

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan hal penting bagi setiap orang dalam melakukan aktivitas sehari-hari, tetapi tidak dapat dipungkiri bahwa semakin banyak masyarakat menderita penyakit kronis. Menurut Taylor (dalam Saputri & Valentina, 2018) menyatakan penyakit kronis merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan melainkan hanya diberikan penanganan kesehatan. Salah satu penyakit kronis yang menjadi penyebab utama adalah kanker. Guntari dan Suariyani (2016) mengungkapkan bahwa kanker merupakan salah satu penyakit tidak menular yang saat ini masih menjadi masalah kesehatan masyarakat serius di dunia. Kanker yang sering dijumpai pada wanita adalah kanker payudara.

Kanker payudara adalah penyakit yang sangat ditakuti terutama wanita. Wanita yang divonis mengidap penyakit kanker payudara, apapun alasannya tetap harus menjalankan perannya, baik dalam keluarga, pekerjaan maupun kehidupan sehari-hari. Kondisi apapun yang dialaminya, wanita harus tetap dapat memotivasi diri, menerima penyakit yang diderita (Ulfah et al., 2018). Kanker payudara adalah momok menakutkan yang mengintai para wanita. Payudara merupakan salah satu organ yang menjadi identitas kesempurnaan seorang wanita. Jika organ tersebut terserang kanker maka kesempurnaan seorang wanita menjadi berkurang (Lisani & Susandari, 2017). Menurut Hawari (dalam Ulfah et al., 2018) payudara adalah salah satu dari ciri-ciri seks sekunder yang mempunyai arti penting bagi wanita, tidak hanya sebagai salah satu identitas bahwa ia seorang

wanita melainkan mempunyai nilai tersendiri baik dari segi biologis, psikologis, psikoseksual maupun psikososial.

Kanker payudara merupakan penyakit kanker dengan prevalensi tertinggi kedua di Indonesia yaitu 0,5 % setelah kanker serviks (0,8 %). Merujuk data yang dipaparkan Kemenkes per 31 Januari 2019, terdapat 42,1 kejadian kanker payudara per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 17 per 100.000 penduduk (Fathma, 2020). Setiap 2 dari 10.000 perempuan di dunia diperkirakan akan mengalami kanker payudara setiap tahunnya. Kanker payudara merupakan salah satu penyebab utama kematian yang diakibatkan oleh kanker pada perempuan di seluruh dunia (Departemen Kesehatan RI, 2009). Berdasarkan Data Riset Riskesdas (2018) di provinsi Kalimantan Selatan terdapat 23.915 orang yang mengidap kanker. Kanker merupakan penyakit kronis karena efek lanjut yang ditimbulkannya. Kanker membuat pasien mengalami perubahan dalam kondisi fisik maupun psikologis (Irawan et al., 2017).

Kanker payudara merupakan penyakit yang dapat memengaruhi setiap aspek kehidupan manusia dan dapat menimbulkan masalah-masalah baik secara psikis maupun psikologis. Secara fisik, pasien akan merasakan banyak gangguan fisik seperti mual, muntah, kerontokan yang parah, dan gangguan fisik lainnya. Secara psikologis, pasien akan merasa kaget, sedih, cemas, bahkan hingga depresi. Tidak sedikit individu yang beranggapan bahwa diagnosis kanker payudara merupakan sebuah kalimat yang mematikan, meskipun pada kenyataannya tidak selalu seperti itu (Sherly & Yunita, 2021). Agar dapat mempertahankan kehidupannya individu harus merespon positif terhadap perubahan pada dirinya secara fisik dan psikologis

(Lestari et al., 2020). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Maulida dan Hartini (2012) yang mendapatkan bahwa wanita yang didiagnosis kanker payudara memunculkan beragam reaksi. Reaksi awal umumnya bersifat negatif. Namun, emosi negatif tersebut dapat berubah menjadi emosi positif.

Menurut (Zumitri, 2018) berpikiran positif juga dapat membuat individu mampu mengolah kekurangan dalam diri, karena individu yang berpikiran positif adalah individu yang selalu berusaha untuk menjadi lebih baik dan individu yang berpikiran positif adalah individu yang selalu bersyukur atas apa yang Allah berikan kepadanya dan memanfaatkannya untuk hal-hal yang positif. Menurut Chintya (dalam Utami, 2019) kebersyukuran merupakan salah satu bentuk dari ekspresi kebahagiaan yang erat kaitannya dengan kesejahteraan. Kebersyukuran pada individu tidak hanya reaksi ketika mendapatkan hal-hal baik dan menyenangkan maupun yang diinginkan, namun bersyukur setiap saat dan mampu menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, yang mana individu juga akan mampu menghargai setiap apa yang didapatkan di dalam kehidupan.

Menurut Prabowo (2017) menjelaskan bahwa syukur memiliki dua tingkat, yaitu *state* (keadaan) dan *trait* (sifat). Sebagai sebuah keadaan, *gratitude* berarti perasaan subjektif berupa kekaguman, berterimakasih dan menghargai segala sesuatu yang diterima. Sedangkan sebagai sifat, *gratitude* diartikan sebagai kecenderungan seseorang untuk merasakan *gratitude* dalam hidupnya, meskipun kecenderungan untuk merasakan *gratitude* itu tidak selalu muncul namun seseorang yang memiliki kecenderungan ini akan lebih sering berterimakasih dalam situasi-situasi tertentu.

Menurut Emmons dan McCullough (2004) mendefinisikan syukur sebagai kualitas atau kondisi bersyukur, apresiasi dari kecenderungan untuk membalas kebaikan. Kata syukur berasal dari bahasa latin *gratia* yang berarti nikmat, dan *gratus* yang berarti menyenangkan. Semua turunan dari akar bahasa latin ini “berkaitan dengan kebaikan, kemurahan hati, pemberian, keindahan memberi dan menerima, atau mendapatkan sesuatu dengan cuma-cuma. McCullough et al., (2002) mengungkapkan terdapat empat aspek dalam syukur, yaitu intensitas (*intensity*), frekuensi (*frequency*), rentang (*span*), dan kerapatan (*density*).

Menurut McCullough et al., (2002) mengungkapkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kebersyukuran. Pertama *emotionality* yaitu suatu kecenderungan dimana seseorang merasa emosional dan menilai kepuasan hidupnya. Kedua *prosociality* yaitu kecenderungan seseorang untuk diterima dilingkungan sosial. Ketiga *religiousness* yaitu sesuatu yang berkaitan dengan nilai-nilai transendental keagamaan dan keimanan seseorang. Penelitian yang dilakukan Sztachariska et al., (2019) ditemukan bahwa intervensi kebersyukuran dapat meningkatkan fungsi dalam keseharian pasien kanker payudara. Pasien yang menuliskan alasan kenapa mereka harus bersyukur setiap hari menunjukkan peningkatan fungsi dalam kesehariannya. Menurut Emmons (2007) dalam penelitian lain menyimpulkan, berlatih bersyukur dapat meningkatkan tingkat kebahagiaan sekitar 25%. Hal ini penting, mengingat ada beban tertentu yang terasa alami untuk tubuh seseorang dan berusaha untuk dipertahankan untuk mencapai kebahagiaan. Praktek bersyukur akan meningkatkan tingkat

kebahagiaan, sehingga seseorang dapat tetap pada tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi terlepas dari apapun keadaan di luar individu tersebut.

Carver (2005) mengungkapkan bahwa individu mempunyai kemampuan yang berbeda dalam mengatasi beban emosional. Kemampuan individu terkait dengan bagaimana individu mengatasi suatu permasalahan biasanya disebut dengan resiliensi. Resiliensi erat kaitannya dengan kondisi individu secara keseluruhan, resiliensi menjadi hal yang penting bagi individu dengan kanker payudara. Resiliensi pada individu dengan kanker payudara merupakan hal yang penting untuk individu beradaptasi dengan kondisi sakitnya (Saputri & Valentina, 2018). Menurut Desmita (2009) resiliensi adalah kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkan menghadapi, mencegah, meminimalkan, dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, atau bahkan mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi.

Menurut Reivich dan Shatte (2002), faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya resiliensi yaitu sebagai berikut: *emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy*, dan *reaching out*. Pada dasarnya setiap individu memiliki semua faktor resiliensi diatas, namun yang membedakan satu individu dengan yang lainnya adalah bagaimana individu tersebut mempergunakan dan memaksimalkan faktor-faktor dalam dirinya sehingga menjadi sebuah kemampuan yang membantu individu untuk bertahan menghadapi kesulitan atau krisis yang dialami, serta mencegah hal-hal yang

dapat memicu stres dalam masa pemulihan dan dapat memberikan kemampuan untuk bangkit lebih baik dari keadaan sebelumnya. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Alizadeh (dalam Dwitya & Priyambodo, 2020) pada wanita penderita kanker payudara mendapat hasil bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara *self-compassion* dan resiliensi. Wanita yang berusaha bersikap baik pada dirinya sendiri, mencegah untuk menghakimi diri dan lebih berbelas kasih diri, memiliki tingkat resiliensi yang tinggi.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Oktober 2021 di rumah singgah CISC (*Cancer Impormation & Support Center*) Kalimantan Selatan, dengan wawancara kepada dua pasien yang memiliki jenis kanker payudara yang telah melakukan operasi pengangkatan payudara (masektomi). Pasien 1 saat pertama kali didiagnosa menderita penyakit kanker payudara, pasien merasa kaget, mengurung diri dikamar dan tidak ingin makan. Keluarga selalu memberikan semangat dan *support* untuk pasien sehingga pasien merasa kuat, pasien perlahan bangkit dan mulai menerima keadaannya. Pasien lebih berserah diri dan mendekatkan pada Tuhan, pasien berpikir bahwa penyakit yang diderita pasien adalah penebus dosa pasien, dan pasien percaya akan ada hal baik yang Tuhan rencanakan dibalik penyakitnya. Pasien bersyukur karena masih memiliki orang-orang yang menyayangi pasien, memberikan semangat dan *support*.

Pasien 2 saat didiagnosis menderita penyakit kanker payudara stadium 2 dan telah lanjut stadium 3 membuat pasien menangis, takut, dan cemas hingga putus asa. Namun, pasien selalu mendapatkan dukungan yang baik dari keluarga dan juga teman terdekat pasien. Hal tersebut membuat pasien bangkit dari

keterpurukannya dan mulai menerima keadaannya. Perlahan pasrah dan berserah diri kepada Tuhan, pasien telah menerima keadaan yang dihadapinya. Pasien mengekspresikan rasa syukurnya dengan selalu beristighfar setiap harinya, pasien juga merasa bersyukur karena mendapatkan *support* dan semangat yang baik dari suami dan anak-anaknya serta lingkungannya. Bentuk rasa syukur pada pasien kanker payudara adalah pasien merasa masih diberikan kenikmatan untuk makan dan tidak memiliki gangguan tidur.

Berdasarkan pemaparan permasalahan di atas, maka peneliti ingin meneliti hubungan resiliensi dengan kebersyukuran pada pasien kanker, khususnya kanker payudara.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara resiliensi dengan kebersyukuran pada pasien kanker payudara ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan kebersyukuran pada pasien kanker payudara.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, yaitu memberikan informasi untuk pengembangan ilmu psikologis, khususnya psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, yaitu :

a. Pada Peneliti Selanjutnya

Memberikan data empiris dari resiliensi dan kebersyukuran pada pasien kanker sehingga penelitian ini diharapkan untuk dapat dijadikan acuan untuk penelitian selanjutnya.

b. Pada Pasien Kanker

Memberikan informasi bagi pasien kanker mengenai resiliensi dan kebersyukuran pada pasien kanker payudara.

c. Pada Yayasan Kanker CISC Kalimantan Selatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para relawan ataupun para komunitas yang bergabung di CISC Kalimantan Selatan untuk lebih memperhatikan keadaan pasien kanker.