

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kanker adalah istilah umum bagi sekelompok besar penyakit yang ditandai dengan munculnya sel-sel baru yang tumbuh dan dapat menyebar ke seluruh tubuh diluar kendali (dalam Brannon dan Feist, 2004:273). Dengan kata lain, kanker merupakan penyakit akibat pertumbuhan sel-sel jaringan tubuh secara tidak normal pada jaringan tubuh yang akhirnya menjadi sel kanker. Istilah lainnya yang biasa digunakan yaitu tumor ganas dan neoplasma.

Kehadiran kanker seringkali menjadi ancaman bagi banyak orang. Kanker telah menjadi salah satu penyebab utama kasus kematian tertinggi kedua secara global. Ditemukan sekitar 8,8 juta kasus kematian yang terjadi tahun 2015 diseluruh dunia (hampir 1 dari 6 kematian) disebabkan oleh kanker (World Health Organization, 2018). Penyebab paling umum kematian akibat kanker menurut World Health Organization (2015) berasal dari: kanker paru-paru (1,69 juta kematian), kanker liver/hati (788 ribu kematian), kanker kolorektal (744 ribu kematian), kanker (pada bagian) perut (754 ribu kematian), dan kanker payudara (571 ribu kematian).

Penyebab kanker berasal dari munculnya transformasi sel-sel normal menjadi sel-sel tumor (kanker), perubahan ini merupakan hasil interaksi antara faktor genetik seseorang dan 3 kategori eksternal yang terdiri dari karsinogen fisik (radiasi ultraviolet dan ion), karsinogen kimia (asap rokok, kontaminasi makanan dan air minum), dan karsinogen biologis (infeksi dari virus, bakteri, atau parasit) (World Health Organization, 2018). Penyebab kanker belum diketahui secara pasti, namun kanker dapat dicegah dengan beberapa upaya pencegahan.

Kanker dapat terjadi di berbagai bagian tubuh dan organ manapun. Pertumbuhan kanker dibagi menjadi 4 golongan yaitu carcinoma (pada bagian permukaan tubuh), sarcoma (bagian jaringan penghubung), leukimia (darah), dan limfoma (jaringan limfa). Ada lebih dari 100 jenis kanker yang disesuaikan dengan letak pertumbuhan sel kankernya. Salah satunya jenis kanker yang sering ditemui pada perempuan yaitu kanker payudara. Jenis kanker tersebut

merupakan jenis kanker dengan pertumbuhan sel abnormal pada bagian payudara. Kanker payudara biasanya terjadi pada perempuan, namun tidak menutup kemungkinan juga terjadi pada laki-laki (National Cancer Institute, 2015).

Berdasarkan data yang dipaparkan Kementerian Kesehatan RI (2015), menurut data *GLOBOCAN (IARC)* tahun 2012 diketahui bahwa kanker payudara merupakan penyakit kanker dengan persentase kasus baru dan kasus kematian tertinggi pada perempuan, secara berurutan yaitu sebesar 43,3% dan 12,9%. Dari data tersebut jika dibandingkan antara persentase kasus baru dengan kasus kematian, kasus kematian pada kanker payudara jauh lebih rendah dibandingkan kasus barunya. Dengan demikian, bila penyakit kanker tersebut terdeteksi dan ditangani sejak awal maka kemungkinan sembuh juga akan lebih tinggi.

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang paling banyak dijumpai dan diderita oleh perempuan di Indonesia. Jika telah dideteksi sejak awal, kemungkinan kesembuhan penderita kanker payudara sebenarnya cukup tinggi. Berdasarkan artikel oleh Maharani (2016), penanganan kanker payudara perlu disesuaikan dengan kondisi stadium penderitanya. Jika tumor dianggap masih sangat kecil, maka kemungkinan tidak perlu dilakukan pengangkatan payudara (masektomi). Akan tetapi tidak berarti bahwa masektomi ini juga dapat langsung dilakukan pada penderita dengan segala kondisi kankernya. Masektomi sendiri bertujuan untuk mengangkat tumor hingga keakarnya, namun bila sudah terjadi penyebaran hingga luka maka penanganan yang dapat dilakukan yaitu dengan kemoterapi.

Selain kemoterapi, pada terapi sistemik juga dapat dilakukan penanganan dengan radioterapi. Pasien juga bisa mendapatkan terapi sistemik berupa radioterapi, yang merupakan salah satu modalitas pending dalam tatalaksana penanganan kanker payudara. Radioterapi dapat diberikan sebagai terapi kuratif ajuvan dan paliatif. Biasanya kemoterapi ataupun radioterapi ini diberikan bagi pasien kanker yang telah berada pada stadium lanjut (II, III, IV) (Komite Penanggulangan Kanker Nasional). Dengan kata lain, operasi merupakan metode pengobatan kanker payudara paling umum dijumpai.

Berdasarkan artikel advertorial yang dimuat dalam Kompas.com, setiap stadium kanker payudara memiliki persentase

berbeda terkait peluang pasien selamat. Dalam kanker stadium awal, persentase pasien bertahan hidup hampir 100%; pada stadium 1 mencapai 98%; stadium 2 sebesar 93%; stadium 3 sebesar 72%; dan pada stadium 4 (stadium lanjut) dapat menurun drastis hingga 22%. Artinya, penderita kanker masih memiliki harapan untuk sembuh. Mereka yang berjuang dan bertahan dalam menghadapi penyakit kanker ini biasa disebut sebagai *survivor* kanker (penderita kanker). Dalam menyikapi penyakit yang tergolong ganas ini, para *survivor* kanker memiliki berbagai macam caranya sendiri untuk menghadapi tantangan yang cukup emosional. Bahkan ada *survivor* yang berhasil berjuang dan bertahan hingga akhirnya dapat sembuh dari kanker yang telah dideritanya.

Terdapat salah satu kisah yang dirangkum oleh Widiyani (2013) mengenai seorang *survivor* kanker berinisial DY (42 tahun). Beliau merupakan *survivor* kanker yang dianggap “berdamai” dengan kankernya. Beliau telah mengalami beberapa kali penyakit kanker dan telah melakukan beberapa kali pengobatan.

DY merupakan seorang ibu dengan 2 orang anak yang pernah mengalami beberap kali vonis kanker dan berhasil sembuh. Kanker yang dideritanya pernah hingga menggerogoti tubuhnya, selain itu DY juga telah mengalami beberapa kali pengangkatan pada bagian kanker yang dideritanya. Pada penyakit kankernya yang pertama, beliau divonis mengalami kanker tiroid, melakukan pengobatan secara medis hingga melakukan pengangkatan tiroid hingga beliau perlu untuk mengkonsumsi suatu obat hormon untuk kelangsungan hidupnya. Berikutnya beliau mengalami kanker payudara, namun pada kankernya yang kedua ini beliau mengaku lebih tenang pada vonis yang kedua ini. Beliau sempat memilih melakukan pengobatan alternatif dalam mengobati kankernya, sempat membaik namun dirinya tidak kunjung sembuh hingga memutuskan kembali ke menjalani pengobatan medis. Saat

pemeriksaan ternyata telah mencapai stadium 3 C, hingga mengharuskannya melakukan kemoterapi untuk penanganannya dan berakhir pada pengangkatan payudaranya yang mengalami kanker. Kemudian selang beberapa waktu pasca operasi, ditemukan kembali sel kanker aktif pada paru-parunya. DY sempat pasrah akan apa yang terjadi pada dirinya dan menjalani pengobatan sesuai dengan yang disarankan pada dirinya. Beliau menjalankan serangkaian pengobatan hingga dinyatakan bersih dari kanker tersebut, namun tidak sampai disitu, ternyata setelah pengobatan berakhir beberapa bulan kemudian DY dinyatakan memiliki kanker yang telah menyebar dibagian otaknya, namun karena telah beberap kali mengalami kanker akhirnya DY pun tetap tegar dan bertekad untuk sembuh. - Widiyani (2013)

Dari paparan kisah tersebut terlihat bahwa bahkan seseorang yang dalam hidupnya mengalami kanker hingga beberapa kali tetap dapat memiliki harapan hidup untuk sembuh dari kankernya. Sekalipun kanker yang diderita telah berada pada stadium yang terbilang tinggi, namun harapan untuk sembuh masih ada. Salah satu sumber harapan tersebut dapat berasal dari adanya orang disekitar yang dapat mendukung kesembuhan seseorang dalam menghadapi kankernya.

"Saat itu menjadi puncak kehidupan saya. Saya bersyukur bisa berjuang di kelilingi keluarga dan teman," kata DY yang menyelesaikan seluruh pengobatan kankernya pada 2012.

DY juga bersyukur dirinya dikelilingi keluarga yang terus mendukungnya. "Terutama suami. Saya sangat bersyukur selama pernikahan, tidak pernah sekalipun dia meninggalkan saya. Bahkan dia juga yang mengingatkan saya untuk kembali ke jalur medis, saat saya memilih alternatif," ujarnya. - Widiyani (2013)

Dari pernyataan diatas dapat dinyatakan bahwa adanya orang-orang disekitar seperti keluarga dan teman juga dapat membantu seseorang untuk berjuang melawan penyakitnya. Hubungan dengan orang lain dan dukungan sosial dari orang disekitar dapat berpengaruh pada pencapaian kesehatan seseorang salah satunya dari sakit menjadi sembuh.

Meski harus kehilangan rambut dan mengalami sakit yang tak kunjung reda selama melawan kanker, DY tak merasa rendah diri. Menurutnya, kanker tak seharusnya dihadapi dengan sedih. Sebaliknya, penderita kanker harus menemukan teman yang sama, sehingga bisa berjuang dan saling memotivasi "Penderita kanker harus eksis dan berteman dengan sebanyak mungkin pasien sejenis. Hal ini baik untuk memompa semangat," ujarnya. - Widiyani (2013)

Dari pernyataan tersebut juga terlihat bahwa dalam menghadapi kanker, seseorang perlu memiliki sikap menerima keadaannya dan optimis akan kesembuhannya sehingga sekalipun mendapat diagnosis yang mungkin buruk mengenai kesehatannya, individu tetap memiliki harapan untuk sembuh. Selain itu, seseorang yang dapat bertahan (*survive*) dari penyakit yang dideritanya hingga sembuh, ternyata dapat menjadikan kekuatan baginya untuk membantu sesama penderita lainnya. Hal tersebut seperti yang dinyatakan sebagai berikut:

DY memilih Cancer Information and Support Centre (CISC) sebagai tempat berbagi dengan pasien lainnya. Hingga ketika beliau telah sembuh, dengan mengikuti organisasi tersebut, saat ini DY merupakan seorang konselor, yang bertugas memberi support kepada penderita kanker yang sedang berjuang. - Widiyani (2013)

Sekalipun DY telah mengalami berbagai masalah dari penyakitnya dan sempat putus asa, adanya dukungan dari orang

disekitarnya dapat membantu DY dalam mencapai kesembuhan dari penyakit yang dideritanya. Melalui keberhasilannya dalam berjuang melawan penyakit yang dialami, seseorang dapat mendedikasikan dirinya untuk membantu orang lain yang memiliki nasib serupa.

Kondisi yang dialami DY pada kasus tersebut sedikit berbeda dengan informan dalam penelitian ini. Informan penelitian ini juga pernah didiagnosa mengalami kanker payudara stadium 2A. Perbedaan antara kasus yang dialami DY dan informan penelitian yaitu DY pernah mengalami kanker beberapa kali sedangkan informan penelitian pernah mengalami kanker dan pada saat penyembuhan dengan kemoterapi sedang mengalami kehamilan. Walau kondisi yang dialami berbeda, namun hal ini juga memunculkan beban bagi informan, karena disatu sisi informan harus menjalani kemoterapi untuk kesembuhannya, namun juga ingin tetap menjalani kehamilannya. Akhirnya informan memilih untuk tetap menjalani keduanya yaitu kemoterapi dan kehamilan yang secara medis dianggap berisiko bagi informan maupun kandungannya.

Pada beberapa kasus ditemukan bahwa dampak kanker payudara yang diderita seseorang dapat membuat penderitanya menjadi lemah fisik maupun psikis. Hal tersebut terjadi karena setiap kali mereka menjalani pengobatan, akan terasa sakit di hampir seluruh tubuh, perasaan tidak nyaman, mual, hingga adanya bayangan mengenai kegagalan pengobatan dan kematian yang mungkin dialami selama menjalankan pengobatan. Secara psikis, penderita kanker payudara ini juga mengalami beberapa hal seperti ketidakberdayaan, rasa malu, harga diri yang menurun, stres, sedih, kecewa, cemas, depresi, kurangnya rasa percaya diri, hingga takut akan kemungkinan terburuk yaitu kematian (Oetami, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Henselmans (2009) mengenai *psychological well being* seseorang setelah didiagnosis terkena kanker payudara, menyatakan bahwa temuan tersebut didasarkan pada penilaian penderita terhadap kehidupan sosialnya dan kontrol diri dalam pencapaian *psychological well being* (Arnold et al, 2006 dalam Henselmans, 2009). Adanya dukungan (relasi dengan orang disekitarnya) dapat mempengaruhi *psychological well being* seseorang sehingga dapat *survive* dari kankernya. Penelitian menunjukkan bahwa justru stresor muncul lebih besar setelah seseorang

menjalani pengobatan, sehingga seseorang tetap memerlukan adanya dukungan (relasi dari orang disekitarnya). Adanya kontrol diri terhadap kehidupan juga mempengaruhi respon awal seseorang dalam penyesuaian diri terhadap penyakit kanker yang dideritanya.

Psychological Well Being (PWB) merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis berdasarkan kriteria tertentu ketika seseorang dapat melakukan pencapaian penuh potensinya secara psikologis (Seifert, 2005). *Well Being* (kesejahteraan) sendiri merupakan suatu konsep dinamis yang mencakup beberapa dimensi seperti subjektivitas, sosial, dan psikologis serta beberapa perilaku yang berhubungan dengan kesehatan. Menurut Ryff (dalam Compton, 2005) mengenai kesejahteraan psikologis (*psychological well being* - PWB) terdiri dari enam aspek yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), pengembangan diri (*personal growth*), relasi positif dengan orang lain (*positive relations with other people*), kemandirian (*autonomy*), tujuan dalam hidup (*purpose in life*), dan penguasaan lingkungan (*environmental mastery*).

Menurut Ryff dan Keyes (1995), pada aspek penerimaan diri mencakup evaluasi positif terhadap diri sendiri dan kehidupan masa lalu seseorang. Aspek pengembangan diri mencakup adanya rasa akan pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan sebagai pribadi, aspek relasi positif dengan orang lain mencakup kepemilikan hubungan kualitas dengan orang lain, aspek kemandirian mencakup adanya rasa penentuan akan diri sendiri, aspek tujuan dalam hidup mencakup keyakinan bahwa kehidupan itu terarah dan bermakna, dan aspek penguasaan lingkungan mencakup kapasitas untuk mengelola secara efektif kehidupan seseorang dan lingkungan sekitar.

Penelitian yang dilakukan oleh Megasara dan Suhana (2018), mengenai *psychological well being* pada penderita kanker payudara di komunitas menunjukkan hasil bahwa 72,7% (24 orang) penderita kanker yang bergabung dalam komunitas memiliki *psychological well being* yang tinggi sedangkan 27,3% (9 orang) penderita memiliki *psychological well being* yang rendah. Penelitian tersebut menunjukkan aspek tertinggi yang mempengaruhi *psychological well being* pada penderita kanker yaitu pada aspek hubungan positif dengan orang lain

sebesar 90,9%, tujuan hidup sebesar 90,9%, dan penerimaan diri sebesar 87,9%.

Berdasarkan paparan dari kajian literatur dan fenomena diatas, peneliti menemukan bahwa terdapat suatu strategi dalam mengelola *psychological well being* pada perempuan *survivor* kanker ketika menghadapi kanker dan menjalankan pengobatan agar dapat sembuh dari kanker yang dideritanya. Strategi tersebut berupa adanya rasa menerima akan kanker yang dialami, relasi yang dibangun, dan adanya dukungan dari lingkungan dalam berjuang melawan kanker yang dideritanya. Selain itu, adanya hubungan yang positif dari orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri akan kanker yang dialami juga mempengaruhi bagaimana *psychological well being* seorang *survivor* kanker. Dengan demikian, melihat fenomena tersebut, peneliti ingin menggali lebih dalam mengenai bagaimana aspek-aspek dalam *psychological well being* sendiri satu persatu menjadi strategi pengelolaan kesejahteraan psikologis seseorang dalam menghadapi kanker yang dideritanya, dari menjalani pengobatan hingga akhirnya berhasil sembuh dari kanker yang dideritanya.

1.2. Fokus Penelitian

Bagaimana strategi mengelola *psychological well being* pada perempuan *survivor* kanker di usia dewasa awal?

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi mengelola *psychological well being* pada perempuan *survivor* kanker di usia dewasa awal.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis mengenai strategi mengelola *psychological well being* pada perempuan *survivor* kanker di usia dewasa awal. Selain itu, diharapkan hasil dari penelitian dapat memberikan informasi terkait pada pasien paliatif sehingga dapat menjadi acuan bagi intervensi paliatif dan melengkapi data-data

mengenai strategi mengelola *psychological well being* terutama pada perempuan *survivor* kanker di usia dewasa awal.

1.4.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian mengenai strategi mengelola *psychological well being* pada perempuan *survivor* kanker di usia dewasa awal dapat memberikan informasi yang bermanfaat kepada:

1. Informan Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai strategi mengelola *psychological well being* yang dimiliki sebagai *survivor* kanker, khususnya bagi informan penelitian yang dapat sembuh dari kankernya. Harapannya informan penelitian ini dapat termotivasi untuk menjadi *role model* bagi *survivor* kanker lainnya agar dapat memiliki harapan sembuh seperti yang telah diperoleh informan penelitian ini.

2. Masyarakat yang hidup dengan *survivor* kanker

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat yang hidup dengan *survivor* kanker mengenai faktor apa saja yang mempengaruhi *survivor* kanker agar dapat sembuh dan mengetahui gambaran *survivor* kanker terutama pada perempuan mengenai strategi mengelola *psychological well being*, sehingga masyarakat dapat mengetahui dukungan dan bantuan seperti apa yang dapat diberikan bagi *survivor* kanker agar dapat tetap bertahan dan memiliki harapan untuk sembuh berdasarkan pada temuan dalam penelitian ini.

3. Penelitian selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya khususnya mengenai strategi mengelola *psychological well being* pada *survivor* kanker yang sembuh dari kankernya terutama pada perempuan.