

**STRATEGI MENGELOLA *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*  
PADA PEREMPUAN *SURVIVOR* KANKER DI USIA  
DEWASA AWAL**

**SKRIPSI**



OLEH:

Jessica

NRP : 7103015003

**Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2019**

**STRATEGI MENGELOLA *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*  
PADA PEREMPUAN *SURVIVOR* KANKER DI USIA  
DEWASA AWAL**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh  
derajat Sarjana Psikologi



OLEH:  
Jessica  
NRP : 7103015003

**Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya  
2019**

## SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Jessica

NRP : 7103015003

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

**STRATEGI MENGELOLA *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*  
PADA PEREMPUAN *SURVIVOR* KANKER DI USIA  
DEWASA AWAL**

Benar-benar merupakan karya saya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 10 Mei 2019

Yang membuat pernyataan,



Jessica

**HALAMAN PERSETUJUAN**

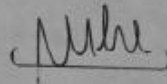
**SKRIPSI**

**STRATEGI MENGELOLA *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*  
PADA PEREMPUAN *SURVIVOR* KANKER DI USIA DEWASA  
AWAL**

Oleh:  
Jessica  
NRP : 7103015003

Telah di baca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi.

Pembimbing : Michael Seno Rahardanto, M.A.

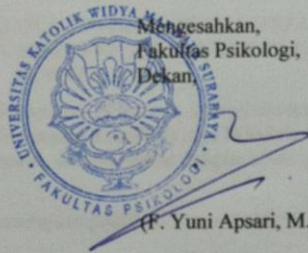


Surabaya, 10 Mei 2019

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi

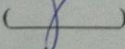
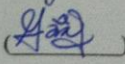
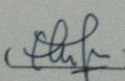
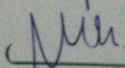
Pada tanggal 10 Mei 2019



Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi,  
Dekan,

(F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog)

### Dewan Penguji:

1. Ketua : Jaka Santosa Sudagijono, M.Psi., Psikolog (  )
2. Sekretaris : Made D. Rama A., M.Psi, Psikolog (  )
3. Anggota : Eli Prasetyo, M.Psi., Psikolog (  )
4. Anggota : Michael Seno Rahardanto, M.A. (  )

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Jessica

NRP : 7103015003

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**STRATEGI MENGELOLA *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*  
PADA PEREMPUAN *SURVIVOR* KANKER DI USIA  
DEWASA AWAL**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 10 Mei 2019

Yang membuat pernyataan,



Jessica

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

**Penelitian ini dipersembahkan untuk:**

**Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria**

**Orang Tua (Papi dan Mami)**

**Adik-Adikku (Robert, Robin, Richard)**

**Para *Survivor* Kanker**

**dan**

**Seluruh kerabat (saudara dan teman-teman)**

**yang telah memberi dukungan selama ini**

## **HALAMAN MOTTO**

*'The only time you should ever look back  
is to see how far you have come'*

**TUHAN itu BAIK  
dan apa yang lakukan-NYA dalam hidupku adalah  
SEMPURNA!**

**~ Romans 8 : 28-30 ~**



## UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Tuhan Yesus atas berkat yang telah diberikan kepada peneliti sehingga penelitian yang berjudul “Strategi Mengelola *Psychological Well Being* pada Perempuan *Survivor* Kanker di Usia Dewasa Awal” dapat terselesaikan dengan baik. Peneliti juga mengucapkan terima kasih atas segala doa, bantuan, dukungan, serta semangat kepada pihak-pihak terkait sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Pada kesempatan kali ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. **Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria**, atas tuntunan dan rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Terima kasih Tuhan!
2. **Ibu F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog**, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat dilakukan.
3. **Bapak Michael Seno Rahardanto, M.A.**, selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran untuk berdiskusi dengan peneliti tanpa mengenal waktu. Terima kasih telah bersedia membimbing dengan penuh kesabaran, memeriksa, dan memberi masukan demi kelancaran penelitian ini.
4. **Bapak Jaka Santosa Soedagijono, M.Psi., Psikolog** selaku ketua penguji, **Ibu Eli Prasetyo, M.Psi., Psikolog**, selaku dosen penguji, dan **Bapak Made D. Rama A., M.Psi, Psikolog**, selaku sekretaris penguji yang telah bersedia memberikan masukan, saran, serta arahan dalam penelitian ini.
5. **Ibu Ermida L. Simanjuntak, M. Psi., Psikolog**, **Bapak Johannes Dicky Susilo, M.Psi., Psikolog**, dan **Bapak Jaka Santosa Soedagijono, M.Psi., Psikolog** selaku pembimbing akademik peneliti yang telah mengarahkan dan membantu peneliti selama berproses di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
6. **Seluruh Dosen Pengajar dan Karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan ilmu, saran, dan semangat yang bermanfaat untuk peneliti

selama peneliti berkuliah di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala.

7. **Keluarga** peneliti yaitu **Orang Tua (Papi, Mami) dan adik-adik (Robert, Robin, Richard)**, yang telah memberikan doa, dukungan, semangat, pengertian dan segalanya kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
8. **Keluarga Besar** peneliti, (om, tante, saudara sepupu informan) yang telah memberikan dukungan, doa, bantuan, dan semangat kepada peneliti, terutama keluarga Angku Hok dan Ai Memei, yang telah memberikan izin kepada informan untuk dapat tinggal dirumahnya sehingga memberi kemudahan bagi informan dalam menjalani perkuliahan, terimakasih banyak dan maaf merepotkan.
9. **Informan Penelitian (informan M, H, dan S)**, yang telah bersedia menjadi informan penelitian dan bersedia meluangkan waktu untuk diwawancarai sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Selain itu, terima kasih untuk semangat dan pengetahuan yang telah diberikan kepada peneliti.
10. **Raymon Aprianto**, selaku teman yang telah membantu peneliti dalam memperkenalkan dan menghubungkan peneliti dengan informan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan, Terimakasih untuk bantuannya.
11. **Teman-teman selama masa perkuliahan dan teman-teman anggota Ormawa (LPMF) periode 2016/2017-2017/2018**, terima kasih atas segala pengalaman dan pembelajaran berharga yang telah diberikan sehingga peneliti mampu berproses selama berkuliah dan menjalani kegiatan Ormawa di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
12. **Seluruh teman-teman komunitas CBSO dan diluar CBSO**, Amel, Reny, Angel, Eva, Ronny, Youri, Magda, Nia, Ce Helen, Ce Novi, Ce Shiella, Sandra, Ce Ayon, dan semuanya, terimakasih untuk dukungan terutama doa dan semangat yang selalu diberikan tertama saat peneliti merasa *down*, entah dalam hal perkuliahan, kehidupan sehari-hari, maupun kehidupan rohani.

13. **Kakak tingkat** di fakultas psikologi, Ce Evita, Ce Genesis, Kak Orin, Ce Yuvi, Ko Chiz, dll yang telah memberikan pembelajaran, dukungan, dan semangat kepada peneliti selama proses perkuliahan (akademik) maupun berkegiatan di Ormawa (non-akademik), dan para Asisten Dosen yang pernah memberikan waktu untuk mengajari peneliti mengenai tugas akademik, sehingga peneliti mampu untuk berkembang dan berubah menjadi lebih baik. Terima kasih sudah menjadi teman berdiskusi.
14. **Dessy, Ivana, Aviana**, selaku kawan bermain peneliti disaat sama-sama telah lelah dalam menjalani aktifitas, terimakasih untuk dukungan dan semangat yang diberikan, juga terimakasih karena kita sama-sama masih tetap bisa meluangkan waktu walau sama-sama sibuk dengan kehidupan masing-masing. *ps: keep in touch guys, Ayo setelah semua lulus kita liburan bareng ke luar negeri!*
15. Teman-teman yang masih bersama yang juga membantu peneliti hingga akhir terselesaikannya skripsi ini di fakultas psikologi (Aviana, Gaby D, MarDin, Ebeth, Orlin, Retno, Gaby W, dll) dan teman-teman sesama rekan asisten dosen dan adik kelas lainnya, terimakasih telah memberi dukungan dan semangat kepada peneliti. Tetap semangat semuanya!
16. Dan untuk semua pihak yang belum dapat disebutkan, peneliti tetap mengucapkan terimakasih banyak untuk bantuan dan dukungannya.

Surabaya, 10 Mei 2019

Jessica

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul Dalam .....	i
Surat Pernyataan .....	ii
Halaman Persetujuan .....	iii
Halaman Pengesahan .....	iv
Surat Pernyataan Publikasi .....	v
Halaman Persembahan .....	vi
Halaman Motto .....	vii
Ungkapan Terima Kasih .....	viii
Daftar Isi .....	xi
Daftar Tabel .....	xiii
Daftar Bagan .....	xiv
Daftar Lampiran .....	xv
Abstrak .....	xvi
<i>Abstract</i> .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Fokus Penelitian .....	8
1.3. Tujuan Penelitian .....	8
1.4. Manfaat Penelitian .....	8
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	8
1.4.2. Manfaat Praktis .....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	10
2.1. Kajian Literatur Seputar Kanker .....	10
2.1.1. Definisi Kanker .....	10
2.1.2. Definisi Kanker Payudara .....	13
2.2. Dinamika Psikologi <i>Survivor</i> Kanker .....	14
2.2.1. Tugas Perkembangan Masa Dewasa Dini .....	14
2.2.2. <i>Psychological Well Being</i> .....	15
2.2.3. <i>Social Support</i> .....	16
2.3. Strategi Mengelola <i>Psychological Well Being</i> pada <i>Survivor</i> Kanker .....	17
BAB III METODE PENELITIAN .....	22
3.1. Pendekatan Dalam Penelitian .....	22
3.2. Informan Penelitian .....	22
3.2.1. Karakteristik Informan Penelitian .....	22

3.2.2. Cara Mendapatkan Informan Penelitian .....	23
3.3. Metode Pengumpulan Data .....	24
3.4. Teknik Analisis Data .....	27
3.5. Validitas Penelitian .....	27
3.6. Etika Penelitian .....	28
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
4.1. Persiapan Pengambilan Data .....	29
4.1.1. Persiapan Penelitian .....	29
4.1.2. Perizinan Penelitian .....	29
4.2. Proses Pengambilan Data .....	30
4.2.1. Informan M .....	30
4.2.2. Informan H .....	33
4.2.3. Informan S .....	35
4.3. Hasil Pengolahan Data .....	37
4.3.1. Pengolahan Data Informan M .....	37
4.3.2. Pengolahan Data Informan H .....	86
4.3.3. Pengolahan Data Informan S .....	98
4.4. Bagan Hasil Pengolahan Data .....	115
4.5. Validitas Penelitian .....	116
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>117</b>
5.1. Pembahasan .....	117
5.2. Keterbatasan Penelitian .....	126
5.3. Kesimpulan .....	127
5.4. Refleksi .....	127
5.5. Saran .....	128
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>130</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Jadwal Pertemuan Informan M .....	30
Tabel 4.2. Jadwal Pertemuan Informan H .....	34
Tabel 4.3. Jadwal Pertemuan Informan S .....	36
Tabel 4.4. Kategorisasi Informan M .....	40
Tabel 4.5. Kategorisasi Informan H .....	87
Tabel 4.6. Kategorisasi Informan S .....	99

## DAFTAR BAGAN

Bagan 4.1. Hasil Pengolahan Data .....	115
--	-----

## DAFTAR LAMPIRAN

<i>Informed Consent</i> Informan M .....	135
<i>Informed Consent</i> Informan H .....	136
<i>Informed Consent</i> Penelitian Informan S .....	137
Surat Keabsahan Hasil Penelitian Informan M .....	138
Surat Keabsahan Hasil Penelitian Informan H .....	139
Surat Keabsahan Hasil Penelitian Informan S .....	140



**Jessica. (2019).** Strategi Mengelola *Psychological Well-Being* pada Perempuan *Survivor* Kanker di Usia Dewasa Awal. **Skripsi Sarjana Strata 1.** Fakultas Psikologi. Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

## ABSTRAK

Kanker payudara merupakan salah satu penyakit kronis yang sering terjadi pada perempuan. Kehadirannya seringkali menjadi ancaman bagi banyak orang. Kondisi ini tentu mempengaruhi *psychological well-being* bagi penyandang kanker, khususnya yang berada pada masa transisi dari tugas perkembangan pada masa dewasa awal. Pada masa ini, seseorang memiliki tuntutan-tuntutan dalam hal pekerjaan dan kehidupan berkeluarga sehingga adanya kanker yang dialami dapat berpotensi menimbulkan krisis pada individu tersebut. Menurut Ryff (dalam Compton, 2005) *psychological well-being* adalah istilah untuk menggambarkan kesehatan psikologis, yang berasal dari pencapaian keadaan seimbang yang dipengaruhi munculnya peristiwa (episode) dalam hidup. Penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimana strategi mengelola *psychological well-being* pada perempuan *survivor* kanker. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif studi kasus dengan melibatkan 3 informan dalam 1 kasus yang sama melalui wawancara semi-terstruktur. Karakteristik informan utama penelitian yaitu seorang perempuan berusia antara 30-40 tahun yang mengalami kanker hingga stadium 2 dan telah dinyatakan sembuh. Hasil penelitian ini menunjukkan, keberhasilan pengelolaan *psychological well-being* pada perempuan *survivor* kanker penelitian ini diperoleh melalui proses *coping* yang dilakukan (*emotional focus coping* dan *problem focus coping*), dan dipengaruhi oleh adanya dukungan sosial (secara emosional, informatif, instrumental, *appraisal*) yang berasal dari lingkungan terdekat, yang mempengaruhi munculnya kesembuhan.

**Kata kunci :** *Survivor* kanker, *Psychological well being*, Dukungan sosial.

**Jessica. (2019).** *Strategies of Managing Psychological Well-Being for Women as Cancer Survivor at Early Adult Age. Undergraduate Thesis.* Fakultas of Psychology. Widya Mandala Catholic University of Surabaya.

### **ABSTRACT**

*Breast cancer is a chronic disease that often occurs in women. Its presence is a threat to many people. This condition certainly affects the psychological well-being of those who have cancer, especially if it occurs during the transition from developmental tasks in early adult age. At this period, a person has demands in terms of work and family life, therefore making the presence of cancer capable of causing a crisis towards the patient. According to Ryff (in Compton, 2005) psychological well-being is a term to describe psychological health, regarding the achievement of psychological well-being that comes from achieving a balanced state that has been influenced by events in life. This study aims to find out how the strategies of managing psychological well-being for women as cancer survivors. The method used in this study is a qualitative case study involving 3 informants in the same case through semi-structured interviews. The characteristics of the main informant of the study is women with an age span between 30-40 years old who have had stage 2 cancer and have been declared as cured. The results of this study show the success of managing the psychological well-being of cancer survivors, this study was obtained through the coping process (emotional focus coping and focus coping problems) and influenced by the existence of social support (emotional mative, instrumental, appraisal) that comes from the closest environment, which affects the healing process.*

**Keywords :** *Cancer Survivor, Psychological well being, Social Support.*