

“Bagaimana Ku Bertahan?” (Grief, Kebersyukuran dan Dinamika Posttraumatic Growth pada Penyandang Kanker Payudara di Yogyakarta)

Khaulah Nabilah¹, Sofia Retnowati²

Nabil.khau@gmail.com¹, sofi_53@ugm.ac.id²

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Abstrak

Bagi penyandang, didiagnosis kanker merupakan kejadian yang tidak diinginkan. Mereka dihadapkan dengan stres dan trauma disebabkan jangka waktu pengobatan yang lama. Hal tersebut mengharuskan penyandang untuk dapat beradaptasi. Sejauh pengetahuan peneliti, belum ada penelitian mendalam tentang proses bertahan penyandang kanker payudara sehingga membentuk *posttraumatic growth* (PTG). Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi dengan wawancara, yang dianalisis menggunakan *interpretative phenomenological analysis* (IPA). Terdapat tiga partisipan yang terlibat dalam penelitian ini. Dinamika PTG partisipan terbentuk dari enam tema yaitu kondisi sebelum diagnosis, awal diagnosis, tantangan yang dihadapi, *grief*, proses bertahan, dan PTG. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan mampu lewati tahapan *grief* (penolakan dan rasa marah) dengan bantuan faktor internal (optimis, resiliensi, harapan, dan pengambilan keputusan) dan faktor eksternal (pengobatan dan pengaruh sosial). Kemudian partisipan membentuk penguasaan diri dan meningkatkan spiritualitas. Kedua hal tersebut berperan membentuk penerimaan dan kebersyukuran sehingga partisipan mencapai PTG. Pada penelitian ini, kebersyukuran membantu partisipan bertahan sehingga menonjolkan aspek PTG yaitu hubungan dengan orang lain, kemungkinan baru, dan perubahan spiritual. Hal tersebut membantu partisipan memaknai kanker sebagai jalan yang diberikan Tuhan agar mereka lebih dekat dengan-Nya, mempererat hubungan interpersonal, dan saling berbagi dengan orang lain.

Kata kunci: kanker payudara, grief, kebersyukuran, spiritualitas, posttraumatic growth

Pengantar

Pasien penyakit kronis seperti kanker memiliki tantangan yang berbeda dengan pasien penyakit umum sehingga dibutuhkan penanganan yang berbeda (Bertman, 2016; Vilchinsky, 2019). Di Indonesia, jumlah kasus baru kanker payudara masih menjadi kasus tertinggi yaitu 30,9% (*The Global Cancer Observatory*, 2019). Hasil data Riskesdas menunjukkan prevalensi penyandang kanker tertinggi berada di Yogyakarta (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Dengan demikian, kanker payudara merupakan kasus kanker tertinggi di Indonesia dengan Yogyakarta sebagai kota dengan penyandang kanker tertinggi. Kanker payudara merupakan kejadian yang tidak diinginkan bagi penyandangannya. Grant, Kompas, Thurm, dkk. (dalam Kompas, Connor-Smith, Thomsen, dkk., 2001) menyatakan individu dapat mengalami