ABSTRAK

Latar Belakang: Wanita dengan kanker payudara pascamastektomi dapat mengalami distres psikologis, nyeri, kelelahan, gangguan citra tubuh, serta perubahan biomarker yang berkaitan dengan proses pemulihan. Sementara itu, perawatan standar lebih berfokus pada pemulihan fisik, sehingga diperlukan intervensi psikoedukasi terstruktur melalui media audiovisual untuk mendukung adaptasi biopsikososial pasien.

Tujuan: Mengembangkan dan mengevaluasi intervensi psikoedukasi melalui media audiovisual untuk menurunkan distres psikologis pada wanita dengan kanker payudara pascamastektomi.

Metode: Penelitian menggunakan desain *mixed methods sequential exploratory*. Pendekatan model ADDIE untuk mengembangkan dan mengevaluasi intervensi psikoedukasi melalui media audiovisual. Desain tahap pertama penelitian kualitatif: *analysis, design, and development* (ADD), wawancara semi terstruktur, FGD, konsultasi, validasi pakar, dan uji coba material. Tahap kedua penelitian kuantitatif: *implementation* dan *evaluation* (IE), *experimental design*, *non-randomized controlled trial* (NRCT), pengukuran *baseline, post-test,* dan *follow-up.* Sebanyak 76 wanita dengan kanker payudara pascamastektomi direkrut secara *consecutive sampling,* dibagi menjadi kelompok intervensi (n=38) dan kelompok kontrol (n=38). Kelompok intervensi memperoleh perawatan standar ditambah intervensi psikoedukasi melalui media audiovisual, kelompok kontrol hanya memperoleh perawatan standar saja. Distres psikologis diukur menggunakan HADS, nyeri NRS, kelelahan FACIT-F, dan citra tubuh BIMS pada hari ke-1, ke-5, dan ke-13 pascamastektomi. Kadar serotonin serum diukur pada hari ke-1 dan ke-13 pascamastektomi. Analisis data menggunakan *General Linear Model, Repeated Measures.*

Hasil: Intervensi psikoedukasi melalui media audiovisual yang layak dan dapat diterima bagi wanita dengan kanker payudara pascamastektomi telah berhasil dikembangkan sebagai media pendukung dalam perawatan pasien. Penurunan gejala cemas, gejala depresi, nyeri, dan peningkatan citra tubuh lebih besar pada perawatan standar yang ditambahkan dengan intervensi psikoedukasi melalui media audiovisual dibandingkan perawatan standar saja. Penurunan gejala cemas, gejala depresi, nyeri, dan peningkatan citra tubuh pada kategori besar. Berpeluang 5,75 kali menurunkan gejala cemas, 6,79 kali menurunkan gejala depresi, 8,18 kali menurunkan nyeri, 3,22 meningkatkan citra tubuh dan secara signifikan berpengaruh ($p<0,001$), namun tidak terbukti pada penurunan kelelahan ($p=0,561$) dan peningkatan kadar serotonin ($p=0,291$).

Kesimpulan: Perawatan standar yang ditambah intervensi psikoedukasi melalui media audiovisual menunjukkan ada indikasi berpengaruh pada penurunan gejala cemas, gejala depresi, nyeri, dan peningkatan citra tubuh dibanding program perawatan standar saja, namun tidak ada indikasi berpengaruh pada penurunan kelelahan dan peningkatan kadar serotonin. Temuan ini mendukung pengembangan dan pengujian lebih lanjut melalui penelitian dengan desain yang lebih kuat untuk memperkuat bukti efikasi dan efektivitas intervensi.

Kata Kunci: distres psikologis, kanker payudara, pascamastektomi, psikoedukasi audiovisual, serotonin.