3 Kali	8	25%
4 Kali	3	9.4%

**HUBUNGAN ANTARA NAFSU MAKAN DENGAN TINGKAT STRES PADA PASIEN KANKER
PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI DI RUMAH SAKIT MURNI TEGUH**

5 Kali	3	9.4%
6 Kali	8	25%
7 Kali	1	3.1%
8 Kali	4	12.5%
Total	32	100%

Berdasarkan data pada tabel 1. di atas menggambarkan distribusi frekuensi menunjukkan karakteristik responden berdasarkan usia dimana kelompok usia 36-45 tahun sebanyak 12 responden (37,5%). Kelompok usia 46-55 tahun sebanyak 11 responden (34,4%), sementara kelompok usia 56-65 tahun sebanyak 9 responden (28,1%). Selanjutnya jenis kelamin, seluruh responden adalah perempuan (100%). Untuk lama menjalani kemoterapi, data menunjukkan variasi yang cukup signifikan. Sebanyak 5 responden (15,6%) telah menjalani kemoterapi sebanyak satu kali, sementara 8 responden (25%) telah menjalani kemoterapi sebanyak tiga kali, dan 8 responden (25%) telah menjalani kemoterapi sebanyak enam kali. Terdapat juga 3 responden (9,4%) yang menjalani kemoterapi sebanyak empat kali dan 3 responden (9,4%) yang menjalani kemoterapi sebanyak lima kali. Hanya 3,1% (1 orang) responden yang menjalani kemoterapi sebanyak tujuh kali, dan 12,5% (4 orang) telah menjalani kemoterapi sebanyak delapan kali.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nafsu Makan Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase(%)
Nafsu Makan Buruk	7	21.9%
Nafsu Makan Cukup	16	50%
Nafsu Makan Sangat Baik	9	28.1%
Total	32	100%

Berdasarkan data pada tabel 2. di atas menunjukkan distribusi frekuensi nafsu makan responden dengan mayoritas nafsu makan cukup sebanyak 16 responden (50%), terdapat juga nafsu makan sangat baik sebanyak 9 responden (28,1%), dan sebanyak 7 responden (21,9%) dengan nafsu makan buruk.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase(%)
Stres Rendah	11	34.4%
Stres Sedang	21	65.6%
Stres Tinggi	-	-
Total	32	100%

Berdasarkan data pada tabel 3. di atas menunjukkan distribusi frekuensi tingkat stres responden dengan mayoritas stres sedang sebanyak 21 responden (65.6%), stres rendah sebanyak 11 responden (34.4%), dan tidak terdapat responden yang mengalami stress tinggi.

Tabel 4. Hubungan Antara Nafsu Makan Dengan Tingkat Stress Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Sakit Murni Teguh

Correlations				
			Nafsu Makan	Tingkat Stres
Spearman's rho	Nafsu Makan	Correlation	1.000	-.497**
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.004
		N	32	32
	Tingkat Stres	Correlation	-.497**	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.004	.
		N	32	32

Berdasarkan data pada tabel 4. hasil analisis korelasi *Spearman's rho* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara nafsu makan dengan tingkat stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Murni Teguh. Koefisien korelasi sebesar -0,497 menunjukkan hubungan negatif yang moderat antara kedua variabel tersebut. Nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,004 ($p < 0,05$) mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Dengan jumlah sampel (N) sebanyak 32 pasien, hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi, maka semakin rendah nafsu makan mereka, dan sebaliknya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara nafsu makan dengan tingkat stress pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Murni Teguh.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kelompok usia 36-45 tahun (37,5%), seluruhnya berjenis kelamin perempuan (100%), dan menjalani kemoterapi dengan frekuensi yang bervariasi. Temuan usia ini sejalan dengan penelitian (Gani, 2022) yang juga menemukan dominasi pasien pada rentang usia 36-55 tahun, serta penelitian (Swastika & Sinaga, 2023) yang melaporkan mayoritas pasien kanker payudara berusia 36-45 tahun (59%) dengan status sebagai ibu rumah tangga dan telah menikah. Kesesuaian temuan ini di berbagai setting rumah sakit mengindikasikan bahwa usia dewasa madya merupakan periode dengan risiko tertinggi terjadinya kanker payudara, yang secara biologis berkaitan dengan paparan hormonal kumulatif sepanjang masa

reproduksi serta faktor degeneratif seluler yang mulai meningkat pada rentang usia tersebut.

Dominasi usia 36-45 tahun ini memiliki makna klinis yang penting karena kelompok usia tersebut umumnya masih berada pada fase produktif dengan peran ganda sebagai pencari nafkah, pengasuh anak, sekaligus pengelola rumah tangga. Beban peran ganda ini berpotensi memperberat dampak psikologis penyakit dan pengobatan yang dijalani, karena pasien tidak hanya harus beradaptasi dengan diagnosis dan efek samping kemoterapi, tetapi juga tetap dituntut menjalankan fungsi sosial dan keluarganya. Kondisi ini memperkuat perlunya pendekatan holistik dalam asuhan pasien kanker payudara yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga mempertimbangkan beban psikososial yang menyertai peran usia produktif tersebut.

Terkait nafsu makan, hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori nafsu makan cukup (50%), diikuti nafsu makan sangat baik (28,1%) dan nafsu makan buruk (21,9%). Temuan ini konsisten dengan berbagai penelitian terdahulu yang menegaskan bahwa penurunan nafsu makan merupakan efek samping umum kemoterapi, sebagaimana dilaporkan oleh (Darmawan et al., 2019), (Djuwarno et al., 2023), dan (Gustini et al., 2019) yang bahkan menemukan proporsi anoreksia mencapai 76,7% pada pasien pasca kemoterapi. Variasi proporsi antar penelitian ini dapat dijelaskan oleh perbedaan siklus kemoterapi yang dijalani, jenis regimen obat sitostatika yang digunakan, serta karakteristik individu pasien dalam merespons efek samping mual dan muntah yang menyertai terapi.

Penurunan nafsu makan pada pasien kemoterapi secara fisiologis dapat dijelaskan melalui mekanisme kerusakan sel-sel epitel saluran cerna akibat agen sitotoksik, yang memicu pelepasan neurotransmitter serotonin dan aktivasi pusat muntah di batang otak sehingga menimbulkan mual dan menurunkan keinginan makan. Selain itu, gangguan pada jalur orexigenik yang seharusnya merangsang nafsu makan turut berkontribusi terhadap kondisi ini, sebagaimana ditemukan bahwa mual sedang hingga berat berkontribusi signifikan terhadap penurunan asupan makan (Gustini et al., 2019), dan bahwa kehilangan nafsu makan menjadi gejala dengan skor tertinggi di antara gejala lain yang dialami pasien kanker (Supadmi, 2021). Kondisi ini menegaskan bahwa penurunan nafsu makan bukan semata masalah preferensi makan, melainkan konsekuensi biologis langsung dari terapi yang membutuhkan penanganan gizi yang terencana.

Pada aspek tingkat stres, hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami stres sedang (65,6%) dan sisanya stres rendah (34,4%), tanpa ditemukan kategori stres berat. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Ahmad Effendri, 2020) yang juga menemukan dominasi stres sedang pada pasien kanker payudara sebelum diberikan intervensi, meskipun proporsi stres berat pada penelitian tersebut lebih tinggi. Perbedaan ini kemungkinan dipengaruhi oleh belum diterapkannya intervensi psikososial pada responden penelitian ini, berbeda dengan penelitian (Nasution et al., 2020) dan (Anisa et al., 2022) yang menunjukkan penurunan tingkat stres signifikan setelah pasien

mendapatkan dukungan intervensi seperti terapi suportif maupun Supportive-Educative Discussion Group.

Dominannya stres pada kategori sedang, tanpa ekstremitas ke arah stres berat, dapat dimaknai sebagai bentuk adaptasi psikologis pasien terhadap proses pengobatan yang telah berjalan, di mana pasien mulai memiliki mekanisme koping yang cukup baik setelah melalui informasi dan edukasi dari tenaga medis mengenai prosedur kemoterapi. Namun demikian, keberadaan stres sedang pada lebih dari separuh responden tetap perlu menjadi perhatian, mengingat stres yang tidak tertangani dapat berkembang menjadi stres berat seiring bertambahnya siklus kemoterapi yang dijalani, sebagaimana ditemukan bahwa kelompok usia 43-47 tahun cenderung mengalami stres akibat kekhawatiran terhadap risiko jangka panjang kemoterapi (Sitepu & Wahyuni, 2018).

Hasil uji korelasi Spearman's rho pada penelitian ini menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dan moderat antara nafsu makan dan tingkat stres ($r = -0,497$; $p = 0,004$), yang berarti semakin tinggi tingkat stres yang dialami pasien, semakin rendah nafsu makan mereka. Temuan ini konsisten dengan penelitian (Mastan et al., 2024) yang menemukan bahwa pasien dengan gangguan cemas melaporkan penurunan nafsu makan, penelitian (Anisa et al., 2022) yang membuktikan bahwa penurunan tingkat stres melalui intervensi SEDG berkontribusi pada peningkatan nafsu makan, serta penelitian (Azwardi et al., 2022) dan (Supadmi, 2021) yang sama-sama menegaskan keterkaitan antara peningkatan stres dengan penurunan asupan makan pasien. Hubungan ini secara ilmiah dapat dijelaskan melalui aktivasi aksis hipotalamus-hipofisis-adrenal akibat stres psikologis, yang meningkatkan sekresi hormon kortisol dan mempengaruhi pusat pengaturan nafsu makan di hipotalamus, sehingga stres yang berkepanjangan dapat menekan keinginan makan meskipun secara fisiologis tubuh membutuhkan asupan gizi untuk mendukung proses pengobatan.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi penting bagi pelayanan keperawatan onkologi, bahwa penanganan nafsu makan pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi tidak dapat dilakukan secara terpisah dari penanganan aspek psikologis, melainkan harus dilakukan secara terintegrasi. Tenaga kesehatan, khususnya perawat, perlu mengembangkan dan menerapkan intervensi manajemen stres seperti edukasi suportif, konseling psikologis, maupun pendekatan relaksasi sebagai bagian dari asuhan keperawatan rutin selama pasien menjalani kemoterapi, guna mencegah penurunan nafsu makan yang berkelanjutan dan risiko malnutrisi. Selain itu, pihak rumah sakit disarankan untuk mengembangkan program pendampingan psikososial yang melibatkan keluarga pasien, mengingat pasien pada kelompok usia produktif memiliki beban peran ganda yang dapat memperberat kondisi stres mereka, sehingga pada akhirnya diharapkan dapat meningkatkan status gizi, keberhasilan terapi, dan kualitas hidup pasien kanker payudara secara keseluruhan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian yang melibatkan 32 responden pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Murni Teguh ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien memiliki nafsu makan pada kategori cukup dan mengalami tingkat stres sedang selama menjalani pengobatan. Hasil uji korelasi Spearman's rho membuktikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara nafsu makan dan tingkat stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi ($r = -0,497$; $p = 0,004$), yang berarti semakin tinggi tingkat stres yang dialami pasien, semakin rendah nafsu makan mereka, demikian pula sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara nafsu makan dan tingkat stres pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Murni Teguh dapat diterima. Mengingat jumlah sampel yang terbatas dan desain penelitian yang bersifat cross sectional, hasil penelitian ini perlu dimaknai secara hati-hati dan tidak digeneralisasikan secara luas pada populasi pasien kanker payudara di tempat lain tanpa mempertimbangkan konteks dan karakteristik populasi yang berbeda.

Berdasarkan kesimpulan tersebut, institusi pendidikan keperawatan disarankan untuk memperkuat muatan kurikulum terkait pengelolaan aspek psikososial pasien kanker, khususnya kemampuan mengenali dan menangani stres selama proses kemoterapi. Pihak rumah sakit disarankan untuk memperkuat layanan dukungan psikososial, termasuk penyediaan konselor atau psikolog serta edukasi pasien mengenai efek samping kemoterapi, guna membantu pasien mengelola stres dan mempertahankan nafsu makan selama pengobatan. Pasien juga dianjurkan untuk aktif memanfaatkan layanan dukungan yang tersedia serta menjalin komunikasi terbuka dengan tenaga medis agar dapat mengelola kondisi psikologis dan kebutuhan gizinya dengan lebih baik. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang relatif kecil serta desain cross sectional yang tidak dapat menggambarkan hubungan sebab-akibat maupun perubahan kondisi pasien dari waktu ke waktu, sehingga peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain longitudinal, jumlah sampel yang lebih besar, serta mengeksplorasi variabel lain seperti dukungan keluarga dan intervensi non-farmakologis untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan psikososial dan status gizi pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi..

DAFTAR REFERENSI

- Ahmad Effendri, A. E. (2020). *Pengaruh Art Drawing Therapy Terhadap Tingkat Stres Pasien Kanker Payudara Di RSUD Dr. Moewardi*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Anisa, N. R., Fauzia, L., & Ganing, A. (2022). Dampak Psikis Pengobatan Kemoterapi dan Metode Kelompok Diskusi Suportif Edukatif (Supportive-Educative Discussion Group) dengan Pendekatan Spiritual Care pada Pasien Kanker. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 78.

- Aulia, F., Ulfah, B., Agustina, Y. R., & Lestari, P. P. (2024). Pengalaman Psikologis Pasien Kanker Payudara Dalam Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Kesehatan*, 2(3), 162–171.
- Azwaldi, A., Muliyadi, M., & Aisyah, P. A. (2022). Implementasi keperawatan pasien kanker yang menjalani kemoterapi dengan masalah kecemasan. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 2(1), 73–80.
- Burhanuddin, M. I. (2021). *Pengaruh tingkat kualitas model pembelajaran daring terhadap tingkat Perceived Stress mahasiswa masa pandemic Covid-19*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Darmawan, E., Melani, R., & Raharjo, B. (2019). Gambaran hubungan regimen dosis dan efek samping kemoterapi pada pasien kanker di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto periode bulan Januari-Februari tahun 2019. *Majalah Farmaseutik*, 5, 113–122.
- Djuwarno, E. N., Marhaba, Z., Abdullah, R., Baharuddin, R., Usuli, T. C., Ismail, N. H., & Tonde, N. A. (2023). Gambaran Pengobatan Pasca Kemoterapi Pasien Kanker Payudara Pada Rumah Sakit Di Provinsi Gorontalo. *Jurnal Mandala Pharmacon Indonesia*, 9(2), 374–382.
- Gani, A. B. (2022). Hubungan usia pasien dengan tingkat stadium kanker payudara di RS Ibnu sina Makassar 2018. *Fakumi Medical Journal*.
- Gustini, G., Sukartini, T., & Krisnana, I. (2019). Nausea-Vomiting and Anorexia in Post-Chemotherapy Patients. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, 10(3), 231–234.
- Halimatussakdiah, H., & Junardi, J. (2017). Faktor risiko kepatuhan kemoterapi pada pasien kanker payudara. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 415–424.
- Hendrayati, H. H., Chaerunnimah, C., Mustamin, M., & Islam, A. D. (2022). Dampak Kemoterapi terhadap Status Gizi Berdasarkan Subjective Global Assesment (SGA) pada Pasien Kanker Payudara (Ca. Mamae). *JGK: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 2(1), 57–62.
- Imelda P, L., & Mistika, S. R. (2020). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STATUS GIZI PASIEN HEMODIALISA DI RUMAH SAKIT STELLA MARIS MAKASSAR*. STIK Stella Maris.
- Kaunang, V. D., Buanasari, A., Kallo, V., & Kedokteran, F. (2019). Gambaran tingkat stres pada lansia. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1–7.
- Kemenkes RI. (2022). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
- Marlinda, M., Fadhillah, N., & Novilia, N. (2020). Dukungan keluarga untuk meningkatkan motivasi pasien kanker payudara menjalani kemoterapi. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 12(2), 1–8.
- Marwin, M., Perwitasari, D. A., Purba, F. D., Candradewi, S. F., & Septiantoro, B. P. (2021). Hubungan karakteristik terhadap kualitas hidup pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di RSUP Dr. Kariadi Semarang. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(3), 505–512.

- Nasution, R. M., Effendi, Z., & Hikayati, H. (2020). Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) Terhadap Tingkat Stres Pasien Kanker Payudara. *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, 6(1), 80–85.
- Pristiwati, A. D., Aniroh, U., & Wakhid, A. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan respon psikologis pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di poliklinik onkologi RSUD Kabupaten Temanggung. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, 1(1).
- Putri, S., Adriani, M., & Estuningsih, Y. (2019). Hubungan antara nafsu makan dengan asupan energi dan protein pada pasien kanker payudara post kemoterapi. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 170–176.
- Rizqiyah, A., & Abdurrachim, R. (2022). Hubungan Asupan Makanan, Status Gizi, Lama Menjalani Kemoterapi dan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara (Studi di Rumah Sakit Umum Daerah Ulin Kota Banjarmasin). *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 13(1), 6.
- Sinaga, D. D., Simanjuntak, E., & Tarigan, F. L. (2019). SURVIVOR KANKER PAYUDARA STUDI KUALITATIF TENTANG UPAYA PENDERITA KANKER PAYUDARA UNTUK MEMPERTAHANKAN KUALITAS HIDUPNYA DI RSUP H. ADAM MALIK MEDAN TAHUN 2019. *Jurnal Ilmiah Simantek*, 3(3).
- Sitepu, Y. E. B., & Wahyuni, S. E. (2018). Gambaran Tingkat Stres, Ansietas Dan Depresi Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi di RSUP H. Adam Malik Medan: Stress, Anxiety and Depression Level of Breast Cancer Patients Who Underwent Chemotherapy in H. Adam Malik Hospital Medan. *Talenta Conference Series: Tropical Medicine (TM)*, 1(1), 107–113.
- Supadmi, W. (2021). *Kualitas Hidup Pasien Kanker Rawat Jalan yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Kota Yogyakarta*.
- Swastika, A. C., & Sinaga, M. R. E. (2023). TINGKAT STRES PASIEN KANKER PAYUDARA PADA ERA NEW NORMAL DI POLIKLINIK RUMAH SAKIT YOGYAKARTA. *SBY Proceedings*, 2(1), 64–72.
- Wahyuni, E. S. (2020). Hubungan Karakteristik dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Penderita Kanker yang Menjalani Kemoterapi. *Gorontalo Journal of Public Health*, 139–153.
- WHO. (2023). *WHO health workforce support and safeguards list 2023*. World Health Organization.