

**PROGRAM INTERVENSI BERBASIS *MINDFULNESS* UNTUK
MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
CAREGIVER PASIEAN KANKER ANAK**

Nur Baiti Astuti

Abstrak

Diagnosis kanker pada pasien anak memberikan dampak yang cukup besar bagi keluarga. Beban dan tanggung jawab yang dialami mereka mampu menimbulkan tekanan dan stresor. *Caregiver* tanpa disadari merupakan “pasien tersembunyi” yang memiliki banyak permasalahan, baik dari segi kesehatan fisik maupun dari segi psikologis. Beban *caregiver* tersebut mampu menyebabkan kondisi kesejahteraan psikologis yang semakin menurun. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan meningkatkan kemampuan *mindfulness* pada *caregiver*. Partisipan dari penelitian ini adalah 6 *caregiver* pasien kanker anak di Yayasan Kanker Anak Jogja. Metode penelitian yang digunakan adalah *the one group pretest-posttest design*. Analisis yang digunakan menggunakan teknik *wilcoxon matched-pairs signed-ranks test* untuk melihat perbedaan skor *mindfulness* dan kesejahteraan psikologis partisipan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Hasil menunjukkan bahwa tidak terjadi peningkatan kesejahteraan psikologis yang signifikan pada *caregiver* ($Z = -1.051$; $p = 0.293$ ($p > 0.05$)). Meski demikian, terjadi peningkatan aspek penerimaan diri pada *caregiver* setelah program *mindfulness* berlangsung ($Z = -2.207$; $p = 0.016$ ($p < 0.05$)).

Kata kunci: *Caregiver* kanker anak, beban *caregiver*, *mindfulness*, kesejahteraan psikologis.

Abstract

Diagnosis of cancer in children can be extremely stressful for caregiver. Caregivers are “hidden patients” who have been suffering from physical and psychological problems. However, only few program address the needs of caregivers of children with cancer. This research aims to enhance psychological well-being (PWB) using mindfulness based intervention for caregiver. Participants of this study are 6 caregivers of children with cancer in Yayasan Kanker Anak Yogyakarta. The research design is one group pretest-posttest design. PWB scale used to measure caregiver’s well-being level will be given three times, before treatment as pre-test, after treatments post test, and follow up measurement after post test. The descriptive statistic wilcoxon matched-pairs signed-ranks test to show the different of mindfulness and well-being score, before and after intervention. Following mindfulness program, caregiver showed improvements in psychological well being but were not statistically significant ($Z = -1.051$; $p = 0.293$ ($p > 0.05$)). However, caregivers had improved in self acceptance after mindfulness program ($Z = -2.207$; $p = 0.016$ ($p < 0.05$)).

Keywords: *caregiver childhood cancer, burden, mindfulness, psychological well-being*