

## **Dinamika *Posttraumatic Growth* pada Perempuan Penyintas Payudara Usia Dewasa Madya**

Wahyu Zahmatul Fitriyah & Siti Waringah  
Fakultas Psikologi  
Universitas Gadjah Mada

### **INTISARI**

Penderita kanker payudara memiliki kemungkinan untuk mengembangkan PTSD karena mampu memicu munculnya perasaan negatif jangka waktu yang lama. Peristiwa traumatis pada kanker payudara terjadi secara berulang-ulang, akan menciptakan suatu ketahanan bahkan rekonstruksi pikiran yang baru menuju pada pertumbuhan, yang disebut dengan *posttraumatic growth*. Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk menggambarkan dinamika *post-traumatic growth* pada perempuan penyintas kanker payudara usia dewasa madya melalui pendekatan fenomenologis. Data penelitian didapatkan melalui proses wawancara semistruktural.

Hasil penelitian menggambarkan bahwa proses diagnosis dapat memunculkan perilaku penghindaran karena adanya pikiran ketakutan akan kematian. Apabila hal tersebut difasilitasi dengan bercerita kepada keluarga atau teman terdekat serta berdoa (*self-disclosure*), maka akan memunculkan proses perenungan sebagai bentuk peningkatan pada aspek hubungan dengan orang lain dan Tuhan. Proses keterbukaan ini akan memicu munculnya regulasi emosi lewat proses perenungan untuk mengelola stress sehingga para partisipan memiliki kekuatan untuk melanjutkan proses pengobatan. Perenungan yang paling disadari dan paling dalam akan mendorong terjadinya perubahan skema hidup dalam aspek apresiasi terhadap kehidupan dan munculnya kemungkinan-kemungkinan baru. Faktor internal terdiri dari faktor karakter personal. Faktor eksternal terdiri dari pola asuh orang tua serta *social support*.

Keyword: Kanker payudara, Penyintas, Perempuan, *Posttraumatic Growth*

## **Posttraumatic Growth Dynamics in Middle Adult Breast Survivors**

Wahyu Zahratul Fitriyah & Siti Waringah  
Faculty of Psychology  
Gadjah Mada University

### **ABSTRACT**

*Breast cancer sufferers have the possibility to develop PTSD because it can trigger negative feelings for a long time. Traumatic events in breast cancer occur repeatedly, will create a resilience and even a new reconstruction of the mind leading to growth, which is called posttraumatic growth. This research aims to describe the dynamics of post-traumatic growth in middle-aged female breast cancer survivors. through a phenomenological approach. The research data was obtained through a semi-structural interview process.*

*The results of the study illustrate that the diagnosis process can lead to avoidance behavior due to thoughts of fear of death. If this is facilitated by telling family or close friends and praying (self-disclosure), then a process of contemplation will emerge as a form of improvement in aspects of relationships with other people and God. This process of openness will trigger the emergence of emotional regulation through a process of contemplation to manage stress so that the participants have the strength to continue the treatment process. The most conscious and deepest contemplation will encourage a change in the scheme of life in the aspect of appreciation for life and the emergence of new possibilities. Internal factors consist of personal character factors. External factors consist of parenting style and social support.*

*Keywords: Breast cancer, survivors, women, posttraumatic growth*