

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) menyatakan penyakit kanker payudara merupakan salah satu penyebab kematian utama diseluruh dunia. Angka kanker payudara di Indonesia mencapai 42,1 orang per 100.000 penduduk. Rata-rata kematian akibat kanker ini mencapai 17 orang per 100.000 penduduk. 70 persen pasien kanker payudara baru datang ke fasilitas kesehatan pada stadium lanjut merupakan suatu hal yang memprihatinkan. Angka kejadian penyakit kanker di Indonesia (136.2/100.000 penduduk) berada pada urutan 8 di Asia Tenggara. Angka kejadian kanker untuk perempuan yang tertinggi adalah kanker payudara yaitu sebesar 42,1 per 100.000 penduduk. Prevalensi kanker payudara di Indonesia menunjukkan adanya peningkatan dari 1,4 per 1000 penduduk di tahun 2013 menjadi 1,79 per 1000 penduduk pada tahun 2018. Prevalensi kanker payudara tertinggi adalah provinsi DI Yogyakarta 4,86 per 1000 penduduk.

Persentase Wanita Usia Subur (WUS) yang dilakukan deteksi dini kanker payudara di Jawa Tengah dilaporkan 75.690 WUS. Pemeriksaan yang dilakukan oleh Clinical Breast Examination (CBE) persentase WUS dikabupaten/kota yang diketahui terdapat benjolan tertinggi adalah kabupaten Kendal sebesar 50,62 persen, diikuti

Kota Semarang 13,33 persen. Tingginya persentase benjolan menunjukkan faktor resiko kanker payudara di wilayah tersebut (Dinkes Jateng, 2017).

Data Global Cancer Observatory 2018 dari World Health Organization (WHO) menunjukkan kasus kanker yang paling banyak terjadi di Indonesia adalah kanker payudara, yakni 58.256 kasus atau 16,7% dari total 348.309 kasus kanker (Widowati, 2019). Data dinas kesehatan (Dinkes) Kota Semarang tahun 2017 bahkan menyebutkan perempuan di ibu kota Jawa Tengah sekitar 3.509 orang menderita kanker payudara. Terdapat kasus seorang nenek ditemukan bunuh diri akibat tidak tahan menahan rasa sakit kanker payudara. Meski telah berkali-kali berobat, menjalani terapi serta operasi tetap masih mengeluhkan rasa sakit yang diderita (Nugroho, 2018). Hal tersebut memberikan kepastian bahwa kanker payudara memiliki resiko psikologis bagi para penderita.

Sejalan dengan kasus tersebut, Applebaum (2014) menyatakan bahwa optimisme erat kaitannya dengan kesejahteraan psikologis untuk memperoleh kesehatan yang lebih baik, sedangkan pesimisme berkaitan dengan kesehatan yang lebih buruk, mudah cemas, dan depresi.

Sementara King (2012) mengatakan lebih lanjut bahwa dalam menghadapi kegagalan, orang-orang tetap yakin bahwa tujuan dan nilai mereka masih dapat diraih. Optimisme mereka membuat mereka tetap bekerja untuk meraih tujuan mereka, sementara pesimisme membuat orang-orang menyerah.

Penelitian yang dilakukan Asrie (2018) memiliki hasil 10 dari perempuan yang memiliki kanker payudara merasa stress, cemas, khawatir, sedih dan bingung

akan berbuat apa setelah didiagnosis memiliki kanker payudara. Satu informan diantaranya menganggap Tuhan tidak adil karena telah memberikan penyakit. Delapan informan merasa malu dan tidak sempurna serta satu informan merasa takut setelah dokter menyarankan operasi.

Lebih lanjut hasil penelitian Martha, Dyah dan Pron (2016) dari 28 responden ada sebanyak 3 (10,11%) memiliki optimisme rendah, 23 (82,14%) responden mengalami optimisme sedang, dan 2 (7,75%) memiliki optimisme tinggi. Semakin tinggi optimisme maka semakin rendah tingkat depresi pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi. Namun, jika optimisme semakin turun maka tingkat depresinya semakin meningkat.

Sejalan dengan Ciccarelli & White (2006) yang berpendapat sama bahwa optimis maupun pesimis merupakan sikap yang dimiliki oleh seseorang terhadap kejadian-kejadian yang terjadi dalam hidupnya dan juga merupakan salah satu faktor personal yang mempengaruhi tindakan seseorang dalam menghadapi tekanan yang dialaminya. Individu yang optimis, memiliki kecenderungan untuk selalu mengharapkan hasil yang positif, sedangkan individu yang pesimis mengharapkan hal-hal buruk terjadi.

Orang – orang pesimis tampak bergantung pada keajaiban atau belas kasihan dari kehidupan. Sedangkan orang optimis memiliki pertahanan yang kuat melawan realitas (Seligman, 2008). Terkait dengan penelitian ini, peneliti melakukan wawancara awal dengan 3 perempuan penderita kanker payudara dengan hasil sebagai berikut. Wawancara ini dilaksanakan pada tanggal 26 Mei 2020 di rumah M

Getasrejo Purwodadi. Memiliki usia 47 tahun, kanker yang diderita M berada di stadium 2. Setelah didiagnosis oleh dokter, M tidak percaya, kaget serta tidak menerima kenyataan karena selama ini M tidak merasa kesakitan. M telah menjalani berbagai macam pengobatan mulai dari herbal dan kemoterapi. Meskipun mendapat dukungan dari keluarga, M selalu merasa merepotkan keluarga. M seringkali memberontak untuk melanjutkan pengobatan karena sakit serta efek samping setelah pengobatan dan tidak berharap banyak untuk kesembuhannya karena mengetahui hasil pengobatan dari dulu sampai sekarang sama saja.

Informan ke 2 berinisial S berumur 44 tahun. Wawancara ini dilakukan dirumahnya Tumpuk Kecamatan Wirosari Purwodadi dan hari yang sama 26 Mei 2020. Awal didiagnosis pada tahun 2018. Kanker yang diderita stadium 2B. S percaya dan tidak percaya ketika didiagnosis memiliki kanker payudara karena menurutnya tidak ada riwayat genetik memiliki kanker payudara. Hidup serasa runtuh dan kematian nyata didepan S. S percaya bahwa kanker adalah penyakit mematikan yang pasti akan meninggal dengan cepat, berumur pendek dan sulit sembuh. Dengan kondisi ekonomi pula S tidak yakin dapat bertahan hidup. Jika sakit kambuh pikiran S menjadi kalut, emosian, dan berteriak-teriak. Sering melamun dan menangis karena capek menjalani pengobatan serta merasa tidak ada hal lain yang bisa dilakukan lagi melihat kondisinya yang tidak kunjung membaik.

Wawancara dengan penderita kanker berinisial N dilakukan pada tanggal 29 Mei 2020 di Sukolilo Pati. Saat ini N berumur 26 tahun, belum menikah. Tahun 2019 N telah didiagnosis memiliki kanker payudara, merasa terpukul kenapa dari sekian

banyak orang N harus menjadi salah satunya. Berawal dari ketidaktahuan N mengenai rasa nyeri pada payudaranya rasa sakitnya ditahan karena hanya dikira sakit menjelang menstruasi. N telah menjalani pengobatan yang disarankan dokter sampai pengobatan herbal yang disarankan oleh saudara juga tetangganya. Kanker yang diderita stadium 2. Setiap kali kambuh, N kerap kali berteriak ingin mati saja. N ingin sekali menikah seperti teman lainnya. Namun, tidak ada yang mau mendekat ketika mengetahui N memiliki kanker payudara. Hal tersebut membuat N semakin marah, sedih, kerap menangis dan tidak memiliki tujuan untuk sehat lagi. N pasrah tidak berdaya untuk berbuat apa-apa. Memikirkan betapa usianya yang masih muda semakin membuat N merasa minder, tidak percaya diri serta kehilangan keinginan untuk memiliki rencana-rencana masa depan.

Dari hasil *preliminary* menyatakan jika ketiga subjek memiliki masalah terkait dengan optimismenya, tidak memiliki keinginan untuk sembuh, ketakutan untuk menjalani operasi, berumur pendek, meninggal dengan cepat, kanker adalah penyakit yang mematikan dan sulit disembuhkan, perasaan cemas, khawatir, stres, dangkal pikiran hingga keinginan untuk bunuh diri. Mereka tidak memiliki pandangan dan harapan yang baik.

Perempuan yang terdiagnosis kanker payudara membutuhkan adaptasi terhadap kondisinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi adaptasi seseorang yang baru saja terdiagnosa kanker adalah optimisme terhadap kesembuhan. Hal tersebut penting bagi penderita kanker payudara karena berperan meningkatkan harapan positif terhadap kesembuhan penderita (Budiati, 2013).

Optimisme dapat meningkatkan fungsi adaptif pada perilaku sehat. Dalam bidang kesehatan optimisme mampu meningkatkan kesehatan tubuh, sistem kekebalan, kebiasaan hidup sehat, membuat hidup lebih lama, serta dapat mengurangi depresi, infeksi dalam tubuh dan mempengaruhi terhadap penyakit (Segestrom, 2006)

Individu yang optimis tidak sering terkejut saat menghadapi suatu kesulitan, selalu berusaha memecahkan masalah, yakin memiliki kemampuan mengendalikan masa depan, memiliki kemampuan menghentikan cara berpikir negatif, memiliki kemampuan meningkatkan apresiasi terhadap lingkungan sekitarnya, imajinasi yang dimiliki mampu digunakan untuk melatih kesuksesan, selalu merasa yakin dengan kemampuan yang dimiliki, dan mampu menerima segala hal yang tidak bisa berubah maupun yang dapat berubah (McGinnis, 1995). Optimisme sebagai pengharapan bahwa hal-hal baik lebih mungkin terjadi dan hal-hal buruk kemungkinan kecil terjadi di masa depan Carver & Scheier (King, 2012).

Selain respon perilaku, individu juga mengalami pengalaman emosi pada kejadian dalam kehidupan. Kesulitan-kesulitan merangsang beberapa perasaan yang merefleksikan baik distres dan tantangan. Keseimbangan antara perasaan-perasaan tersebut berbeda antara orang yang optimis dan pesimis. Karena orang yang optimis mengharapkan *good outcome*, mereka cenderung mengalami perpaduan emosi yang lebih positif. Karena orang yang pesimis mengharapkan *bad outcome*, mereka mengalami perasaan-perasaan yang lebih negatif-kecemasan, kesedihan, keputusasaan (Scheier, 2001).

Penelitian oleh Budiati, Wardiyah, dan Afiyanti (2013) menyatakan hasil bahwa rerata responden memiliki optimisme kesembuhan yang rendah. Faktor dominan yang mempengaruhi optimisme kesembuhan pasien kanker payudara adalah stres dan dukungan sosial. Semakin tinggi stres semakin menurun skor optimisme kesembuhan pada pasien kanker payudara.

Murray dan Fortinberry (2004) menjelaskan salah satu indikator optimisme yang utama adalah *happiness*. Suasana hati subjektif yang bahagia dapat memicu individu untuk melihat sisi positif dari segala sesuatu yang dihadapi. Murray dan Fortinberry juga menyebutkan bahwa orang yang optimis memiliki lingkungan sosial yang memberikan dukungan sosial yang diperlukan untuk berpikir optimis. Hubungan spiritual atau religiusitas yang baik juga salah satu ciri individu yang memiliki optimisme tinggi, individu yang percaya adanya *divine entity* (entitas Tuhan) yang menjaga dan memberikan berkat padadirinya akan memiliki ekspektasi positif terhadap permasalahan yang mereka hadapi.

Seligman (2008) Seorang optimis akan bangkit kembali dari kekalahan, dan kemudian memulai usahanya kembali, sedangkan seorang pesimis akan menyerah dan mengalami depresi ketika menghadapi masalah yang sama. Seligman juga menjelaskan indikator seorang yang optimis adalah seorang yang memiliki kemampuan penilaian situasi (*situation appraisal*) yang tinggi. Individu dengan kemampuan tersebut akan mampu melihat dengan baik dari konsekuensi dari situasi yang dihadapi, karena jika konsekuensi negatif yang akan dihadapi jika gagal sangat tinggi, maka optimisme adalah strategi yang salah. Beberapa konsekuensi negatif

tinggi yang disebutkan Seligman adalah kematian, kecelakaan, ataupun perceraian. *Disputation* atau kemampuan untuk berargumen dan mendebat diri sendiri adalah indikator berikutnya yang disebutkan Seligman untuk orang yang memiliki optimisme tinggi. Seorang optimis memiliki kemampuan untuk mendebat kepercayaan dan keyakinan-keyakinan negatif yang muncul atas suatu permasalahan. Keyakinan negatif yang belum terbukti dapat memblokir segala hal-hal positif yang bisa dilihat sehingga membuat seorang individu hanya mempersepsikan suatu hal dari semua hal yang negatif saja

Scheier dan Carver (2002) mengemukakan optimisme dapat mempengaruhi kesehatan individu. Menurut penelitiannya yang dilakukan di tahun yang sama oleh pasien operasi jantung, optimisme merupakan prediktor yang signifikan dalam proses *recovery*. Pasien dengan optimisme dilaporkan melalui masa *recovery* lebih cepat, dan lebih sedikit mengalami serangan jantung setelahnya.

Orang-orang yang optimis juga dilaporkan dapat merespon pengobatannya lebih positif daripada orang pesimis (Gooding & Bulls, 2013). Seperti yang diungkapkan oleh informan M yang merasa tidak percaya dan marah saat mengetahui memiliki kanker payudara. Terkadang, informan merasa putus asa terhadap pengobatan yang dijalani karena tidak membuahkan hasil yang diinginkan. Namun, M juga memikirkan anak-anaknya dan suami bagaimana hidup mereka jika M harus meninggal karena kanker. Keinginan untuk sembuh juga terkadang terbesit jika memandang anak-anaknya yang masih membutuhkan sosok ibu diusia remajanya saat ini. Namun juga, ketika M tidak tahan terhadap rasa sakit yang diderita M hanya

berfikir pendek berkeinginan menyudahi pengobatannya dan ingin meninggal saja dari pada merasakan sakit setiap saat.

Scheier & Carver (Baldwin, Kennedy, & Armata, 2008) juga menyebutkan ekspektasi-ekspektasi dari individu dengan optimisme kesembuhan seorang penderita penyakit akan bersifat stabil atau akan berubah seiring berjalan waktu dan konteks, sehingga mempengaruhi keputusan individu untuk terus terus berjuang atau menyerah.

Keseimbangan antara perasaan-perasaan terhubung dengan ekspektasi seseorang terhadap hasil yang akan muncul. Ketika seseorang mengharapkan hasil yang positif walaupun situasi yang dihadapi akan sangat sulit, mereka akan mengalami kombinasi perasaan yang secara keseluruhan bersifat positif. Kombinasi perasaan inilah yang akan berpengaruh kepada kualitas hidup dari orang tersebut. Jika seseorang lebih pesimis, maka dia akan mengalami bias yang lebih kuat terhadap perasaan-perasaan negatif (Killing, 2019).

Pencegahan semakin memburuknya kondisi penderita kanker payudara dapat diminimalisir dengan meningkatkan optimisme terhadap kesembuhan dari penyakitnya. Optimisme kesembuhan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi adaptasi pada kondisi kronis seperti penyakit kanker payudara (Carver et al, 2005).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Optimisme Terhadap Kesembuhan Pada Perempuan Penderita Kanker Payudara”.

B. Tujuan Penelitian

Untuk mengidentifikasi dan menganalisa dimensi-dimensi optimisme pada perempuan penderita kanker payudara.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi positif dan psikologi klinis serta memberi informasi lebih mendalam tentang optimisme pada perempuan penderita kanker payudara.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta informasi tambahan pada perempuan-perempuan yang menderita kanker payudara dan memberikan referensi pengetahuan bagi peneliti selanjutnya berkaitan dengan optimisme pada perempuan penderita kanker payudara.