

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Penerimaan diri**

Edi Harapan (2019) berpendapat bahwa penerimaan diri adalah menghargai diri sendiri atau orang lain dengan tidak meragukan diri sendiri. Penerimaan diri berkaitan dengan tiga hal, yaitu kesediaan untuk membuka atau mengungkapkan pikiran, perasaan dan reaksi yang berbeda terhadap orang lain, kesejahteraan psikologis dan penerimaan terhadap orang lain. Bernard (2013) adalah kemampuan seseorang untuk dapat menerima keadaan dirinya sendiri dalam kondisi apapun. Berdasarkan pendapat Bernard dijelaskan bahwa penerimaan diri itu adalah Penerimaan diri secara penuh terhadap segala sesuatunya tanpa adanya syarat tertentu dan sesuai dengan karakteristik diri, , adapun karakteristik diri adalah hal yang sangat penting dimiliki oleh setiap individu terlebih lagi pada fase remaja karena disinilah mereka mulai membentuk kepribadian dan konsep diri, sehingga kedepannya mereka dapat menghadapi perubahan yang terjadi dan mengembangkan diri kearah positif. Bernard (2013) mengatakan bahwa Penerimaan diri yaitu memahami kemampuan diri baik dari segi kekuatan dan kualitas diri kalau tidak terdapat manusia yang sempurna dan serta tiap orang mempunyai karakteristik tertentu yang membedakan satu dengan yang lain.

Hurlock (2006), Orang yang sanggup menerima dirinya dengan seluruh ciri yang terdapat, tidak menjadikan beban terhadap diri sendiri sehingga memiliki peluang buat buat dapat menyesuaikan diri dengan area dekat merupakan karakteristik penerimaan diri bersumber pada kemauan serta tingkatan kemampuannya. Germer( 2009), penerimaan diri merupakan Seorang yang mempunyai pemikiran yang baik terhadap diri sendiri karena hal ini harus dikembangkan sendiri dan tidak dapat muncul begitu saja dengan sendirinya.

Seseorang yang menderita penyakit berat seperti kanker biasanya mempunyai penerimaan diri yang buruk.

Masalah penerimaan diri pada pasien yang terkena kanker menjadi keluhan yang utama. Penerimaan diri menjadi prinsip penting dalam memahami kemajuan Kesehatan emosi tanpa terkecuali bagi laki-laki ataupun Perempuan, dimana individu tersebut bisa menerima segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki (Margando, 2014). Faktor seperti harapan-harapan yang nyata, kemungkinan keberhasilan, identifikasi, pemahaman diri, ada atau tidaknya stress, serta prinsip diri yang tidak berubah-ubah akan membuat seorang individu mampu menerima diri sendiri (Hurlock, 2006). Individu dapat menerima dirinya bila mengetahui kelebihan dan bisa memanfaatkan kelebihan tersebut. Pasien penderita kanker serviks yang dapat menerima dirinya dengan baik akan memahami dan menerima diri dengan apa adanya disertai keinginan untuk mengembangkan diri dengan menjalani hidup dengan penuh tanggung jawab (Paramita & Margaretha, 2013).

Berdasarkan Cunningham (2005), terdapat sebuah kunci dalam pengobatan seseorang yang sedang mengalami sakit yaitu penerimaan diri. Penerimaan diri bukanlah diartikan sebagai pasrah terhadap kondisi sakit, tetapi ditunjukkan dengan menerima kondisi diri diiringi usaha guna sembuh. Bila pengidap sudah menerima penyakit serta kondisi dirinya, menunjukkan pengidap menampilkan kalau masa penolakannya sudah berakhir serta realitas dari diagnosa dokter bisa diterima dengan rela. Hal ini lebih lanjut dijelaskan sebagai bentuk tanggung jawab penderita dalam melanjutkan hidup secara berdampingan dengan penyakit dan seluruh kasus beserta rasa tidak nyaman yang dialaminya. Maka dari itu perilaku dan benak yang positif dari para penderita ini sangat diperlukan. Benak positif merupakan suatu benar yang membuat penderita menyangka penyakitnya bukanlah suatu kutukan, namun pemberian Sang Pencipta sebagai perwujudan rasa sayang untuknya. (Mukti & Dewi, 2013).

Efektifitas dan penerimaan diri berperan penting dalam mengoptimalkan kemampuan pasien untuk menyesuaikan dan menegakan derajat hidup yang maksimum setelah divonis penyakit kanker. Pasien kanker memperlihatkan penurunan kualitas hidup yang tampak, Setelah pengobatan dan perawatan medis yang dijalani pasien pada bagian tubuh, namun derajat hidup dari segi psikologis masih rendah (Chen *et al*, 2019). Hal ini menyatakan bahwa diperlukan perhatian lebih untuk menaikkan derajat hidup pasien melalui sudut pandang secara psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa pasien dengan komplikasi dan penyakit bawaan yang mempunyai penerimaan diri yang rendah dan beban penyakit yang tinggi menampakkan derajat hidup yang rendah. Pemahaman diri pada pasien dengan penyakit bawaan dapat membantu tenaga Kesehatan untuk lebih memahami pasien yang membutuhkan lebih banyak dukungan terhadap penerimaan diri (Van Mierlo *et al.*, 2018).

Penelitian terkait juga pernah dilakukan oleh Kelana Kusuma dharma dengan judul “*Religious spiritual and psycosocial coping training (Rs-pct)* Meningkatkan penerimaan diri dan efikasi diri pada pasien paska stroke” didapatkan bahwa *Religious spiritual psychosocial training (Rs-pct)* mampu menaikkan *efikasi* diri pasca stroke. Menunjukkan keyakinan individu akan kemampuan diri sendiri untuk bisa melaksanakan suatu perintah. Bisa dikatakan juga bahwa lebih mengarah kepada kemampuan individu untuk berubah melewati pengaruh dari dalam dirinya, mencakup penetapan arah tujuan hidup, sebab akibat, mengatasi kesulitan, dan menilai diri (Picha Howell, 2018).

### 2.1.1 Aspek penerimaan diri

Sheerer (1949; Zunitri. U. O, 2018) menyebutkan sebagian aspek penerimaan diri antara lain:

#### 2.1.1.1 Percaya kemampuan.

Rasa optimis akan muncul pada setiap diri individu, menumbuhkan kepercayaan terhadap kemampuan diri yang

baik sehingga sanggup menghadapi masalah atau keadaan yang sedang terjadi.

2.1.1.2 Bertanggung jawab.

Segala perbuatan dan tindakan akan berdampak pada orang yang telah melakukannya. Seseorang akan bisa menerima dirinya dengan baik akan mampu menerima beban atas segala perbuatannya.

2.1.1.3 Memiliki pendirian.

Seseorang yang mempunyai prinsip hidup yang telah ditetapkan oleh dirinya dan mampu menerima keadaannya serta bisa melewati hidup sesuai pada aturan yang dibuat tanpa membandingkan dengan standar hidup orang lain.

2.1.1.4 Menerima diri.

Individu akan bisa menemukan dirinya secara benar dan perduli pada kelebihan dan kekurangan diri masing-masing orang akan berbeda tanpa harus membandingkan keadaannya.

2.1.1.5 Tidak malu dan sadar diri.

Rasa malu untuk berinteraksi dengan lingkungan tidak akan dialami oleh seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik, selain itu orang ini akan mampu menunjukkan perasaannya kepada orang lain

2.1.1.6 Menyadari keterbatasan.

Mampu mengoptimalkan kelebihan yang ada pada dirinya, menerima dan menyadari segala keterbatasannya, tidak menyesali kekurangan yang ada dan tidak membandingkan hidup dengan orang lain

2.1.1.7 Tidak berusaha mengingkari terhadap sifat-sifat kemanusiaan (perasaan, kemauan, kekurangan, kelebihan, dan kemampuan dirinya).

Kemudian pada akhirnya aspek-aspek penerimaan diri oleh Sheerer dimodifikasi hingga tersisa sembilan oleh Berger (1952), antara lain:

- 2.1.1.1 Individu yang sangat bergantung pada nilai-nilai dan standar yang ada didalam diri, daripada tekanan luar sebagai panduan untuk perilakunya
- 2.1.1.2 Memiliki keyakinan dalam kemampuannya untuk menghadapi kehidupan.
- 2.1.1.3 Bertanggung jawab dan memperoleh sebab akibat dari perilakunya sendiri.
- 2.1.1.4 Mendapat sanjungan dan komentar dari orang lain secara bijaksana.
- 2.1.1.5 Individu tidak berupaya buat menyangkal ataupun mengganti keberadaan perasaan, keterbatasan, keahlian, ataupun mutu baik yang dilihat dari dalam dirinya sendiri, melainkan menerima seluruhnya tanpa kecaman.
- 2.1.1.6 Menganggap dirinya selaku orang yang berharga dalam bidang yang sama dengan orang lain.
- 2.1.1.7 Tidak mengharapkan orang lain hendak menolak dirinya dengan berikan alibi ataupun tidak.
- 2.1.1.8 Tidak menyangka dirinya betul- betul berbeda dari yang lain ataupun biasanya tidak wajar dalam tindakannya.
- 2.1.1.9 Tidak pemalu atau rendah diri.

Dalam riset ini buat mengukur penerimaan diri lanjut usia, periset memakai aspek penerimaan diri yang sudah dimodifikasi oleh Berger (1952) yang terdiri dari 9 aspek.

## 2.1.2 Komponen Penerimaan Diri

Bastaman (2007; Satyaningtyas, R., & Abdullah, 2018), terdapat beberapa komponen yang menentukan keberhasilan seseorang dalam penerimaan diri, antara lain:

- 2.1.2.1 Pemahaman diri (*Self Insight*). Yaitu timbulnya kesadaran dan kemauan tinggi terhadap perubahan diri ke arah situasi positif.

- 2.1.2.2 Makna hidup (*the meaning of life*). Unsur-unsur luar biasa dan bernilai untuk kehidupan individu dan bertujuan untuk harus dilaksanakan segala sesuatunya.
- 2.1.2.3 Perubahan sikap (*changing attitude*). Membuat pola pikir pada awalnya buruk menjadi baik untuk bisa bersikap bijaksana disaat menghadapi suatu masalah.
- 2.1.2.4 Komitmen diri (*self commitment*). Adalah hidup yang lebih bermakna serta mendalam dapat dibawa oleh bentuk komitmen yang kuat. Komitmen diri merupakan komitmen individu atas makna hidup yang telah ditetapkan.
- 2.1.2.5 Kegiatan terencana (*directed activities*). Sesuatu aktivitas berbentuk pengembangan kemampuan individu yang positif dan pemanfaatan kedekatan antar individu buat menggapai tujuan hidup yang dicoba secara sadar serta disengaja.
- 2.1.2.6 Dukungan sosial (*social support*). Adanya keterlibatan orang di sekitar (seperti keluarga, tetangga, ataupun sahabat) yang dirasa dekat, bisa mengerti dengan kondisi yang dialami.

### 2.1.3 Tahapan Penerimaan Diri

Germer (2009; Hari Bagus P & Ira D, 2022), penerimaan diri adalah proses dari keadaan melawan ketidaknyamanan. Dimana fase awal kemunculannya adalah rasa marah, kemudian dilanjutkan terhadap rasa ingin tahu pada keadaan yang terjadi. Ketika kondisi ini mengarah pada hal yang positif selanjutnya akan bisa memaknai segala akibat yang terjadi pada kehidupan yang dijalani seseorang. Pemaparan dari tahapan penerimaan diri antara lain:

- 2.1.3.1 *Aversion* (kebencian/keengganan). Hal yang dirasakan oleh setiap orang dimana membuat rasa tidak nyaman sebagai rasa benci. Kebencian terbentuk dan mempengaruhi kejiwaan seseorang sehingga orang tersebut mencari cara agar bisa merubah keadaan tersebut.

- 2.1.3.2 *Curiosity* (melawan rasa tidak nyaman dengan perhatian). Mulai muncul beberapa pertanyaan yang dianggap mewakili perasaan yang dialami sekarang, antara lain "Perasaan apa ini?, Apa artinya perasaan ini?, Kapan perasaan ini terjadi".
- 2.1.3.3 *Tolerance* (menanggung derita dengan aman). Artinya mampu menahan akibat dari perbuatan serta stress yang dialami, namun masih berharap bahwa keadaan tersebut akan segera berubah kearah yang lebih baik.
- 2.1.3.4 *Allowing* (membiarkan perasaan datang dan pergi). Setelah Pada beberapa proses yang telah dilewati maka akan muncul sikap terbuka dan terbiasa untuk membiarkan perasaan yang ada datang dan pergi tanpa paksaan.
- 2.1.3.5 *Friendship* (merangkul, melihat nilai-nilai yang tersembunyi). Ketika ditimpa oleh keadaan yang sulit, individu akan mulai melihat sekitarnya. Nilai inilah yang merupakan tahapan paling akhir dalam menerima diri.

Kubler Ross (1969; Dian Pertiwi Simamora, 2019) menyampaikan tahapan penerimaan diri serta berorientasi pada sikap serta mencakup 5 sesi ialah sesi *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, serta *acceptance*.

#### 2.1.3.1 Mengingkari (*denial*)

Individu biasanya memiliki pertahanan sementara yang disebut sebagai penolakan. Ketika individu dihadapkan pada hal-hal seperti perkara yang belum selesai, pertimbangan keuangan, maupun kekhawatiran tentang kehidupan anggota keluarga lain, rasa penolakan akan muncul dan digantikan dengan kesadaran yang tinggi.

#### 2.1.3.2 Emosi (*anger*)

Kemudian individu akan memasuki tahap kedua dimana mereka mengakui penolakan tidak mampu untuk dilanjutkan. Akibat rasa marah tersebut, sifat peduli menjadi sulit ditumbuhkan.

Kebencian serta kecemburuan kemudian banyak dilambangkan sebagai kemarahan oleh banyak individu.

#### 2.1.3.3 Tawar menawar (*bergaining*)

Pada tahap ketiga, individu akan memiliki harapan tentang penundaan sesuatu. Tahap ini merupakan tahap dimana individu mampu melakukan negosiasi demi kehidupan yang lebih Panjang dan dengan pertimbangan informasi-informasi yang didapatkan. Pada umumnya, negosiasi dapat diperpanjang dengan kekuatan yang lebih besar dalam pertukaran gaya hidup.

#### 2.1.3.4 Depresi (*depression*)

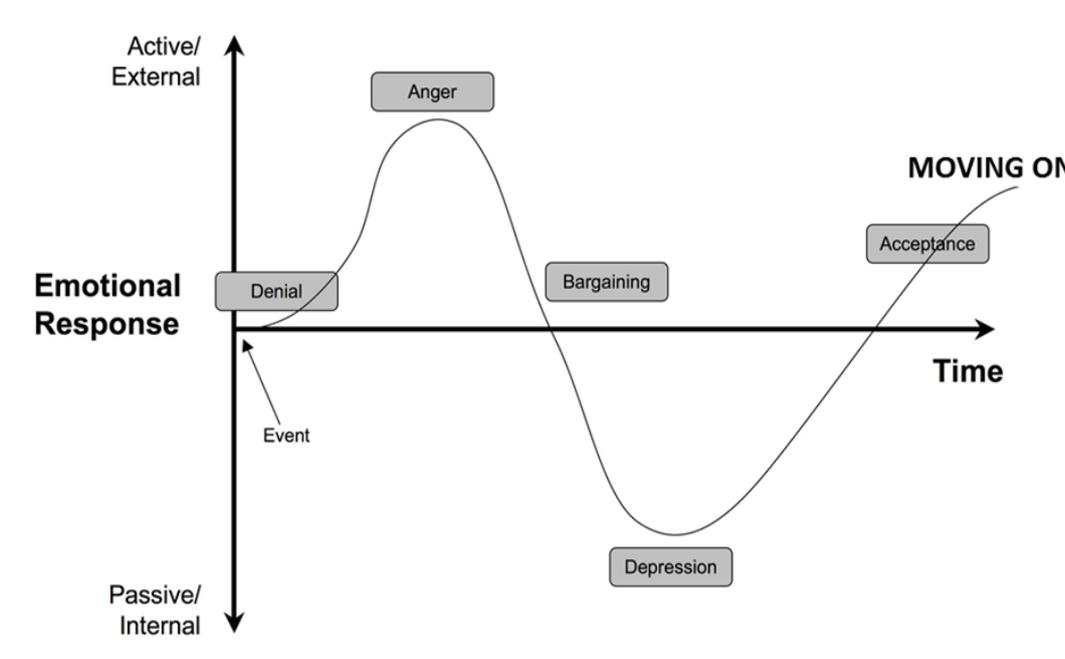
Selanjutnya individu mulai paham akan kepastian. Pada tahap ini, individu cenderung menjadi pendiam, mendorong orang lain untuk menjauh, serta banyak menghabiskan waktu dengan tangis dan duka. Pada proses ini seseorang mampu melepaskan rasa sayang serta cintanya. Pada tahap ini, orang lain tidak disarankan untuk menghibur individu ini. Tahap ini merupakan waktu yang penting dalam berduka serta memerlukan proses.

#### 2.1.3.5 Penerimaan diri (*acceptance*)

Akhirnya, di tahap terakhir, individu mampu hadir dengan rasa cinta serta kedamaian. Individu mulai menerima kenyataan-kenyataan yang berlalu dalam kehidupannya.

Berdasarkan tahapan tentang proses penerimaan diri diatas, hingga penerimaan yang digunakan oleh periset merupakan memakai sesi akhir sehabis orang hadapi respon kaget serta tidak yakin, menolak (*denial*), marah (*anger*), penawaran (*bargaining*), tekanan mental (*depression*) serta sesi akhir ialah penerimaan (*acceptance*). Kubler-Ross (Dian Pertiwi Simamora, 2019) menegaskan kalau urutan pada 5 tahapan tersebut tidak berentetan serta tidak seluruh orang hendak hadapi seluruh tahapan ini sebab ekspedisi emosional tiap orang itu berbeda. Seorang bisa terletak lebih dari satu sesi dalam waktu yang bertepatan. Berikut

merupakan skema proses tahapan berbentuk *roller coaster* dari teori Kubler-Ross yang menggambarkan posisi reaksi emosional orang.



Gambar 2.1 “Roller Coaster” tahapan penerimaan diri

#### 2.1.4 Ciri-Ciri Penerimaan Diri

Jersild (1978; Permatasari & Gamayanti, 2016) memberikan ciri-ciri individu dengan penerimaan diri sebagai berikut :

- 2.1.4.1 Mempunyai nilai baik pada segala kelebihan yang ada.
- 2.1.4.2 Yakin pada prinsip hidup yang dimiliki tanpa terpengaruh oleh komentar buruk orang lain.
- 2.1.4.3 Tidak perlu merasa malu dengan kondisi yang ada.
- 2.1.4.4 Mampu mengoptimalkan kelebihan yang dimiliki.
- 2.1.4.5 Sadar akan kekurangan diri sendiri.
- 2.1.4.6 Mempunyai sikap yang tulus dan bertanggung jawab.
- 2.1.4.7 Menerima bakat yang ada pada diri dan tidak menyalahkan orang lain atas apa yang telah terjadi.
- 2.1.4.8 Mampu mengendalikan amarah serta emosi.

2.1.4.9 Mempunyai hak untuk mewujudkan harapan serta keinginan yang ada.

2.1.4.10 Optimis untuk bisa meraih keinginan yang belum tercapai.

Ryff (2004; Zumtri 2018) berkata orang yang mempunyai penerimaan diri rendah hendak merasa tidak puas dengan dirinya, menyesali apa yang terjalin pada waktu lalunya, susah buat terbuka, terisolasi serta tekanan mental dalam melaksanakan ikatan dengan orang lain sehingga tidak terdapat kemauan buat mempertahankan ikatan dengan orang lain. Sebaliknya orang yang mempunyai penerimaan diri baik hendak berlagak baik terhadap dirinya, ingin menerima mutu baik serta kurang baik dirinya dan berprasangka baik terhadap masa lalunya.

Selain Jersild dan Ryff, Sheerer (dalam Nurviana, 2008) juga menjelaskan ciri-ciri penerimaan diri yaitu sebagai berikut :

2.1.4.1 Percaya pada kekuatan diri sendiri agar bisa melewati kehidupan yang dijalani.

2.1.4.2 Menganggap dirinya berharga selaku seseorang manusia yang sederajat dengan orang lain..

2.1.4.3 Mampu menerima seluruh akibat dari perbuatan yang sudah dilakukan.

2.1.4.4 Menanggapi sanjungan dan hinaan secara bijaksana.

2.1.4.5 Menerima segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.

Bersumber pada identitas diatas bisa disimpulkan kalau identitas penerimaan diri pengidap kanker merupakan yakin pada kekuatan diri sendiri, menyangka dirinya berharga selaku orang serta pendamping yang sederajat dengan orang serta pendamping lainnya, menjawab sanjungan serta hinaan secara bijaksana, menerima seluruh kelebihan serta kekurangan yang dipunyai, menyadari serta tidak merasa malu dengan kondisi diri.

## 2.1.5 Faktor- Faktor Penerimaan Diri

Hurlock (dalam Permatasari & Gamayanti, 2016) Faktor-faktor yang berperan dalam penerimaan diri individu yaitu:

### 2.1.5.1 Pemahaman Diri (*Self-Understanding*)

Pemahaman diri yang tidak hanya berfokus untuk memahami, membenarkan serta merasa perlunya bukti dan kenyataan yang ada, Pemahaman ini ditandai dengan keaslian (*genuineness*) yaitu antara lain pengakuan terhadap diri sendiri dan apa adanya, tidak berbohong, tidak berkhayal serta tidak menyimpang. .

### 2.1.5.2 Cita-cita (*Realistic Expectation*)

Cita-cita akan timbul pada seseorang yang mempunyai pendirian. Harapan ini disesuaikan dengan pengertian tentang kekuatan yang ada. Cita-cita tersebut dikatakan nyata apabila seseorang mampu melihat segala sesuatu yang ada pada diri untuk bisa meraihnya.

### 2.1.5.3 Lingkungan yang tidak mendukung (*Absence of Environment*)

Lingkungan adalah Kondisi yang ikut berperan penting dalam tahapan penerimaan diri setiap orang. Ketidak mampuan individu untuk bisa memenuhi keinginan yang nyata bisa jadi disebabkan karena kondisi lingkungan yang tidak mendukung. Pengaruh lingkungan dapat membuat seseorang untuk dapat bisa mengembangkan potensi yang ada pada dirinya atau bahkan menjadi penghambat yang nyata.

### 2.1.5.4 Dukungan dari Masyarakat sekitar (*Favorable Social Attitude*)

Adanya prasangka terhadap seorang, penghargaan terhadap kemampuan- kemampuan sosial, serta kesediaan orang menjajaki budaya sesuatu kelompok sosial merupakan keadaan utama buat menciptakan penilaian positif terhadap diri seorang dimana. Orang yang mempunyai perihal tersebut diharapkan sanggup menerima dirinya.

#### 2.1.5.5 Tidak Adanya Stres Emosional (*Absence of Several Emotional Stress*)

Perasaan seperti tidak mempunyai gangguan stress, memiliki rasa bahagia, santai, serta sikap positif disebut sebagai kondisi positif. Kondisi positif ini jika dimaknai dalam diri sendiri akan mampu menjadikan individu untuk melakukan evaluasi diri sehingga kepuasan dalam penerimaan diri dapat dicapai.

#### 2.1.5.6 Jumlah Keberhasilan (*Preponderance of Successes*)

Ketika seseorang dihadapkan oleh keberhasilan atau kegagalan, seseorang akan mendapat penilaian sosial oleh lingkungannya. Saat dimana individu memiliki aspirasi yang tinggi, individu tidak akan mudah terimbas oleh penilaian sosial perihal sukses ataupun gagal. Kemudian, individu akan jauh lebih mudah menerima dirinya akan kepuasan yang telah diterima tanpa memerdulikan pendapat atau penilaian lingkungan sosial.

#### 2.1.5.7 Identifikasi dengan Orang yang Memiliki Penyesuaian Diri yang Baik (*Identification with Well-Adjusted People*)

Seseorang yang mampu melakukan identifikasi dirinya terhadap individu lainnya dimana tingkat penyesuaian dirinya lebih baik tentu mampu menumbuhkan pengembangan sikap positif akan penilaian dirinya sendiri. Model lingkungan rumah yang memiliki identifikasi yang cukup dapat mewujudkan kepribadian sehat terhadap individu lain, menimbulkan penerimaan diri yang berkembang.

#### 2.1.5.8 Perspektif Diri (*Self-Perspective*)

Individu akan lebih mampu melakukan penerimaan diri Ketika dirinya mampu melihat dari perspektif orang lain yang memandang dirinya. Pengalaman serta pembelajaran, umur maupun Tingkat Pendidikan individu sangat memiliki pengaruh guna mengembangkan perspektif diri. Perspektif yang baik akan memudahkan akses terhadap penerimaan diri.

#### 2.1.5.9 Pola Asuh Masa Kecil yang Baik (*Good Childhood Training*)

Pola asuh sejak kecil ikut pengaruhi gimana penghayatan serta penerimaan diri yang berbeda pada tiap orang. Walaupun penyesuaian diri pada seorang bisa berganti secara bertahap sebab terdapatnya kenaikan serta pergantian dalam kehidupannya, hendak namun perihal tersebut tidak bisa memastikan apakah penyesuaiannya dikatakan baik bila ditunjukkan oleh masa kecilnya. Konsep diri mulai tercipta semenjak masa anak-anak sehingga pengaruhnya terhadap penerimaan diri seorang senantiasa terdapat meski umur terus bertambah.

#### 2.1.5.10 Konsep Diri yang Stabil (*Stable Self-Concept*)

Orang yang sanggup memandang keadaan dalam kondisi yang sama merupakan orang yang dikira mempunyai konsep diri yang normal, bila dalam tiap waktu dia sanggup memandang kondisinya dalam kondisi yang sama. Bila seorang mau meningkatkan Kerutinan penerimaan diri, dia wajib memandang dirinya sendiri dalam sesuatu metode yang positif buat memantapkan konsep dirinya, sehingga perilaku penerimaan diri itu hendak jadi kebiasaan.

## 2.2 Kebersyukuran

Kebersyukuran (*Gratitude*) disadur dari bahasa latin ialah *gratia*, yang berarti kebaikan hati, berterimakasih serta pula kelembutan. Segala kata yang tercipta dari bahasa latin ini menggambarkan kebaikan, kedermawanan, pemberian, keelokan, berikan serta menerima, ataupun tanpa pamrih (Pruyer; Emmos& McCullaugh, 2003). Dari statment tersebut bisa di definisikan kalau kebersyukuran merupakan sesuatu perasaan menerima pemberian ataupun perolehan dari pihak lain sehingga orang tersebut merasa lumayan ataupun menerima seluruh kekurangan serta kelebihan, Senang yang timbul kala seorang lagi memerlukan suatu ataupun apalagi telah dalam kondisi

lumayan (Sulistyarini, 2010). Emmons serta McCulloch (2003) dalam Sulistyarini (2010), menarangkan kalau kebersyukuran ialah wujud dari emosi ataupun perasaan, yang setelah itu tumbuh jadi sesuatu perilaku moral yang baik, kerutinan serta karakter yang akhirnya mempengaruhi sikap seorang dalam menjawab terhadap suasana ataupun keadaan. Bagi Emmons pula mengatakan kalau syukur itu membuat perasaan jadi aman, membahagiakan serta apalagi bisa tingkatkan motivasi diri. Dari uraian tersebut bisa dimaksud kalau bersyukur dapat mendorong atau memotivasi seseorang untuk dapat mengembangkan sikap dan sifat yang lebih positif terhadap situasi yang di hadapi.

Asy-Syukr (syukur) dengan bahasa memuji orang yang berbuat kebaikan. karena kebaikan yang diberikan olehnya. Asy-Syukr aslinya berarti zhuhur (melihat), seperti pepatah arab "dabbatun Syukur" (sapi tampak lebih gemuk dari makanan yang diberikan). Atau seperti dalam ungkapan "Nakatul Syukur" (sekor kambing dan unta). Atau seperti pada "Nabtah Syukur" (pohonnya cukup air tetapi tampak tumbuh baik dan berbuah). Kata syukur merupakan mubalaghah dari kata syukur yang merupakan salah satu nama Allah, sedangkan Asyasyukur digunakan untuk hamba Allah artinya orang yang sungguh-sungguh bersyukur kepada Tuhannya dan menunaikan kewajiban beribadah kepada-Nya. (Al-Fauzan, 2014; Afina, 2023).

Ayat-Ayat Al-Qur'an tentang Bersyukur :

Surat Ibrahim Ayat 7

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Artinya: (Ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), sesungguhnya azab-Ku benar-benar sangat keras."

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa, setiap orang yang bersyukur atas nikmat yang telah Allah SWT berikan, maka akan diberikan kenikmatan yang lebih

banyak lagi. Beda halnya dengan orang yang tak mau mensyukuri nikmat yang telah diberikan Allah SWT, dia akan mendapatkan ganjaran yang setimpal.

#### Surat Luqman Ayat 12

وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنْ اشْكُرْ لِلَّهِ وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ

Artinya: Sungguh, Kami benar-benar telah memberikan hikmah kepada Luqman, yaitu, "Bersyukurlah kepada Allah! Siapa yang bersyukur, sesungguhnya dia bersyukur untuk dirinya sendiri. Siapa yang kufur (tidak bersyukur), sesungguhnya Allah Mahakaya lagi Maha Terpuji."

Secara keseluruhan, surah ini menjelaskan mengenai betapa dzalimnya perbuatan yang mempersekutukan Allah SWT. Sebagai umat muslim yang beriman, seharusnya kita tunduk dan berserah diri kepada Allah SWT. Itulah yang dinamakan bersyukur.

Sa'id Hawwa (dalam Sirojuddin, 2001) bersyukur menunjukkan secara keseluruhan apa yang dimilikinya dan melakukan apa yang dicintai Allah SWT. Bersyukur salah satu ungkapan berterima kasih terhadap nikmat Allah SWT yang ditandai dengan meningkatnya ketaatan dan keimanan kepada Allah SWT. Bersyukur ialah reaksi seorang yang mencuat dari dalam diri serta menerima sesuatu pemberian yang diwujudkan dalam wujud ungkapan hendak suatu yang luar biasa serta rasa terima kasih atas kelebihan yang diterima secara individu kepada orang lain, alam, ataupun Tuhan yang didasari oleh hasil pengamatan serta evaluasi dan penghargaan dari seluruh perihal yang berguna yang terdapat pada dirinya, sehingga mempunyai kaitan yang erat dengan kepuasan hidup orang yang bersangkutan. Bersyukur sanggup membagikan pengalaman kepada seorang buat mempunyai emosi positif yang berkaitan dengan kepuasan hidup dan melindungi seorang dari stress serta tekanan mental walaupun dengan berbagai.

Bersyukur menolong seorang memaknai hal-hal baik serta membangun kekuatan positif buat melindungi dari kenangan emosional negatif. Rasa

syukur ialah salah satu emosi yang mempunyai ikatan erat dengan pengungkapan atas kebahagiaan yang diterimanya sehingga membuat seorang buat berbuat baik kepada orang lain guna memperoleh penyeimbang dan memperoleh kebanggaan, kebahagiaan serta harapan (Ramirez, 2014; Wood, 2010). Wood dkk (2008), kebersyukuran terdiri dari sebagian komponen ialah; Penghargaan orang lain, Kepemilikan, Momen pemberian, Ritual/ Keagamaan, Perbandingan, Kekhawatiran serta Perilaku Bersyukur.

Arah kebersyukuran erat hubungannya dengan salah satu bagian dari Kesehatan mental yaitu penerimaan diri dan makna hidup. Kebersyukuran sangat penting bagi setiap orang untuk menjalani hidup, Kebersyukuran mampu membuat seseorang untuk merasa lebih kuat, sehat, bahagia, dan Sejahtera (Plexico, 2019). Seseorang yang mau bersyukur dengan kehidupan yang dijalani bisa mempertimbangkan dan menerima keburukan dan kelebihan yang dimiliki. Kebersyukuraan adalah hal penting dan mempengaruhi hidup seseorang dalam membangun tujuan hidup (Park, Peterson & Seligman, 2004)

Penelitian terkait kebersyukuran juga dilakukan oleh Revi Maulania Wahyudi (2021) dengan judul “Hubungan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di kota Balikpapan” Penelitian terkait kebersyukuran juga dilakukan oleh Revi Maulania Wahyudi (2021) dengan judul “Hubungan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di kota Balikpapan”. Peneliti melalui hasil wawancaranya mengungkapkan dengan adanya rasa bersyukur, ibu yang mengasuh anak dengan kebutuhan khusus mampu meningkatkan rasa ikhlas atas kehidupan yang ia jalani, yang mana membuatnya mampu menerima hadirnya anak tersebut, lebih sabar, serta mampu memaknai arti hidup dengan lebih baik. Penelitian lain yang juga membahas tentang kebersyukuran seperti yang dilakukan oleh Ratnayanti & Wahyuningrum (2016) mengemukakan bahwa seseorang yang mau bersyukur serta menerima beragam sudut pandang dalam kehidupan, mempunyai perilaku dan pola pikir yang baik terhadap kehidupan.

## 2.2.1 Faktor-Faktor Bersyukur

Faktor-Faktor yang mempengaruhi kebersyukuran dalam diri seseorang ada dua hal (Ramirez, dkk., 2014) antara lain :

### 2.2.1.1 Faktor kepribadian

Setiap individu mempunyai qaidah agama yang ditanamkan sejak dini oleh keluarga, budaya ataupun lingkungan. Dimana agama menjadi landasan seseorang untuk bisa menerima setiap keadaan, nikmat dan makna hidup yang ada.

### 2.2.1.2 Faktor Lingkungan

Bersyukur erat kaitannya dengan pribadi seseorang, salah satu hal yang mempengaruhinya adalah lingkungan sekitar. Lingkungan berperan penting dalam setiap proses pembentukan rasa Syukur, dimana lingkungan memiliki kenangan tersendiri atas segala sikap baik dan buruk yang telah dilalui setiap orang.

## 2.2.2 Macam-Macam Kebersyukuran

Untuk memunculkan rasa syukur dalam diri seseorang, dapat dilakukan dengan empat hal. (Watkins, 2014) yakni;

2.2.2.1 *Recounting* yakni peresapan dari rasa bahagia atas segala nikmat dan anugerah yang diberikan tanpa memandang besar kecilnya anugerah tersebut.

2.2.2.2 *Reflection* Meliputi dari nilai keagamaan serta pengalaman di saat mendapatkan ujian, dimana seseorang mampu mempertanggung jawabkan tindakan-tindakan yang telah dilakukan dan mengetahui anugerah serta nikmat yang telah diterima.

2.2.2.3 *Ekspresion*. Menunjukkan Syukur ataupun rasa terima kasih dan melakukan tindakan yang menyenangkan orang lain merupakan salah satu ungkapan *ekspresion*. Hal ini tidak terbatas ditunjukkan kepada sesama manusia ataupun Tuhan atas nikmat serta karunia yang diberikan olehNya.

2.2.2.4 *Reappresial* Menilai Kembali keadaan kurang baik yang pernah dilalui dan mengambil makna dari setiap kejadian yang ada serta tidak mengingat Kembali tentang sesuatu yang kelam, dan melanjutkan hidup untuk bisa menjadi lebih baik lagi.

### 2.2.3 Faktor yang memicu dan menghambat bersyukur

Berikut hal-hal yang dapat memicu dan menghambat perasaan bersyukur individu :

2.2.3.1 Rasa Syukur bisa timbul karena individu memahami sesuatu yang hilang pada dirinya. Agar dapat bersyukur, individu memerlukan makna yang besar tentang arti hidup (Peterson dan Seligman, 2004)

2.2.3.2 Pikiran negatif akan membatasi seseorang akan rasa terimakasih.

2.2.3.3 Sikap sombong juga dapat menghilangkan bersyukur karena individu merasa bahwa ia yang memiliki kekuasaan atas segala yang akan terjadi.

Lewat pelatihan kebersyukuran orang hadapi serta mengekspresikan rasa bersyukur dengan bermacam metode. Emmons serta Crumpler dalam Sulistyarini (2010) memberi tahu bila sadar hendak rasa Syukur sanggup menjadikan hidup lebih berarti, senang serta bermanfaat.

Snyder dan Lopes (2002), mengemukakan empat Langkah sederhana melalui pendekatan kognitif perilaku untuk Latihan bersyukur, yaitu :

2.2.3.1 Mengidentifikasi pikiran bersalah (keterbatasan, ketakutan atau penyesalan).

2.2.3.2 Merumuskan dan mendukung pikiran syukur.

2.2.3.3 Menggantikan pikiran yang salah (keterbatasan, ketakutan atau penyesalan) menuju pikiran rasa bersyukur

2.2.3.4 Mengaplikasin rasa bersyukur pada perbuatan baik secara fisik ataupun psikis.

McCullough (2008) pelatihan syukur bisa menimbulkan reaksi baik seperti kebahagiaan dimana rasa syukur bermanfaat untuk ketenangan jiwa dan raga (Sulistyarini, 2010)

#### 2.2.4 Aspek-Aspek kebersyukuran

Bersyukur memiliki tiga komponen dalam pelaksanaannya menurut Fitzgerald (Zumitri, 2018) antara lain:

2.2.4.1 Mempunyai penghargaan (*sense of appreciatiaon*) pada kebaikan kehidupannya,

Hal ini disebabkan karena adanya campur tangan pihak lain pada kebahagiaan diri dan mempunyai kebiasaan untuk menghargai.

2.2.4.2 Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimilikinya.

*Sense abundance* atau kekurangan dalam kehidupan tidak dimiliki oleh seseorang yang memiliki perasaan positif yang baik. Orang ini tentunya puas dengan kehidupan yang dimiliki serta dijalaninya

2.2.4.3 Kecenderungan buat berperan positif. Aksi atau Tindakan mulia mewujudkan ekspresi rasa bersyukur. Hal ini termuat dalam komponen bersyukur yang memiliki keterkaitan terhadap ciri-ciri dari seseorang yang menyadari rasa bersyukur itu sendiri.

Masykur (2013) juga menyebutkan aspek-aspek kebersyukuran terdiri dari:

2.2.4.1 Keputusan

Syukur dimulai dengan keputusan. Tanpa keputusan, hingga tidak hendak sempat terjalin aplikasi syukur. Keputusan tentu terbuat dengan sadar, berlandaskan pertimbangan logis serta pembentuk keputusan merasa aman dengan keputusan tersebut. Aspek keputusan memanglah tidak cuma pada tingkat kelogisan, melainkan aspek kenyamanan, merasakan

nikmat dalam membuat keputusan tersebut. Maksudnya, keputusan mengaitkan aspek kognitif serta afektif sekalian yang setelah itu ditindaklanjuti dengan aspek psikomotorik, berbentuk aksi yang mencerminkan keputusan buat bersyukur.

#### 2.2.4.2 Bahagia

Kala membuat keputusan buat bersyukur, seorang tentu senang apapun yang didapatkan. Kebahagiaan disini tidak ditetapkan oleh suatu yang dikira mengasyikkan maupun tidak. Tidak hirau apakah memperoleh seluruh suatu semacam yang di idamkan maupun tidak sama sekali. Keputusan buat senang dengan apapun yang diterima tidak ditetapkan oleh faktor- faktor luar, rasa senang tersebut timbul dengan sendirinya dari dalam diri sendiri.

#### 2.2.4.3 Di sini dan saat ini

Bersyukur dapat dicoba oleh siapa saja, kapan saja serta dimana saja. Oleh karena itu Syukur merupakan aksi seketika. Untuk mampu bersyukur individu wajib keluar dari masa yang telah lalu dan tidak mengkhawatirkan masa depan.

## 2.3 Kanker Serviks

Kanker serviks merupakan tumor ganas yang berasal dari leher rahim. Leher rahim adalah sepertiga bagian bawah rahim. (Kemenkes RI, 2017). Bentuknya silindris, menonjol, dan terhubung ke vagina melalui lubang luar rahim. Kanker serviks atau sering juga disebut dengan kanker leher rahim adalah suatu tumor ganas atau bersifat kanker yang tumbuh pada leher rahim atau leher rahim, yaitu pada organ reproduksi wanita yang merupakan pintu masuk menuju rahim dan terletak di antara uterus (rahim). saluran genital (vagina). Kanker serviks muncul dari sel skuamosa. yaitu jaringan epitel yang melapisi leher

rahim. Bisa juga timbul dari sel kelenjar penghasil lendir di saluran serviks yang menuju ke rahim. (Farida and Nurhidayah, 2017)

Seseorang yang menderita penyakit kanker biasanya banyak hal yang berubah di dalam kehidupannya, termasuk fisik, mental, dan kesejahteraan sosial. Perubahan fisik yang dirasakan dari penyakit dan pengobatannya seperti kelelahan dapat berdampak pada kualitas hidup seseorang serta dapat mengurangi kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan dan arti hidup yang bermakna. (Janda *et al.*, 2000; Ann *et al.*, 2015). Penyesuaian terhadap penyakit kanker diderita melibatkan berbagai proses adaptasi, antara lain mengendalikan rasa stress yang timbul, belajar menahan emosi dan mengelola semua perubahan hidup yang terjadi akibat diagnosis kanker yang dialami (Brennan, 2001). Penderita kanker biasanya beresiko mengalami peningkatan tekanan mental, termasuk kecemasan dan depresi (Zabora *et al.*, 2001; Trindade *et al.*, 2018). Hambatan yang besar dalam tahapan penyesuaian adalah banyak dari penderita kanker yang cenderung bersikap kritis terhadap fisik, perilaku, gaya hidup, kepribadian serta sifat dan bagaimana mereka mengelola penyakit yang di derita dengan mengesampingkan hambatan dan berfikir serta berperilaku positif (Bennett *et al.*, 2005). *American Cancer Society* (ACS) memperkirakan bahwa 15.000 wanita didiagnosis menderita kanker serviks pada tahun 1994. Model penyakit dikelompokkan berdasarkan usia dan status ekonomi. Kanker serviks invasif biasanya terjadi pada wanita berusia antara 35 dan 50 tahun. Pada kanker serviks invasif, perubahan sel pra-invasif biasanya terjadi 10 hingga 20 tahun yang lalu, bervariasi antara displasia dan karsinoma in situ. Jika tidak diobati sejumlah kecil wanita dengan displasia ringan akan berkembang menjadi kanker invasif. (Otto, 2005).

### 2.3.1 Faktor Resiko Kanker Serviks

Pemicu utama kanker servik merupakan anggota famili Papovirida ialah *Human Papilloma Virus (HPV)* jenis high risk ialah 16 serta 18, virus ini ditularkan secara intim serta banyak dialami oleh perempuan yang sudah menikah ataupun aktif dalam melaksanakan kegiatan intim (Kemenkes

RI, 2017). *American Cancer Society (2020)* ada pula sebagian aspek efek yang bisa merangsang terbentuknya kanker serviks yang dapat memicu terjadinya kanker serviks, diantaranya yaitu:

#### 2.3.1.1 Infeksi *Human Papilloma Virus* (HPV)

2 tipe dari virus HPV yang diketahui adalah tipe risiko tinggi (16, 18, 31) serta tipe risiko rendah (6 dan 11) (Mustika, dkk, 2020).

#### 2.3.1.2 Merokok

Zat tembakau didalam rokok mengakibatkan para perokok mempunyai daya tahan tubuh yang rendah, terlebih lagi pada seorang Perempuan yang aktif merokok, sehingga memungkinkan rusaknya sel DNA dan sel serviks dan membuat system kekebalan tubuh yang lemah terhadap melawan infeksi HPV (*American Cancer Society, 2020*).

#### 2.3.1.3 Memiliki sistem kekebalan tubuh yang lemah

Penyakit AIDS merupakan akibat dari *Human Immunodeficiency Virus* (HIV) bisa menurunkan imun tubuh, pada orang yang mengidap HIV maka system kekebalan tubuhnya akan lemah dan rentan terjangkit penyakit lain (*American Cancer Society, 2020*).

#### 2.3.1.4 Infeksi *Chlamydia*

*Chlamydia* merupakan tipe kuman yang bisa menginfeksi sistem reproduksi serta penyebarannya lewat ikatan intim. Pada penelitian tertentu menampilkan kalau kuman *Chlamydia* bisa menolong HPV berkembang serta hidup di leher rahim yang bisa tingkatkan resiko kanker serviks (*American Cancer Society, 2020*).

#### 2.3.1.5 Kontrasepsi Oral (Pil KB)

Wanita yang menggunakan alat kontrasepsi oral atau hormonal dalam jangka waktu lama dapat mengubah keseimbangan hormon estrogen dalam tubuh sehingga menyebabkan sel

normal berubah menjadi sel abnormal. Hal ini membuat wanita lebih rentan tertular HPV yang dapat menyebabkan peradangan pada alat kelamin dan berisiko terkena kanker serviks (Meihartat, 2017).

#### 2.3.1.6 Paritas

Wanita yang pernah melahirkan tiga kali atau lebih memiliki risiko lebih tinggi terkena kanker serviks. Pasalnya, perubahan hormonal saat hamil membuat wanita lebih rentan terkena infeksi HPV atau pertumbuhan sel kanker. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa ibu hamil mungkin memiliki sistem kekebalan tubuh yang lebih lemah sehingga virus lebih mudah masuk ke dalam tubuh. (*American Cancer Society*, 2020).

#### 2.3.1.7 Usia Muda pada Kehamilan Pertama

Wanita berusia di bawah 17 tahun yang hamil pertama kali memiliki risiko dua kali lebih besar terkena kanker serviks dibandingkan wanita berusia 25 tahun ke atas yang hamil pertama kali. (*American Cancer Society*, 2020).

#### 2.3.1.8 Kemiskinan

Faktor ekonomi yang rendah membuat Sebagian besar Wanita kurang begitu memperdulikan tentang Kesehatan, banyak dari kalangan Perempuan dengan keuangan yang kurang mampu sulit melakukan pemeriksaan Kesehatan yang memadai, termasuk pemeriksaan *pap smear*, IVA ataupun tes HPV (*American Cancer Society*, 2020).

### 2.3.2 Gejala Kanker Serviks

Penderita kanker serviks tidak memiliki gejala khusus. Gejala awal biasanya berupa siklus menstruasi yang tidak teratur, amenore, menoragia, keputihan berlebihan atau pendarahan di luar menstruasi, serta olahraga berat dan pascakoitus. Pendarahan yang terjadi pada penyakit ini ditandai dengan keluarnya darah berupa gumpalan. Rasa

sakit yang dirasakan mungkin menjalar hingga pinggang bagian bawah. Pada stadium lanjut, gejalanya bisa lebih bervariasi dan dimulai dengan keluarnya cairan berwarna kuning, berbau, dan iritasi pada selaput lendir vagina dan vulva. Pendarahan vagina mungkin terjadi lebih sering dan nyeri mungkin lebih parah. Gejala lain termasuk nyeri menjalar ke kaki, hematuria, dan kemungkinan gagal ginjal akibat obstruksi ureter. Pendarahan dubur dapat terjadi ketika sel kanker menyebar dan juga merupakan gejala penyakit lanjut (Simanullang, 2020).

### 2.3.3 Stadium Perkembangan Kanker Serviks

Adapun klasifikasi stadium kanker serviks, yaitu pada tabel sebagai berikut.

Tabel 2.1 Klasifikasi Histologi dan Stadium Pada Kanker Serviks

| NO | STADIUM | KETERANGAN                                                                                                                                                           |
|----|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 0       | Karsinoma in situ (karsinoma preinvasif)                                                                                                                             |
| 2  | I       | Karsinoma serviks terbatas di uterus (ekstensi ke korpus uterus dapat diabaikan)                                                                                     |
| 3  | IA      | Karsinoma invasif didiagnosis hanya dengan mikroskop. Semua lesi yang terlihat secara makroskopik, meskipun invasi hanya superfisial, dimasukkan ke dalam stadium IB |
| 4  | IA1     | Invasi stroma tidak lebih dari 3,0 mm kedalamannya dan 7,0 mm atau kurang pada ukuran secara horizontal                                                              |
| 5  | IA2     | Invasi stroma lebih dari 3,0 mm dan tidak lebih dari 5,0 mm dengan penyebaran horizontal 7,0 mm atau kurang                                                          |
| 6  | IB      | Lesi terlihat secara klinik dan terbatas di serviks atau secara mikroskopik lesi lebih besar dari IA2                                                                |
| 7  | IB1     | Lesi terlihat secara klinik berukuran dengan diameter terbesar 4,0 cm atau kurang                                                                                    |
| 8  | IB2     | Lesi terlihat secara klinik berukuran dengan diameter terbesar lebih dari 4,0 cm                                                                                     |
| 9  | II      | Invasi tumor keluar dari uterus tetapi tidak sampai ke dinding panggul atau mencapai 1/3 bawah vagina                                                                |
| 10 | IIA     | Tanpa invasi ke parametrium                                                                                                                                          |
| 11 | IIA1    | Lesi terlihat secara klinik berukuran dengan diameter terbesar 4,0 cm atau kurang                                                                                    |
| 12 | IIA2    | Lesi terlihat secara klinik berukuran dengan diameter terbesar lebih dari 4,0 cm                                                                                     |
| 13 | IIB     | Tumor dengan invasi ke parametrium                                                                                                                                   |

|    |      |                                                                                                                                                                     |
|----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 14 | III  | Tumor meluas ke dinding panggul/ atau mencapai 1/3 bawah vagina dan/atau menimbulkan hidronefrosis atau afungsi ginjal                                              |
| 15 | IIIA | Tumor mengenai 1/3 bawah vagina tetapi tidak mencapai dinding Panggul                                                                                               |
| 16 | IIIB | Tumor meluas sampai ke dinding panggul dan / atau menimbulkan hidronefrosis atau afungsi ginjal                                                                     |
| 17 | IVA  | Tumor menginvasi mukosa kandung kemih atau rektum dan/atau meluas keluar panggul kecil (true pelvis)                                                                |
| 18 | IVB  | Metastasis jauh (termasuk penyebaran pada peritoneal, keterlibatan dari kelenjar getah bening supraklavikula, mediastinal, atau paraaorta, paru, hati, atau tulang) |

Sumber: Panduan Penatalaksanaan Kanker Servik (Komite Penanggulangan Kanker Nasional, Kemenkes)

Tabel di atas dapat dilihat perkembangan dari stadium kanker serviks, dimana setiap tahapan yang terjadi akan menimbulkan berbagai ancaman penurunan kualitas hidup sampai dengan kearah kematian yang selalu membayangi penderita kanker serviks. Pengobatan kanker akan memberikan efek yang kurang baik pada tubuh ataupun jiwa penderitanya, hal ini akan berpengaruh pada konsep diri yang dijalani. Konsep diri bisa merubah pikiran dan perilaku setiap orang, Penderita kanker serviks yang menjalani pengobatan dan perawatan akan mengalami perubahan pada anggota tubuhnya seperti kerontokan rambut yang parah sampai dengan kebutakan ataupun kecacatan. Kondisi pasien kanker serviks stadium IV tidak bisa Kembali seperti keadaan semula, akibat dari konsep diri yang tidak seimbang yang terjadi didalam diri yaitu kecacatan dan penurunan fungsi anggota tubuh (Lubis, 2009).

Paliatif *care* yaitu suatu pelayanan terintegrasi yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup pada pasien stadium IV dan memberikan dukungan bagi keluarga yang sedang menghadapi masalah sehubungan dengan penurunan keadaan umum pasien ataupun mengurangi penderitaan fisik yang terjadi seperti manajemen nyeri maupun masalah mental dan spiritual (WHO, 2020) Paliatif *care* berfokus pada pemberian dukungan kepada penderitanya, setiap keluhan yang muncul akan ditangani sesuai

dengan kebutuhan dari pasien tersebut misalkan pemberian obat pengurang nyeri maupun masalah kejiwaan yang timbul dan memerlukan perhatian khusus dengan melibatkan *psikolog* ataupun rohaniawan, sehingga pasien tersebut bisa mengurangi penderitaannya bahkan sampai kesiapan untuk menghadapi kematian (Anita, 2013).

#### 2.3.4 Deteksi Dini Kanker Serviks

Kemenkes RI (2017), berbagai jenis usaha yang dilakukan oleh pemerintah dalam rangka mendeteksi secara dini adanya lesi pra-kanker, yaitu diantaranya :

2.3.4.1 Papsmear (konvensional atau *liquid-base cytology /LBC*),

2.3.4.2 *Inspeksi Visual Asam Asetat (IVA)*,

2.3.4.3 *Inspeksi Visual Lugoliodin (VILI)*,

2.3.4.4 Test DNA HPV (*genotyping / hybrid capture*)

## 2.4 Hubungan penerimaan diri dan kebersyukuran

Orang yang memiliki penerimaan diri rendah hendak gampang putus asa, senantiasa menyalahkan dirinya, malu, merasa rendah diri hendak keadaannya, merasa tidak berarti, merasa iri terhadap kondisi orang lain, hendak susah membangun ikatan positif dengan orang lain, serta tidak senang. Penderita kanker servik yang tidak mempunyai penerimaan diri yang baik hendak sangat rentan jadi tertekan serta hadapi kesusahan dalam memusatkan konsentrasi benak, melamahkan motivasi serta energi juang penderita. Pada kesimpulannya penderita tidak sanggup mengaktualisasikan kemampuannya dalam meningkatkan dirinya dengan baik. Bagi Cunningham (2005) mengemukakan penerimaan diri ialah kunci buat pengobatan untuk orang yang lagi sakit. Menerima diri dalam perihal ini tidak berarti pasrah terhadap sakit yang dialami, tetapi lebih kepada menerima diri dengan diiringi usaha buat sembuh. Bila pengidap sudah menerima penyakit serta kondisi dirinya, berarti pengidap menampilkan kalau masa penolakannya sudah berakhir serta realitas dari diagnosa dokter bisa diterima dengan rela. Maksudnya pengidap mengambil sesuatu tanggung jawab buat hidup bersama dengan penyakitnya dengan

seluruh kasus beserta ketidaknyamanan pada penyakit yang dideritanya. Buat itu, sangat dibutuhkan perilaku positif serta benak yang positif dari para pengidap. Benak positif merupakan sesuatu benak dimana pengidap menyangka kalau penyakitnya tidaklah sesuatu kutukan, namun ialah implementasi rasa sayang si pencipta kepada dirinya. (Mukti & Dewi, 2013).

Penerimaan diri adalah kondisi seseorang yang mempunyai pandangan baik akan hidupnya, memahami apapun segala kelemahan dan kekuatan yang terdapat didalam dirinya. Tidak khawatir dengan keadaan yang sedang terjadi dengan tidak perlu merasa bersalah ataupun takut atas apa yang menyimpannya. Ketika seseorang bisa memiliki penerimaan diri yang baik, maka orang tersebut akan bisa menerima situasi apapun yang sedang dihadapinya. Seseorang bisa mempunyai perasaan yang baik akan lebih bisa mensyukuri apapun yang ada dihidupnya. Ryff (1996) mendefinisikan penerimaan diri selaku sesuatu kondisi dimana seseorang orang mempunyai evaluasi positif terhadap dirinya, menerima dan mengakui seluruh kelebihan ataupun seluruh keterbatasan yang terdapat dalam dirinya tanpa merasa malu ataupun merasa bersalah terhadap kodrat dirinya.

Kebersyukuran adalah kemampuan menerima sesuatu yang telah terjadi dengan ungkapan Bahagia dan terima kasih atas apapun yang ada didalam hidupnya. Rasa Syukur harus dimiliki oleh setiap orang, dimana sifat ini akan mempengaruhi pemahaman dan reaksi pada perasaan yang baik dan berterima kasih atas segala kebaikan yang diperoleh dari pihak lain. Peterson dan Seligman (2004; Haryanto, H. C., & Kertamuda, F. E. (2016) mengartikan bersyukur adalah perasaan bahagia dan ungkapan terimakasih atas setiap nikmat dan karunia yang diperoleh .

Perihal ini didukung oleh riset yang dicoba oleh Bono (2004) yang meyakinkan kalau bersyukur menciptakan emosi positif yang bisa membuat orang merasa senang, damai, serta ingin berkomentar. Kala orang merasa damai terhadap apa yang dialaminya saat ini serta masa lalunya, secara tidak langsung orang sudah

menerima kondisi dirinya. Serta pula didukung riset yang dicoba oleh McCollough (2004). Dimana seorang yang bersyukur mempunyai kontrol yang lebih besar terhadap lingkungannya, pertumbuhan personal, serta pula penerimaan diri.

Rasa syukur akan berpengaruh terhadap peningkatkan Kesehatan dan kesejahteraan, dimana salah satu aspeknya yaitu penerimaan diri. Hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri dapat dilihat pada penelitian yang dilakukan oleh Wood, Joseph & Maltby (2009) yang Riset tersebut memperoleh hasil kalau rasa syukur mempunyai korelasi menengah sampai besar dengan penerimaan diri. Tidak hanya itu, riset lain pula dicoba oleh Chintya (2016) yang bertajuk “Ikatan antara *gratitude* dengan *psychological well being* pada mahasiswa UKSW yang kuliah sembari bekerja full time”. Dari hasil riset, ditemui kalau ada ikatan positif yang signifikan antara *gratitude* serta ukuran *self acceptance*. Riset seragam yang dilakukan oleh Santri Wijayanti, Rina Rahmatika & Ratih Arruum Listiyandini (2019) dengan Judul Jurnal “Kontribusi Kebersyukuran Dalam Peningkatan Kualitas Hidup Kesehatan Pada Remaja Di Panti Asuhan” yang mana dengan hasil riset ini diharapkan bisa jadi sumber rujukan menimpa berartinya pengembangan kebersyukuran dalam rangka kenaikan mutu hidup kesehatan pada anak muda yang tinggal di panti asuhan, spesialnya dalam aspek kesejahteraan psikologis serta sokongan sosial dan sahabat sebaya.

Murni Sari (2022) dengan judul “Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Pasien Kanker Payudara On Kemoterapi” dimana penerimaan diri ialah metode berpikir seorang dalam memandang pribadinya sendiri, yang dimana penerimaan diri ialah seseorang orang sudah belajar buat hidup dengan dirinya sendiri, dalam makna bisa menerima kelebihan ataupun kekurangan yang terdapat pada dirinya yang dipengaruhi oleh konsep diri. Konsep diri ialah metode berpikir seorang dalam memandang dirinya. Hasil riset menampilkan kalau konsep diri penderita kanker buah dada positif sebanyak 23 orang (57, 5%) serta penerimaan diri penderita kanker buah dada menampilkan kalau

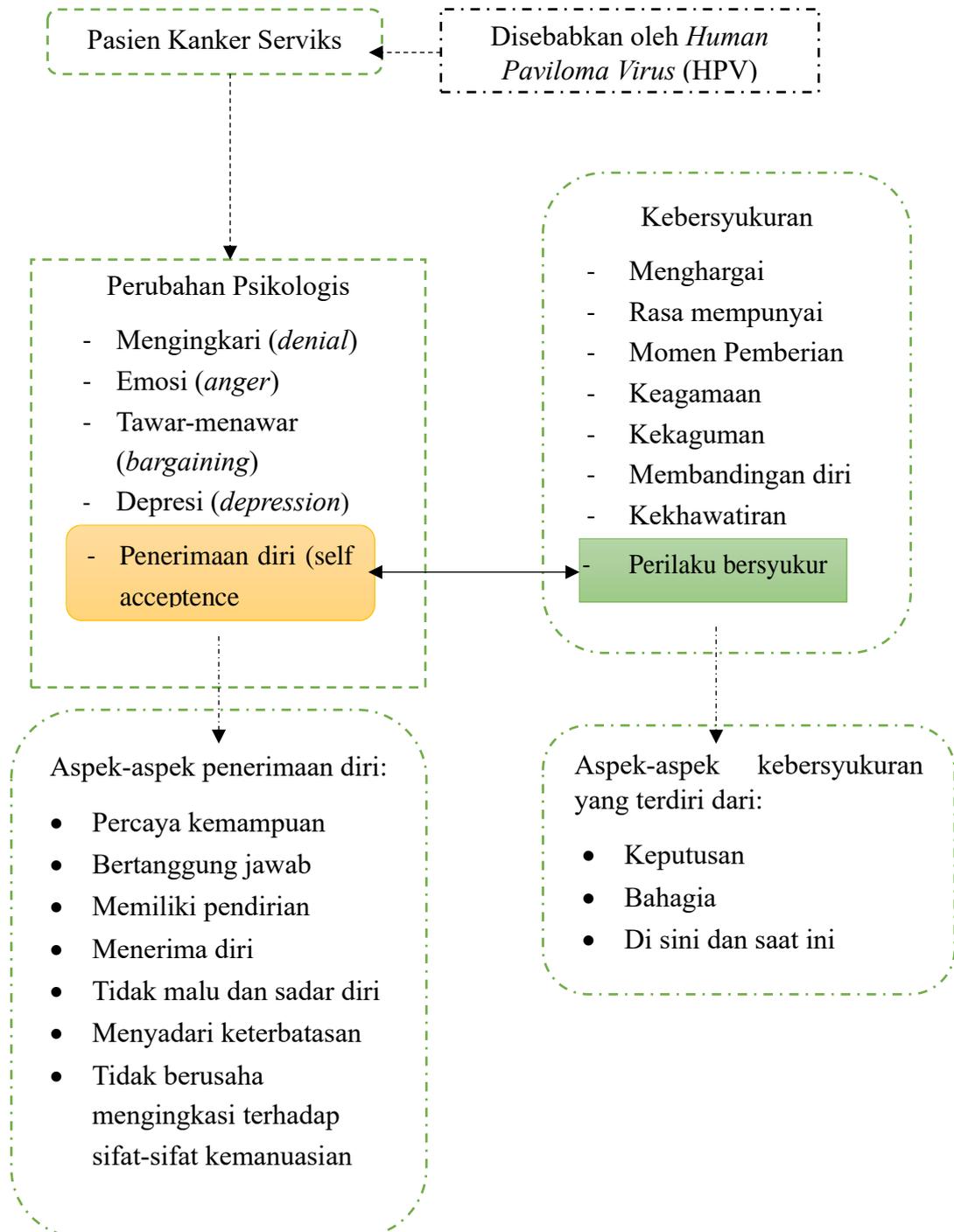
penerimaan diri rendah sebanyak 22 orang (55.0%). Hasil uji statistik *Chi-square* menampilkan nilai  $P = Value$  0.003 yang berarti terdapat ikatan yang signifikan antara konsep diri dengan penerimaan diri penderita kanker buah dada on chemotherapy di ruangan kemoterapi RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2022.

Perihal ini didukung oleh Wood, Joseph, serta Maltby (2009) kalau penerimaan diri sanggup memprediksi terdapatnya rasa syukur, dimana penerimaan diri ialah salah satu aspek dalam menggapai kepuasan hidup. Salah satu teori psikologi dari Carl Rogers (2009) Seseorang akan bisa merasakan timbulnya pikiran, perasaan dan kondisi yang baik dimana hal itu akan membawa seseorang untuk bisa lebih bersyukur atas apapun yang dimilikinya.

Hurlock (2009) yang berkata kalau orang yang menggemari dirinya hingga dia hendak sanggup menerima dirinya serta dia hendak terus menjadi diterima oleh orang lain, dengan kata lain orang dengan penerimaan diri yang baik hendak sanggup mengarahkan kepada emosi yang positif salah satunya ialah dengan mengucap syukur. Tidak hanya itu, dengan terdapatnya kebersyukuran serta penerimaan diri hendak menimbulkan anak muda membagikan penilaian yang positif dalam hidupnya.

Kebersyukuran serta penerimaan diri ialah satu perihal yang berkaitan. Seorang dengan penerimaan diri yang baik, hingga dia sanggup memandang diri sendiri dari sisi positif, menerima dan mengakui seluruh kelebihan ataupun seluruh keterbatasan yang terdapat dalam dirinya, sehingga hendak membuat seorang hendak bersyukur dengan apa yang dia miliki saat ini serta memusatkan ke emosi yang positif.

## 2.5 Kerangka Teori



Gambar 2.2 Kerangka Teori

## 2.6 Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian merupakan suatu cara yang digunakan untuk menjelaskan hubungan atau kaitan antara variabel yang akan diteliti (Notoatmodjo, 2018).



## 2.7 Hipotesis

Terdapat hubungan yang positif antara penerimaan diri terhadap rasa kebersyukuran pasien kanker serviks. Semakin baik penerimaan diri yang dimiliki seseorang maka semakin baik pula rasa kebersyukurannya, sebaliknya semakin kurang penerimaan diri maka semakin kurang pula kebersyukuran yang dimilikinya.