

Edukasi Nutrisi yang Tepat pada Pasien yang Menjalani Kemoterapi di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar

Nurul Fadhilah Gani^{1*}, Nurhidayah², Hasnah³, Darti D³, Hesti Wulandari³, Muh.Alfian³

^{1,2,3}: Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

Corresponding author: * nurul.fadhilah@uin-alauddin.ac.id

ABSTRAK

Kanker ginekologi merupakan penyakit utama yang menyerang wanita. Sekitar 94.000 wanita didiagnosis kanker ginekologi setiap tahunnya pada tahun 2012-2016 (CDC, 2019). Hingga saat ini terapi utama dalam menangani kasus kanker termasuk kanker ginekologi adalah kemoterapi. Meskipun efektif dalam mematikan sel-sel kanker, namun kemoterapi memberikan banyak efek samping bagi penderitanya. Efek tersebut antara lain gangguan pencernaan seperti mual, muntah, diare, dan mulut terasa pahit. Kondisi seperti ini yang menyebabkan penurunan nafsu makan dan dapat berpengaruh pada penurunan status gizi dalam jangka Panjang. Nutrisi yang tepat sangat penting dalam menunjang kesehatan pasien yang menjalani kemoterapi, namun masih banyak penderita, khususnya masyarakat awam yang belum mengetahui seperti apa nutrisi yang tepat bagi pasien yang menjalani kemoterapi. Untuk itu, tujuan pengabdian ini adalah memberikan edukasi tentang nutrisi pada pasien dan keluarga yang menjalani kemoterapi di ruang perawatan RSUP Wahidin Sudirohusodo Makassar. Edukasi diberikan dengan metode ceramah dan diskusi, menggunakan media poster dan leaflet. Jumlah partisipan yang mengikuti sebanyak 10 orang. Setelah diberikan edukasi, pasien mengetahui tentang pentingnya nutrisi selama menjalani kemoterapi, makanan/minuman yang perlu dikonsumsi atau harus dihindari selama kemoterapi. Pasien dan keluarga antusias dan bersemangat selama kegiatan berlangsung.

Kata kunci: kanker, kemoterapi, nutrisi.

ABSTRACT

Gynecological cancer is a major disease that attacks women. Approximately 94,000 women were diagnosed with gynecologic cancer in 2012 and 2016 (CDC, 2019). Until now, the main therapy in treating cancer disease, including gynecological cancer, is chemotherapy. Even though it is effective in killing cancer cells, chemotherapy has many side effects for sufferers. These effects included nausea, vomiting, diarrhea, and a bitter taste in the mouth. That conditions cause a decrease in appetite and can affect nutritional status in the long term. Proper nutrition is very important in supporting the health of patients undergoing chemotherapy, but there are still many sufferers, especially ordinary people who do not know what proper nutrition is like for patients undergoing chemotherapy. For this reason, the aim of this service is to provide education to patients and families undergoing chemotherapy in the treatment room at Wahidin Sudirohusodo Hospital, Makassar. Education is provided using lecture and discussion methods, using posters and leaflets. The number of participants who took part was 10 people. After being given education, patients know about the importance of nutrition during chemotherapy, foods/drinks that need to be consumed or should be avoided during chemotherapy. Patients and families were enthusiastic during activity.

Keywords: cance, chemotherapy, nutrition

PENDAHULUAN

Kemoterapi adalah terapi yang digunakan untuk menghancurkan sel-sel kanker, namun juga berpotensi merusak sel-sel normal dalam tubuh (Rozi, 2013). Dampak ini menimbulkan berbagai masalah kesehatan yang terkait. Penyesuaian pola makan selama proses kemoterapi sangatlah dianjurkan. Makanan yang dikonsumsi oleh pasien yang menjalani kemoterapi memerlukan perhatian khusus, karena umumnya terjadi efek samping dari prosedur tersebut.

Efek samping dari kemoterapi antara lain mual, muntah, rambut rontok, diare, dan mulut terasa pahit. Kondisi inilah yang memicu penurunan nafsu makan dan dapat berpengaruh pada penurunan status gizi dalam jangka panjang (Suyanto & Arumdari, 2018). Penurunan nafsu makan akan mengakibatkan asupan makan dan berat badan yang turun. Masalah gizi yang paling sering terjadi pada pasien post kemoterapi adalah asupan protein dan kalori yang kurang, hal inilah yang bisa menjadi risiko pasien kanker lebih mudah terkena infeksi maupun lambatnya proses penyembuhan.

Pasien kanker yang menjalani kemoterapi cenderung mengalami penurunan berat badan karena asupan makanan yang kurang. Menurut penelitian oleh Marischa & Anggraini (2017), sebanyak 90% pasien kanker yang menjalani kemoterapi mengalami penurunan nafsu makan yang diikuti dengan penurunan berat badan. Tanpa intervensi yang tepat, kondisi ini dapat menyebabkan pasien kanker mengalami malnutrisi yang dapat memperburuk kondisi pasien. Dampak tersebut menyebabkan obat yang diberikan selama proses kemoterapi tidak dapat berfungsi secara optimal (Kurniasari, F. N., Harti, L. B., Ariestiningih, Wardhani, S. O., & Nugroho, 2017).

Pasien kanker dianggap memiliki asupan yang memadai jika persentase konsumsi energi dan nutrisi makro (protein, lemak, dan karbohidrat) mencapai 70% dari kebutuhan pasien. Menurut Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Kanker (PNPK) yang disusun oleh Komite Penanggulangan Kanker Nasional pada tahun 2017, angka tersebut dijadikan sebagai standar kecukupan bagi semua pasien kanker. Namun, beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pasien kanker belum mencapai standar kecukupan yang telah ditetapkan oleh PNPk. Data dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa asupan energi pada pasien kanker hanya mencapai 57,17%, protein 37,68%, lemak 53,94%, dan karbohidrat 67,53%. Angka-angka tersebut menunjukkan bahwa asupan masih di bawah 70% dan dianggap belum mencukupi. Hal ini mengindikasikan risiko yang tinggi bagi pasien kanker yang menjalani kemoterapi untuk mengalami masalah gizi. Oleh karena itu, pemahaman tentang nutrisi yang tepat sangat penting bagi pasien dan keluarganya. Penelitian yang dilakukan oleh Darmawan & Adriani (2019) juga menunjukkan bahwa asupan nutrisi pasien kanker yang menjalani kemoterapi masih belum mencukupi, terutama dalam hal asupan protein yang kurang dari 70% kebutuhan. Penelitian tersebut juga menunjukkan adanya hubungan positif antara asupan nutrisi dan status gizi pasien.

Status gizi yang baik (normal) menunjukkan asupan nutrisi yang adekuat, baik secara kualitas maupun kuantitas. Jika status gizi dan asupan penderita kanker dalam kategori yang baik, dapat menurunkan risiko terjadinya penyakit penyerta, serta dapat menurunkan gejala yang disebabkan oleh efek samping kemoterapi. Selain itu, penderita juga akan merasa lebih sehat dan pemulihan berjalan dengan lancar.

Asupan gizi yang memadai memiliki peran yang krusial dalam menjaga kesehatan tubuh. Menurut National Cancer Institute, pola makan yang baik selama proses pengobatan kanker dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mempercepat pemulihan dari operasi dan perawatan kanker, mencegah infeksi, meningkatkan tingkat energi, dan mencegah penurunan berat badan yang berlebihan (Amatsier, 2009). Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa pasien dan keluarga, terungkap bahwa masih ada kekurangan pemahaman tentang jenis makanan yang sebaiknya dikonsumsi atau dihindari selama menjalani kemoterapi. Pasien juga mengakui kesulitan dalam mengatasi gejala mual, muntah, dan kehilangan nafsu makan yang sering kali muncul sebagai efek samping kemoterapi. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi kepada pasien dan keluarganya yang menjalani kemoterapi terkait masalah kanker ginekologi di RSUD

Wahidin Sudirohusodo.

METODE

Pengabdian ini dilaksanakan dengan menggunakan metode *service learning*, dimana diberikan pemberian edukasi kesehatan kepada pasien dan keluarga yang menjalani kemoterapi dengan masalah ginekologi dengan memberikan informasi tentang nutrisi yang tepat selama menjalani kemoterapi. Kegiatan ini dilaksanakan pada 7 Juli 2023 pukul 10.00 wita di RSUP Wahidin Sudirohusodo Makassar. Kegiatan pengabdian diikuti oleh 10 peserta terdiri atas pasien dan keluarga di ruang perawatan. Edukasi dibawakan langsung oleh ketua tim pengabdian bersama kepala ruangan dan juga mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diikuti oleh peserta dengan sangat antusias, peserta menyimak materi dengan seksama dan aktif bertanya pada sesi diskusi dan tanya jawab. Kegiatan pengabdian memberikan pengetahuan kepada pasien tentang nutrisi yang tepat pada pasien yang menjalani kemoterapi. Setelah penyampaian edukasi, pasien mengatakan menjadi tahu tentang makanan yang harus dikonsumsi serta makanan yang harus dihindari. Hal ini tentu bermanfaat dalam menunjang kesehatan pasien selama menjalani kemoterapi.



Gambar 1. Pemberian edukasi nutrisi tepat pada pasien kemoterapi

Status gizi mencerminkan kondisi tubuh manusia yang bisa dievaluasi berdasarkan pola makan dan mempengaruhi penggunaan serta efektivitas zat gizi dalam tubuh (Amatsier, 2009). Salah satu cara mengukur status gizi pada orang dewasa dan lansia adalah melalui indeks massa tubuh, yang dihitung dengan membandingkan berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan dalam meter yang kemudian dikuadratkan (Adriani & Wirjatmadi, 2016). Pada pasien kanker, status gizi menjadi faktor penting yang perlu dipantau. Pasien kanker rentan mengalami perubahan signifikan, terutama setelah menjalani berbagai terapi yang bertujuan untuk menghambat pertumbuhan sel kanker (Kurniasari et al, 2017).

Salah satu cara untuk mengantisipasi adanya perubahan status gizi yang cukup signifikan yaitu dengan memerhatikan asupan energi dan zat gizi makro (protein, lemak, dan karbohidrat) dari makanan dan/atau

minuman yang dikonsumsi sehari-hari pada penderita kanker. Dengan dilakukannya hal tersebut, maka status gizi pasien kanker lebih mudah untuk dikontrol dan dapat memberikan dampak positif pada terapi medis yang diterima oleh masing-masing penderita kanker. Adapun zat nutrisi yang dibutuhkan pasien yang menjalani kemoterapi antara lain karbohidrat dari gandum, beras merah, kacang polong, protein dari daging tanpa lemak, ikan, susu, telur, dan yogurt, vitamin dan mineral dari sayuran dan buah, serta konsumsi air yang cukup. Lebih spesifik, pengaturan diet bagi pasien perlu pengawasan khusus dari dokter ahli dan petugas kesehatan lainnya, karena pemberian pola asupan makanan disesuaikan dengan kondisi pasien serta kondisi penyakit penyerta lainnya yang mungkin dialami pasien.



Gambar 2. Poster media edukasi tentang nutrisi pada pasien kemoterapi

Pada pasien kanker, asupan nutrisi baik makro maupun zat gizi makro (protein, lemak, dan karbohidrat) sangat memerlukan perhatian secara spesifik (Maricha, 2017). Untuk menjaga status nutrisi pasien kanker diperlukan pemenuhan status gizi. Kebutuhan zat gizi pada pasien kanker berbeda setiap individu, kebutuhan ini dapat dipengaruhi oleh beberapasiswa dan kondisi yang terjadi di dalam tubuh pasien kanker, mulai dari tingkat stress, kemampuan metabolisme yang terjadi dalam tubuh, serta kondisi komplikasi dengan penyakit selain kanker (Kurniasari et al, 2017)

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat dalam bentuk edukasi tentang nutrisi yang tepat pada pasien yang menjalani kemoterapi memberikan pemahaman kepada pasien dan keluarga, sehingga dapat berdampak positif terhadap peningkatan kesehatan pasien kanker ginekologi yang menjalani kemoterapi. Selanjutnya, diharapkan kegiatan seperti ini tetap berlanjut dan dikembangkan dalam bentuk pendampingan yang diharapkan bisa lebih meningkatkan derajat kesehatan pasien yang menjalani kemoterapi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada segenap pihak yang berkontribusi dalam kegiatan ini, Keperawatan UIN Alauddin Makassar, Kepala ruangan Pinang RSUP Wahidin Sudirohusodo, mahasiswa, pasien, dan keluarga yang menjadi peserta pada kegiatan ini.

REFERENSI

- Amatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Annisa Rachma Firdausi Darmawan, & Merryana Adriani. (2019). Status Gizi, Asupan Energi dan Zat Gizi Makro Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi di RUMKITAL Dr. Ramelan Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(3), 149–157. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019.149-157>
- CDC. (2019). *Gynecologic Cancer Incidence, United States—2012–2016*. CDC. <https://www.cdc.gov/cancer/uscs/about/data-briefs/no11-gynecologic-cancer-incidence-UnitedStates-2012-2016.htm>
- Kurniasari, F. N., Harti, L. B., Ariestiningsih, A. D., & Wardhani, S. O. & Nugroho, S. (2017). *Buku Ajar: Gizi dan Kanker*. UB Press.
- Putri. (2018). Hubungan Efek Samping Kemoterapi Terkait Nafsu Makan dan Kecukupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Pasien Kanker Payudara (Studi Kasus di Rumkital Dr. Ramelan Surabaya). Skripsi.
- Rozi, M. F. (2013). *Kiat Mudah Mengatasi Kanker Serviks*. Aulia Publishing.
- Marischa, S & Anggraini, D.I. (2017). Malnutrisi pada Pasien Kanker. *Medula*, 7(4), 107–111. <https://doi.org/10.54783/influencejournal.v5i1.98>
- Suyanto & Arumdari, P. (2018). Dukungan Keluarga pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi. *Prosiding Unissula Nursing Conference (Universitas Islam Sultan Agung Semarang)*, 90–95.