

Gambaran Meaning of Life pada Pasien Kanker Payudara Stadium Lanjut

Nurul Alivia, Syafruddin Faisal Thohar

Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Sunan Ampel Surabaya

Jl. Dr. Ir. Soekarno No. 682 Gunung Anyar, Surabaya 60294

E-mail: seribucahaya201202@gmail.com

Abstrak

Kanker payudara stadium lanjut tidak hanya menimbulkan dampak fisik yang signifikan, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis, sosial, dan spiritual pasien. Perubahan tubuh, efek samping pengobatan, serta ketidakpastian terkait penyakit dapat mengganggu kesejahteraan dan menurunkan makna hidup. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan meaning of life pada pasien kanker payudara stadium lanjut melalui pemahaman pengalaman subjektif pasien dalam menjalani proses pengobatan dan adaptasi terhadap penyakit. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan partisipan seorang perempuan berusia 45 tahun yang telah menjalani operasi dan kemoterapi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan empat fase utama dalam perjalanan meaning of life pasien, yaitu: (1) proses penerimaan diri setelah diagnosis, ditandai keterkejutan, stres, peningkatan kesadaran, serta dukungan keluarga; (2) motivasi hidup yang didorong oleh harapan sembuh, dukungan sosial, dan peran sebagai ibu; (3) pengaruh dukungan psikologis dalam mengatasi kehilangan makna dan membangun kembali harapan; serta (4) penerimaan terhadap perubahan fisik dan rekonstruksi makna hidup melalui refleksi diri dan spiritualitas. Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa makna hidup pasien terbentuk melalui interaksi antara dukungan sosial, spiritualitas, penerimaan diri, dan peran keluarga. Dukungan menyeluruh dari lingkungan sekitar sangat diperlukan untuk membantu pasien mempertahankan kebermaknaan hidup selama menjalani pengobatan.

Kata Kunci: kanker payudara; makna hidup; kemoterapi; dukungan sosial; spiritualitas; penerimaan diri; kualitas hidup

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan salah satu penyakit dengan prevalensi tinggi di seluruh dunia. Menurut World Health Organization (WHO, 2018), terdapat sekitar 80 juta kasus kanker payudara dengan angka kematian mencapai lebih dari 22 juta jiwa. Dari jumlah tersebut, 58 juta kasus terjadi di negara berkembang. Di Amerika Serikat tercatat sekitar 180.000 kasus baru setiap tahun, di Belanda 91 kasus baru per 100.000 penduduk, sementara di Indonesia diperkirakan 10 dari 100.000 perempuan mengidap kanker payudara (Nurhayati et al., 2021). Angka ini menunjukkan bahwa kanker payudara masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama bagi perempuan, baik secara global maupun nasional.

Tingginya angka kasus tersebut tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga menimbulkan berbagai konsekuensi psikologis. Pasien kanker payudara umumnya mengalami perubahan kondisi tubuh yang signifikan, misalnya munculnya benjolan yang semakin mengeras, tidak beraturan, serta menimbulkan rasa nyeri (Suryaningsih & Sukaca, 2009). Selain itu, pengobatan medis seperti operasi dan kemoterapi kerap menimbulkan kekhawatiran serta efek samping, mulai dari kelelahan, gangguan tidur, hingga keraguan akan efektifitas terapi (Masi & Gehlert, 2008).

Kondisi tersebut dapat memicu perasaan takut, cemas, bahkan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan (Saeedi et al., 2019).

Seseorang yang didiagnosis kanker payudara, terutama pasien yang menderita kanker payudara perlu melakukan terapi pengobatan dalam upaya penyembuhannya. Salah satu pengobatan yang dianjurkan yaitu kemoterapi yang dapat menimbulkan dampak fisiologis maupun psikologis (Neal, 2006). Selain menimbulkan dampak fisiologis, kemoterapi juga bisa menimbulkan dampak negatif pada psikologis diantaranya gangguan harga diri, seksualitas, dan kesejahteraan pasien seperti kecemasan (Smeltzer, S. C., et.al, 2008). Efek samping pengobatan medis pada pasien kanker meningkatkan gangguan emosional, menurunkan kualitas hidup secara signifikan, dan menyebabkan gangguan psikologis secara umum (Saeedi et al., 2019). Rasa takut yang berlebih kerap membuat perempuan dengan gejala kanker payudara datang terlambat untuk memeriksa diri (Soemitro, 2015). Wanita mempersepsikan bahwa hidupnya tidak berdaya dengan penyakit kanker payudara tersebut sehingga mengalami penurunan makna hidup positif dan kualitas hidup lebih rendah (Obročníková et al., 2017).

Awalnya tidak terjadi masalah, namun setelah kanker terdeteksi maka individu merasakan penderitaan yang begitu besar seperti yang dialami oleh pengidap kanker payudara yang dapat menyebabkan hilangnya suatu makna kehidupan (Hannum & Rubinstein, 2016; Vehling & Philipp, 2018). Makna hidup tidak dapat diberikan oleh siapa pun tetapi hanya dapat dipenuhi jika dicari dan ditemukan oleh diri sendiri (Bastaman, 2007). Pada pasien kanker payudara, makna hidup yang ditemukan dapat membantu mereka menerima kondisi dan mengatasi rasa putus asa (Vehling & Philipp, 2018). Makna hidup juga dapat memberikan kekuatan untuk bertahan meskipun seseorang menghadapi kesulitan yang tampaknya tidak dapat diatasi Viktor Frankl (2006). Dengan adanya penurunan makna hidup yang dialami pasien kanker payudara stadium lanjut justru dapat memperburuk kualitas hidup mereka secara keseluruhan (Vehling et al., 2011).

Makna hidup pada pasien kanker payudara stadium lanjut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal seperti kepribadian, sikap optimis, dan rasa syukur berperan penting dalam membentuk persepsi individu terhadap pengalaman hidup mereka (Frankl, 2006; Wong, 2012). Sikap optimis, misalnya, membantu pasien memandang tantangan sebagai peluang untuk bertumbuh, sementara rasa syukur memungkinkan mereka tetap menghargai aspek-aspek positif dalam kehidupan meskipun menghadapi penderitaan (Bastaman, 2007). Selain itu, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan komunitas menjadi faktor eksternal yang signifikan dalam meningkatkan makna hidup Neal (2006). Karena pasien yang memiliki dukungan sosial yang kuat lebih mampu menemukan makna hidup dibandingkan mereka yang merasa terisolasi (Vehling et al. (2011).

Spiritualitas dan keyakinan religius juga merupakan faktor yang sangat berpengaruh dalam meningkatkan makna hidup (Wong, 2012). Ritual keagamaan, doa, dan meditasi sering kali membantu mereka memahami penderitaan sebagai bagian dari rencana hidup yang lebih besar (Wong, 2012). Pasien dengan tingkat religiositas yang tinggi cenderung memiliki makna hidup yang lebih besar dan merasa lebih mampu menghadapi tantangan penyakit (Saeedi et al. (2019). Menurut Frankl (2006), pencarian makna hidup sering kali berhubungan erat dengan pencarian spiritual, di mana penderitaan dapat dipandang sebagai bagian dari proses untuk mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang kehidupan dan eksistensi. Pasien dengan tingkat religiositas yang tinggi juga cenderung memiliki pandangan yang lebih positif terhadap kondisi

kesehatan mereka, meskipun dalam tahap penyakit yang sangat lanjut (Vehling et al. (2011).

Selain faktor-faktor yang telah disebutkan sebelumnya, penting untuk mempertimbangkan peran kesehatan fisik dalam membentuk makna hidup pasien kanker payudara stadium lanjut. Kondisi fisik pasien yang terus menurun akibat kemoterapi, radiasi, atau operasi dapat memengaruhi persepsi mereka terhadap kualitas hidup secara keseluruhan (Neal, 2006). Dampak fisik yang dirasakan oleh pasien, seperti rasa lelah yang berkepanjangan, gangguan tidur, atau efek samping lainnya, dapat menurunkan perasaan kontrol atas kehidupan dan memengaruhi kemampuan mereka untuk menemukan makna hidup yang lebih positif Smeltzer et al. (2008). Oleh karena itu, perawatan fisik yang komprehensif, mencakup pengelolaan gejala fisik dan dukungan terhadap kesejahteraan tubuh, menjadi faktor penting dalam membantu pasien mempertahankan makna hidup mereka selama perawatan kanker (Vehling & Philipp, 2018). Selain itu, harapan atau hope dapat berperan besar dalam mempertahankan makna hidup pada pasien kanker payudara stadium lanjut. Harapan berhubungan erat dengan keyakinan bahwa masa depan yang lebih baik atau pemulihan masih mungkin terjadi meskipun kondisi saat ini tampak sangat sulit (Bastaman, 2007).

Bagi banyak wanita, kanker payudara stadium lanjut tidak hanya memengaruhi tubuh mereka tetapi juga mengubah cara mereka melihat peran mereka dalam keluarga, pekerjaan, dan masyarakat (Vehling & Philipp, 2018). Kehilangan kemampuan untuk bekerja atau merawat keluarga dapat menimbulkan perasaan ketidakberdayaan dan penurunan makna hidup (Hannum & Rubinstein, 2016). Perubahan peran sosial ini sering kali memunculkan krisis identitas pada pasien kanker payudara, di mana mereka mulai meragukan nilai dan keberadaan mereka dalam kehidupan orang-orang terdekat (Wong, 2012). Kehilangan peran yang sebelumnya dianggap penting, seperti menjadi pencari nafkah atau pengasuh keluarga, dapat membuat pasien merasa kehilangan arti hidup mereka (Vehling & Philipp, 2018). Pasien yang mengalami krisis peran di tahap kehidupan dewasa sering kali menghadapi tantangan dalam menemukan integritas diri, terutama ketika mereka merasa tidak dapat lagi memenuhi harapan atau tanggung jawab sosial tertentu (Erikson (1963).

Namun, pasien yang mampu menemukan makna hidup baru melalui peran sosial sering kali menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik dibandingkan mereka yang merasa terisolasi atau kehilangan tujuan (Vehling & Philipp, 2018). Oleh karena itu peran sosial dapat menjadi salah satu cara yang efektif untuk membantu individu menghadapi perubahan besar dalam hidup mereka dan menemukan tujuan baru yang bermakna Bastaman (2007). Dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial sangat penting untuk membantu pasien merasa tetap diterima dan dihargai, meskipun kondisi fisik mereka telah berubah (Saeedi et al., 2019). Sebaliknya, kurangnya dukungan keluarga dapat memperburuk perasaan kehilangan makna hidup dan meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti depresi atau kecemasan (Vehling et al., 2011).

METODE PENELITIAN

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah seorang perempuan berusia 45 tahun yang telah didiagnosis menderita kanker payudara stadium lanjut. Partisipan memiliki latar belakang pekerjaan sebagai karyawan swasta, berstatus menikah, dan memiliki dua anak.

Pemilihan partisipan dilakukan secara purposive sampling, berdasarkan kriteria yang telah ditentukan:

(1) telah menjalani pengobatan kanker, seperti operasi atau kemoterapi, selama lebih dari enam bulan; (2) mampu berkomunikasi secara verbal dengan baik untuk berbagi pengalaman hidupnya; (3) bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini dengan memberikan informasi yang mendalam mengenai perjalanannya menghadapi penyakit. Partisipan dipilih karena pengalaman hidupnya dianggap relevan untuk memahami dinamika penerimaan diri, dukungan sosial, dan faktor psikologis yang berperan dalam menghadapi diagnosis kanker.

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif deskriptif untuk mengeksplorasi pengalaman mendalam partisipan dalam menerima diagnosis dan menjalani proses pengobatan kanker payudara. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami pengalaman subjektif partisipan secara holistik, mencakup dimensi emosional, sosial, dan spiritual. Dengan desain ini, penelitian berfokus pada deskripsi naratif dari data yang dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi langsung. Penelitian kualitatif juga memungkinkan fleksibilitas dalam mengadaptasi pertanyaan wawancara selama proses pengumpulan data, sehingga lebih responsif terhadap pengalaman unik partisipan.

Prosedur

Peneliti menyusun pedoman wawancara semi-terstruktur yang berisi pertanyaan terbuka terkait pengalaman menerima diagnosis, pengobatan, dukungan sosial, dan proses penerimaan diri. Wawancara berlangsung selama 60-90 menit direkam (dengan izin) untuk memastikan seluruh informasi terdokumentasi dengan baik. Peneliti mengamati interaksi partisipan dengan keluarga dan lingkungan sosialnya, serta perilaku dan ekspresi emosionalnya selama beberapa hari.

Teknik Analisis

Penelitian ini menggunakan analisis tematik thematic analysis , yang bertujuan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan melaporkan pola-pola atau tema yang muncul dari data kualitatif.

HASIL PENELITIAN

Pengalaman partisipan disajikan dalam 4 fase, yaitu : 1) Proses penerimaan diri setelah diagnosa kanker. 2) Kekuatan motivasi hidup selama proses penyembuhan. 3) Pengaruh dukungan psikolog terhadap kebermaknaan hidup pasien kanker. 4) Proses penerimaan terhadap perubahan fisik dan citra diri. Pada setiap fase terdapat tema-tema yang menggambarkan proses dan pemaknaannya. Berikut Tabel 1 yang berisi rangkuman mengenai fase-fase yang dihadapi partisipan beserta tema dan subtema yang ditemukan di setiap fase.

Rangkuman Hasil

1.	Proses penerimaan diri setelah diagnosa kanker	Menerima diagnosa dokter	- Kaget dan stres mendengar diagnosa - Menerima kenyataan meskipun sulit
		Kesadaran diri melalui pengalaman	- Menyadari perubahan kondisi tubuh - Menyadari pentingnya tindakan medis
		Bersedia untuk operasi	- Dukungan keluarga sebagai motivasi utama - Ketangguhan menghadapi efek samping dari kemoterapi
		Ketakutan akan tindakan medis	- Rasa takut dan cemas terhadap operasi dan kemoterapi - Mengatasi ketakutannya melalui dukungan keluarga dan teman-teman - Menjalani kemoterapi dengan semangat tinggi
2.	Motivasi Hidup	Berjuang demi kesembuhan	- Semangat menghadapi proses penyembuhan
		Harapan untuk masa depan	- Keinginan untuk sehat kembali demi anak-anak - Membangun cita-cita dan impian baru untuk keluarga
		Dukungan sosial dan keluarga	- Rasa dihargai dan cintai oleh keluarga dan teman-teman
		Harapan sembuh dari Tuhan	- Keyakinan bahwa kesembuhan adalah bagian dari rencana Tuhan - Doa sebagai sumber kekuatan dan harapan
3.	Dukungan psikologis	Peran dukungan sosial	- Pentingnya dukungan dalam membangun semangat pasien - Merasa dihargai dan diterima oleh
		Kehilangan makna hidup	- Rasa putus asa akibat kurangnya dukungan sosial - Krisis identitas akibat perubahan peran dalam keluarga dan masyarakat

		Bangkit demi anak-anak	- Mengatasi kesedihan untuk terus berjuang demi keluarga
4.	Penerimaan terhadap perubahan fisik dan citra diri	Penerimaan terhadap citra diri baru	- Penerimaan terhadap perubahan fisik seperti kehilangan payudara - Kesadaran bahwa hidup tetap bermakna meski mengalami perubahan besar
		Penemuan kembali makna hidup	- Refleksi diri untuk menemukan tujuan hidup yang baru - Menemukan kembali kepercayaan diri melalui pencapaian kecil sehari-hari
		Peran spiritualitas	- Doa dan kepercayaan pada rencana Tuhan untuk memberikan kekuatan mental

Tema 1 proses penerimaan diri setelah diagnosa kanker

Pada proses ini pernyataan partisipan menggambarkan perasaan terkejut yang mendalam ketika partisipan pertama kali menerima diagnosis. Kata “kaget” menunjukkan ketidaksiapan partisipan secara emosional terhadap informasi yang diterima. Pernyataan “shock banget” juga menekankan bahwa reaksi emosionalnya sangat intens dan spontan. Reaksi ini sangat umum terjadi pada individu yang tiba-tiba dihadapkan pada informasi yang mengubah kehidupan secara signifikan, seperti halnya dalam konteks penyakit berat. Partisipan juga mengalami stres setelah menerima diagnosis.

Kemudian partisipan memberikan pernyataan mengenai latar belakang penyakitnya “Awalnya waktu bunda pulang kerja dari Bogor tiba-tiba suami ngeliat ada benjolan di payudara, padahal sebelumnya nggak ada benjolan”. Dari pernyataan ini menunjukkan bahwa gejala yang diamati muncul tanpa peringatan atau tanda-tanda sebelumnya dan menciptakan rasa kejutan besar. Pernyataan partisipan juga menyoroti peran pasangan (suami) dalam proses awal mengenali adanya benjolan. Hal ini mencerminkan bahwa diagnosis tidak hanya berdampak pada individu yang mengalaminya, tetapi juga melibatkan dukungan sosial dari orang terdekat. Dengan adanya keterlibatan suami dapat memberikan dukungan emosional keterlibatan suami dapat memberikan dukungan emosional bagi partisipan. Dengan adanya keterlibatan suami dapat memberikan dukungan emosional keterlibatan suami dapat memberikan dukungan emosional bagi partisipan.

“Yang jelas kaget dan shock banget. Sempet stres juga pada saat itu karena diagnosis yang sangat mendadak. Awalnya waktu bunda pulang kerja dari bogor tiba-tiba suami ngeliat ada benjolan di payudara padahal sebelumnya ga ada benjolan.”

Tema 2 Kesadaran diri melalui pengalaman

Partisipan menunjukkan peningkatan kesadaran diri melalui pengalaman pribadi dan interaksi sosial. Keputusan partisipan untuk bertanya kepada teman yang memiliki pengalaman serupa mengindikasikan bahwa pengalaman orang lain menjadi hal penting

dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan. Hal ini dapat dilihat dari tindakan partisipan untuk memeriksakan diri ke klinik, yang kemudian dirujuk ke rumah sakit. Pengalaman teman juga menjadi sumber validasi dan dorongan bagi partisipan untuk mengidentifikasi potensi masalah kesehatan secara lebih serius.

“Kemudian bunda bertanya sama temen yang pernah mengalami benjolan di payudara, dan temen menyarankan bunda buat check up. Setelah itu bunda ke klinik, dan dari klinik langsung dirujuk RS.”

Tema 3 Bersedia untuk operasi

Partisipan awalnya tidak menyadari adanya benjolan atau gejala yang mengindikasikan masalah kesehatan. Hal ini disebabkan oleh persepsi bahwa dirinya selalu dalam keadaan sehat, yang didukung dengan kebiasaannya rutin berolahraga. Setelah dirujuk ke rumah sakit besar, partisipan menerima informasi baru terkait kondisi kesehatannya dari dokter. Dokter merekomendasikan tindakan operasi sebagai langkah penanganan yang diperlukan. Informasi tersebut mendorong partisipan untuk mempertimbangkan ulang pandangan awalnya dan mulai menerima perlunya tindakan operasi sebagai intervensi medis.

Kesediaan partisipan untuk menjalani operasi menunjukkan adanya proses perubahan persepsi terhadap kondisi kesehatannya. Pada awalnya, partisipan merasa tidak memiliki masalah kesehatan karena tidak ada gejala yang dirasakan. Namun, melalui interaksi dengan tenaga medis, partisipan mulai memahami pentingnya tindakan medis untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Selain itu, partisipan tampak menunjukkan kesiapan emosional untuk menerima intervensi medis meskipun sebelumnya merasa sehat. Proses ini menunjukkan adanya adaptasi terhadap perubahan informasi dan kondisi yang dialaminya.

“Selama ini tidak pernah tau ada benjolan dan tidak ada gejala, selalu merasa sehat karena bunda rajin olahraga juga. Setelah dirujuk ke RS besar dokter menyarankan untuk operasi.”

Tema 4 ketakutan akan tindakan medis

Partisipan mengungkapkan rasa takut yang signifikan terhadap tindakan medis, terutama operasi dan kemoterapi. Ketakutan ini menyebabkan stres emosional yang membuat partisipan merasa tertekan secara psikologis. Ketakutan terhadap tindakan medis pada partisipan mencerminkan adanya hambatan emosional yang cukup besar dalam menerima intervensi medis. Namun, melalui dukungan keluarga besar, partisipan akhirnya mampu mengambil keputusan untuk menjalani operasi pengangkatan payudara. Setelah menjalani operasi, partisipan melanjutkan proses pengobatan dengan kemoterapi satu bulan kemudian.

“Waktu itu bunda down lagi (stres) karena takut operasi dan dikemo. Setelah berdiskusi dengan keluarga besar akhirnya bunda bersedia melakukan operasi pengangkatan payudara. Setelah satu bulan Operasi bunda melanjutkan pengobatan dengan kemoterapi.”

Tema 5 Berjuang demi kesembuhan

Partisipan mengungkapkan semangat yang kuat untuk terus berjuang demi mencapai kesembuhan, meskipun menghadapi diagnosis yang tidak terduga. Tekad

partisipan tercermin dalam usaha yang konsisten untuk kembali sehat, meskipun sempat mengalami kondisi yang mengubah persepsi tentang tubuh dan kesehatannya. Partisipan menyatakan bahwa penyakit seperti tumor dan kanker payudara merupakan sesuatu yang tidak pernah diperkirakan sebelumnya. Pernyataan ini menunjukkan adanya keterkejutan awal, tetapi diikuti oleh adaptasi emosional dan fokus pada tujuan pemulihan.

“saya terus berjuang untuk mencapai kesembuhan berjuang terus, semnagat terus demi sebuah kesehatan yang hakiki. Yang berawal dari sehat terus tidak sehat, bunda harus sehat kembali. Walaupuntadinya ada tumor dan kanker payudara penyakit yang tak terduga, yang tidak pernah terpikirkan ada dibadan bunda, tidak pernah terpikirkan punya apenyakit sehebat itu.”

Tema 6 harapan untuk masa depan

Partisipan mengungkapkan harapan yang besar untuk masa depan, terutama terkait keberlanjutan hidupnya dan kebahagiaan anak-anak. Harapan ini mencerminkan tekad partisipan untuk tetap sehat dan menjalani kehidupan yang panjang. Cita-cita untuk anak-anak menjadi motivasi utama bagi partisipan untuk menghadapi tantangan kesehatannya. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan memiliki orientasi ke depan yang kuat, meskipun sedang menghadapi kondisi kesehatan yang serius.

“Bunda masih banyak cita-cita untuk masa depan terutama untuk anak-anak dan masa depan bunda juga. Masih pengen sehat lagi, masih pengen panjang umurnya.”

Tema 7 dukungan sosial dan keluarga

Partisipan mengapresiasi dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosialnya, termasuk teman kerja, perusahaan, tetangga, saudara, anak-anak, dan suami. Dukungan ini dirasakan oleh partisipan sebagai sumber kekuatan emosional yang mampu meningkatkan semangatnya, meskipun kondisi fisiknya lemah. Dukungan dari berbagai pihak memberikan dampak positif terhadap keadaan psikologis partisipan, seperti rasa bahagia dan motivasi untuk tetap semangat. Dukungan dari keluarga inti, teman kerja, dan komunitas sekitar menjadi pilar utama bagi partisipan untuk tetap berjuang.

“Semua usaha dukungan dari temen kerja bunda, dari perusahaan, tetangga, sodara, anak anak dan suami yang sudah mencurahkan rasa semangatnya buat bunda walaupun bunda fisiknya lemah tapi di hati bunda senang dan semangat selalu”

Tema 8 harapan sembuh dari Tuhan

Harapan sembuh dari Tuhan memberikan ketenangan dan kekuatan mental bagi partisipan dalam proses pengobatan. Spiritualitas berperan sebagai mekanisme koping yang penting, membantu partisipan mempertahankan harapan dan optimisme. Ia percaya bahwa pengobatan seperti kemoterapi adalah bentuk ikhtiar, sementara kesembuhan sepenuhnya adalah anugerah dari Tuhan. Partisipan memiliki keyakinan tinggi bahwa kanker payudara dapat disembuhkan, dan hal ini menjadi sumber harapannya. Ia tidak pernah putus asa dan terus memotivasi dirinya untuk tetap semangat.

“Banyak yang sembuh dengan pengobatan kemoterapi jadi dari kemoterapi ini kita khtiar dan jangan lupa berdoa sama Allah. Banyak yang terbukti kanker payudara

bisa sembuh dan sehat kembali, itu harapan bunda. Bunda ga pernah putus asa harus semangat”

Tema 9 peran dukungan sosial

Partisipan mengungkapkan pentingnya dukungan sosial dari keluarga, teman, dan anak-anak dalam menghadapi tantangan yang dihadapi. Dukungan tersebut memberikan kekuatan emosional dan menjadi sumber motivasi bagi partisipan. Pengalaman mendapatkan perhatian dan semangat dari orang-orang terdekat menciptakan rasa dicintai dan diperhatikan, yang membantu partisipan merasa lebih optimis dalam menjalani proses pemulihan. Dukungan ini tidak hanya memberikan motivasi tetapi juga membantu meningkatkan kesejahteraan mental.

”Sangat penting banget, dari keluarga, dari teman, dari anak-anak. Namun alhamdulillah semuanya mendukung bunda, ngasih semangat bunda. Selama ini banyak yang sayang dan ngasih semangat.”

Tema 10 kehilangan makna hidup

Partisipan mengungkapkan perasaan kehilangan makna hidup ketika merasa tidak diperhatikan oleh orang-orang di sekitarnya. Ketika tidak ada yang menanyakan kondisi kesehatannya, partisipan merasa kesepian, tidak berarti, dan kehilangan tujuan hidup. Hal ini menunjukkan bahwa rasa keterhubungan dengan orang lain menjadi faktor penting dalam memberikan makna hidup bagi partisipan. Ketika keterhubungan tersebut hilang, partisipan merasa tidak memiliki hal yang layak untuk diperjuangkan.

”Bunda ngerasa kalo ga ada yang nanyain keadaannya bunda ngerasa sendiri ngerasa hidupnya udh ga ada artinya lagi, apalagi yang harus aku perjuangkan ga ada yang berguna.”

Tema 11 bangkit demi anak-anak

Meskipun merasa sedih setelah menjalani kemoterapi, ia merasa perlu untuk bangkit demi anak-anaknya. Anak-anak menjadi motivasi utama partisipan untuk terus berjuang dan menghadapi tantangan emosional maupun fisik. Dalam menghadapi kesedihan, partisipan menggunakan strategi koping berupa berdiam diri, istirahat, dan berdoa, khususnya dengan memperbanyak istighfar, yang memberikan ketenangan spiritual.

”Bunda ngerasain sedih kalo pasca kemo. Tapi bunda harus bangkit lagi karena mau sembuh demi anak-anak. Biasanya bunda mengatasinya ya berdiam diri aja tiduran kalo lagi sedih, banyak istighfar.”

Tema 12 penerimaan terhadap citra diri baru

Penerimaan terhadap citra diri baru memberikan dasar emosional yang kuat bagi partisipan untuk menjalani proses pengobatan dan pemulihan. Ia tidak merasa malu dengan kondisi tubuhnya dan lebih berfokus pada upaya spiritual dengan berdoa agar penyakit yang dideritanya diangkat oleh Tuhan. Hal ini mencerminkan penerimaan emosional dan keberanian dalam menghadapi perubahan fisik yang terjadi.

”Ga pernah ngerasa malu. Bunda hanya bisa berdoa sama Allah supaya diangkat semua penyakitnya, bunda disembuhkan

Tema 13 peran spiritualitas

Spiritualitas memberikan kekuatan psikologis dan emosional bagi partisipan dalam menghadapi tantangan medis. Partisipan mengungkapkan bahwa spiritualitas memainkan peran penting dalam menghadapi penyakit yang dialaminya. Ia merasa ikhlas dan ridho menerima ujian yang diberikan oleh Tuhan, serta berdoa agar semua proses yang dijalani dapat segera berlalu, sehingga ia bisa kembali beraktivitas seperti semula. Spiritualitas menjadi sumber utama ketenangan emosional dan motivasi partisipan.

"Bunda juga menerima Allah kasih ujian seberat ini, ikhlas dan ridho. Semoga semua cepat berlalu bunda bisa beraktivitas kembali"

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan perjalanan emosional dan psikologis yang kompleks pada individu yang menghadapi diagnosis kanker payudara stadium lanjut. Proses penerimaan diri, yang dimulai dengan perasaan terkejut dan stres, menjadi langkah awal yang signifikan dalam menghadapi perubahan besar dalam kehidupan. Reaksi awal seperti rasa "kaget" dan "shock" menegaskan bahwa diagnosis kanker seringkali mengubah keseimbangan emosional seseorang secara tiba-tiba (Krumwiede & Krumwiede, 2012). Faktor-faktor seperti dukungan sosial dari pasangan turut berperan penting dalam mengurangi kejutan emosional tersebut, yang sejalan dengan temuan bahwa dukungan sosial dapat membantu individu merasa lebih termotivasi untuk menerima kondisi kesehatan mereka (Ferrell et al., 2018).

Proses peningkatan kesadaran diri melalui pengalaman pribadi dan interaksi sosial menjadi mekanisme adaptasi yang penting. Keputusan partisipan untuk memeriksakan diri setelah berdiskusi dengan teman yang memiliki pengalaman serupa menekankan pentingnya validasi sosial dalam menghadapi situasi yang sulit. Berbagi pengalaman dengan individu yang memiliki latar belakang serupa dapat meningkatkan kemampuan coping pasien kanker (Kvillemo & Bränström, 2014). Kesadaran ini mendorong partisipan untuk mengambil tindakan proaktif terhadap kesehatannya, seperti melakukan operasi dan melanjutkan pengobatan lebih lanjut.

Ketakutan terhadap tindakan medis, terutama operasi dan kemoterapi, menjadi hambatan psikologis yang sering dialami pasien kanker. Meskipun demikian, dukungan keluarga terbukti memainkan peran penting dalam membantu pasien mengatasi hambatan ini dan mengambil keputusan yang sulit (Wang et al., 2019). Partisipan menunjukkan proses adaptasi emosional yang signifikan setelah menerima dukungan dari keluarga besar. Hal ini menggarisbawahi pentingnya lingkungan sosial dalam membantu individu menghadapi ketakutan mereka terhadap prosedur medis yang intensif.

Selain itu, peran spiritualitas menjadi elemen kunci dalam memberikan ketenangan emosional dan motivasi bagi partisipan. Keyakinan bahwa kesembuhan adalah anugerah dari Tuhan mendorong partisipan untuk tidak menyerah dan terus berikhtiar. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa spiritualitas sering kali menjadi sumber coping yang kuat bagi pasien kanker, membantu mereka mengatasi kecemasan dan ketidakpastian (Peteet & Balboni, 2013). Dalam penelitian ini, partisipan juga menekankan pentingnya doa dan ikhlas menerima kondisi sebagai bagian dari proses penyembuhan.

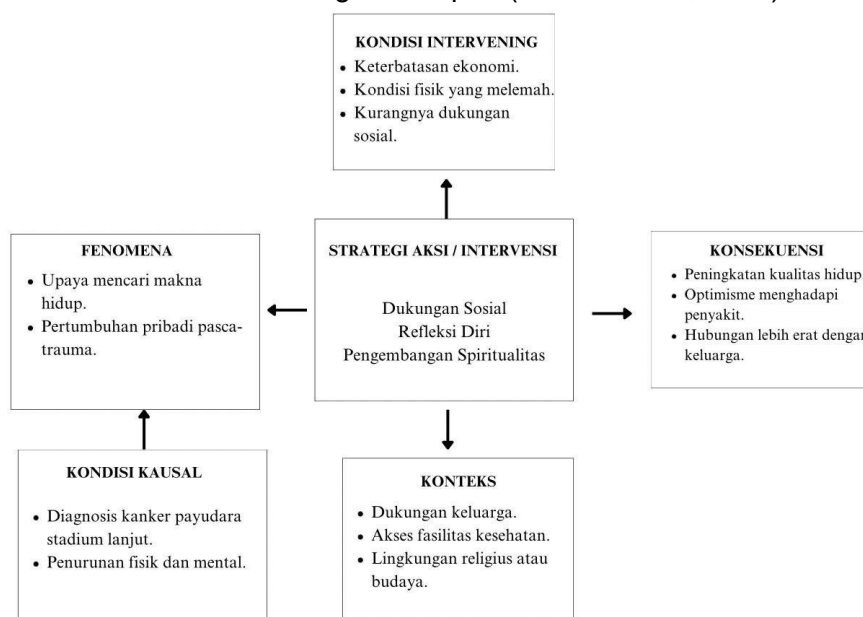
Partisipan berhasil menemukan kembali makna hidupnya dengan berfokus pada kesehatan, harapan, dan anak-anak sebagai motivasi utama. Temuan ini selaras dengan pandangan Viktor Frankl (2006) tentang pentingnya menemukan makna dalam situasi sulit untuk mendukung pemulihan psikologis. Dalam proses ini, partisipan menunjukkan bahwa rasa cinta dan tanggung jawab terhadap keluarga menjadi pendorong utama untuk terus berjuang. Selain itu, penerimaan terhadap citra diri baru dan perubahan fisik yang dialami

menunjukkan tingkat adaptasi yang tinggi, yang memberikan dasar emosional yang kuat untuk menjalani pengobatan. Dukungan sosial dan spiritualitas menjadi fondasi utama dalam proses ini, memungkinkan partisipasi untuk mengatasi perasaan kehilangan makna hidup dan kembali berjuang demi masa depan yang lebih baik (Peteet & Balboni, 2013).

Siklus Meaning Of Life

Kondisi Kausal

Pasien kanker payudara stadium lanjut sering kali mengalami berbagai tekanan, baik fisik maupun emosional. Diagnosis kanker bukan hanya menyerang tubuh secara biologis, tetapi juga memicu rasa kehilangan, ketakutan, dan kecemasan yang mendalam (American Cancer Society, 2020). Hal ini dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan rasa kehilangan harapan (Holland et al., 2019).



Fenomena

Fenomena yang terjadi pada pasien kanker adalah pencarian meaning of life sebagai upaya untuk menemukan makna dan tujuan di tengah kondisi sulit. Frankl (1984) melalui konsep logotherapy menyatakan bahwa manusia dapat menemukan makna hidup meskipun berada dalam penderitaan. Dalam konteks ini, pasien sering kali berusaha menerima kenyataan dan mencari tujuan hidup baru melalui refleksi mendalam, spiritualitas, atau hubungan sosial (Haugan et al., 2021). Fenomena ini juga sering dikaitkan dengan pertumbuhan pribadi pasca-trauma atau post-traumatic growth (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Strategi Aksi/Intervensi

Pasien menggunakan berbagai strategi untuk menghadapi kondisi mereka, seperti:

- Spiritualitas, Memperkuat hubungan dengan Tuhan melalui doa, ibadah, atau praktik keagamaan (Koenig, 2018).
- Dukungan Sosial, Mendapatkan dukungan dari keluarga, teman, atau komunitas yang memberikan rasa aman dan mengurangi rasa kesepian (Taylor, 2021).
- Terapi Psikologis, Konseling, mindfulness, atau terapi perilaku kognitif membantu pasien mengelola stres dan menerima kondisi mereka (Levine et al., 2019).

Konteks

Konteks merujuk pada faktor-faktor eksternal yang memengaruhi proses pencarian makna hidup. Dukungan keluarga, akses ke fasilitas kesehatan, dan nilai-nilai budaya atau agama memainkan peran penting dalam mendukung pasien. Lingkungan yang suportif dapat meningkatkan kemampuan pasien dalam menjalani strategi yang mereka pilih (Chochinov et al., 2012).

Kondisi Intervening

Namun, tidak semua pasien memiliki akses ke dukungan yang memadai. Keterbatasan finansial, rasa sakit fisik yang melemahkan, atau kurangnya dukungan sosial sering kali menjadi hambatan utama dalam perjalanan pencarian makna hidup mereka (Spiegel et al., 2020). Hambatan ini dapat memperburuk kondisi psikologis pasien jika tidak diatasi.

Konsekuensi

Pada akhirnya, upaya pencarian makna hidup ini dapat menghasilkan konsekuensi yang beragam. Pasien yang berhasil menemukan makna hidup sering melaporkan peningkatan kualitas hidup, optimisme, hubungan yang lebih erat dengan keluarga, dan perkembangan spiritual (Park, 2010). Sebaliknya, jika hambatan lebih dominan, pasien mungkin mengalami rasa frustrasi atau putus asa yang lebih dalam.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pencarian makna hidup pada pasien kanker payudara stadium lanjut merupakan proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Makna hidup terbukti berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup pasien di tengah penderitaan. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan peserta yang lebih beragam serta menggunakan metode tambahan untuk memperkaya data. Selain itu, dukungan sosial, spiritual, dan program seperti psikologi positif atau mindfulness dapat dikembangkan untuk membantu pasien meningkatkan penerimaan diri dan semangat hidup.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Syafruddin Faisal Thohar, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, serta kepada partisipan penelitian yang telah bersedia memberikan waktu dan berbagi pengalaman sehingga artikel ini dapat terselesaikan dengan baik.

KEPUSTAKAAN

- Marfianti, E. (2021). Peningkatan Pengetahuan Kanker Payudara dan Ketrampilan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di Semutan Jatimulyo Dlingo. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 3(1), 25–31. <https://doi.org/10.20885/jamali.vol3.iss1.ar.t4>
- Herawati, A., Rijal, S., Arsal, A. S. F., Purnamasari, R., & Abdi, D. A. (2021). Karakteristik Kanker Payudara. *FAKUMI MEDICAL JOURNAL: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 1(1), 44–53. <https://doi.org/10.33096/fmj.v1i1.8>

- Pratiwi, S. R., Widiyanti, E., & Solehati, T. (2017). Gambaran Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Pasien Kanker Payudara dalam Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(2), 167. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9422>
- Willi, P. (2014). Hubungan Berfikir Positif Dengan Makna Hidup Pada Pasien Penyakit Kanker di Rumah Sakit Pringadi Medan. <http://repository.uma.ac.id/handle/1234567>
- Pratiwi, S. R., Widiyanti, E., & Solehati, T. (2017). Gambaran Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Pasien Kanker Payudara dalam Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(2), 167. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9422>
- Willi, P. (2014). Hubungan Berfikir Positif Dengan Makna Hidup Pada Pasien Penyakit Kanker di Rumah Sakit Pringadi Medan. <http://repository.uma.ac.id/handle/1234567> 89/430
- Pratiwi, S. R., Widiyanti, E., & Solehati, T. (2017). Gambaran Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Pasien Kanker Payudara dalam Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(2), 167. <https://doi.org/10.17509/jpki.v3i2.9422>
- Nabilah, I. F., Safaria, T., & Urbayatun, S. (2022). Penderitaan, Penerimaan Diri dan Penemuan Makna Hidup pada Wanita Pengidap Kanker Payudara setelah Mastektomi. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(2), 191–201. <https://doi.org/10.30872/psikostudia>
- Ausrianti, R., & Rifka, P. A. (2023). Gambaran Makna Hidup Pasien CA Mammæ Yang Menjalani Kemoterapi Dan Mengalami Harga Diri Rendah. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 11(1), 53–60.
- Merlin, N. M., Toba, Y., Pandie, F. R., & Vanchapo, A. R. (2021). Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Pasien Kanker Payudara Correlation between Self-concept with Self-acceptance in Breast Cancer Patient. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 273–279. <https://doi.org/10.26630/jk.v12i2>
- Nabilah, I. F., Safaria, T., & Urbayatun, S. (2022). Penderitaan, Penerimaan Diri dan Penemuan Makna Hidup pada Wanita Pengidap Kanker Payudara setelah Mastektomi. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(2), 191–201. <https://doi.org/10.30872/psikostudia>
- Ausrianti, R., & Rifka, P. A. (2023). Gambaran Makna Hidup Pasien CA Mammæ Yang Menjalani Kemoterapi Dan Mengalami Harga Diri Rendah. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 11(1), 53–60.
- Merlin, N. M., Toba, Y., Pandie, F. R., & Vanchapo, A. R. (2021). Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Pasien Kanker Payudara Correlation between Self-concept with Self-acceptance in Breast Cancer Patient. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 273–279. <https://doi.org/10.26630/jk.v12i2>