

Gambaran *Psychological Well-Being* Wanita Breast Cancer Survivor yang telah Menjalani Mastektomi di Bandung Cancer Society

Description of Psychological Well-Being in Women Breast Cancer Survivor That Have Been Undergoing Mastectomy At Bandung Cancer Society

¹Della Damayanti Darusman, ²Indri Utami S,

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116
email: ¹delladamayanti5@gmail.com, ²indri.usumaryanti@gmail.com

Abstract. Breasts are one of the organs of the identity of the perfection of a woman, as a symbol of the role of the wife (ASI reproduction), as well as sexual meaning is important. This has caused great concern in women when diagnosed with breast cancer, especially faced with the choice should be surgical removal of the breast (mastectomy). Various studies suggest a negative effect on their psychological effect on the quality of life. Negative effects do not appear in the majority of breast cancer survivors who had undergone a mastectomy at Bandung Cancer Society (BCS), they still can show that they are still able to accept his situation, would establish a positive relationship with other people, capable of making their own decisions and be independent, but it does have a purpose in life, able to select and manage the environment according to their needs and to develop themselves continue to occur towards the better. The purpose of this study was to obtain empirical data about the description of psychological well-being in women breast cancer survivors at Bandung Cancer Society, with research 14 subjects. Measuring instruments used in the form of a questionnaire, with Likert scale items were compiled based on the theory of psychological well-being of Ryff (1989) which has been tested for validity and reliability. This instrument has a 214 item valid and reliability of the measuring instrument psychological well-being of 0.950. The results showed that 64.3% of the subjects had psychological well-being is high, while the other 35.7% of the subjects had psychological well-being that low.

Keyword : psychological well-being, mastectomy, breast cancer survivor

Abstrak. Payudara merupakan salah satu organ yang menjadi identitas kesempurnaan seorang wanita, sebagai symbol peran istri (reproduksi ASI), serta memiliki makna seksual yang penting. Hal inilah yang menyebabkan adanya kekhawatiran yang besar pada wanita saat didiagnosis kanker payudara, terlebih lagi dihadapkan pada pilihan harus melakukan operasi pengangkatan payudara (mastektomi). Berbagai penelitian menunjukkan adanya efek negatif pada mereka secara psikis yang berpengaruh pada penurunan kualitas hidup. Berbagai efek negatif tidak muncul pada kebanyakan breast cancer survivor yang telah menjalani mastektomi di Bandung Cancer Society (BCS), mereka tetap dapat menunjukkan bahwa mereka tetap bisa menerima keadaan dirinya, mau menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, mampu mengambil keputusan sendiri serta mandiri, tetapi memiliki tujuan hidup, mampu memilih dan mengelola lingkungan sesuai kebutuhannya serta mengembangkan diri terus menerus ke arah yang lebih baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan data yang empiris tentang gambaran psychological well-being pada wanita breast cancer survivor di Bandung cancer Society, dengan subjek penelitian 14 orang. Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner, dengan skala likert yang item-itemnya disusun berdasarkan teori psychological well-being dari Ryff (1989) yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Alat ukur ini memiliki 214 item yang valid dan reliabilitas alat ukur psychological well-being sebesar 0,950. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 64,3% subjek memiliki psychological well-being yang tinggi, sedangkan 35,7% subjek lainnya memiliki psychological well-being yang rendah.

Kata Kunci: psychological well-being, mastektomi, breast cancer survivor

A. Pendahuluan

Kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling banyak dialami oleh wanita Indonesia. Hingga saat ini, ilmu kedokteran belum menemukan cara untuk mencegah timbulnya kanker payudara tetapi deteksi dini dapat membantu penanganan yang lebih cepat serta tepat. Sedangkan, di Indonesia hampir 50% penderita kanker payudara melakukan pemeriksaan awal dalam kondisi telah stadium lanjut, sehingga sulit mencapai pengobatan yang optimal.

Penderita penyakit kronis seperti kanker payudara tidak hanya menunjukkan reaksi secara fisik yang menyakitkan namun juga muncul gejala-gejala psikologis yang tidak menyenangkan. Ketika seseorang didiagnosa menderita kanker payudara dan harus menjalani mastektomi, masalah psikologis yang dihadapi lebih kepada pertama kali mereka divonis penyakit kanker dan harus menjalani proses pengobatan yang panjang. Ada juga timbul masalah lainnya yaitu diangkatnya symbol kewanitaan (feminitas) yang juga berfungsi sebagai daya tarik. Selain itu ada juga masalah sosial yang dialami oleh wanita pasca mastektomi yaitu anggapan orang disekeliling bahwa mereka lemah dan berpenyakitan. Pembedahan untuk kanker payudara adalah pengalaman yang sangat traumatis dan menakutkan bagi wanita. Efek jangka panjang dari mastektomi berpengaruh sangat besar terhadap kualitas hidup karena rasa sakit dan ketidaknyamanan berikutnya. Penurunan kualitas hidup pada pasien mastektomi berhubungan dengan diagnosis, terapi dan efek samping kemoterapi (Galgut, 2010).

Keadaan berbeda ditemukan pada sebagian besar para breast cancer survivor yang telah menjalani mastektomi di salah satu komunitas kanker di Bandung, yaitu Bandung Cancer Society (BCS), dari hasil wawancara awal dengan responden, sebagian dari mereka mengatakan permasalahan-permasalahan yang muncul setelah mereka dimastektomi tidak membuat mereka memandang dirinya negatif, ketidaksempurnaan fisiknya menurut mereka bukanlah suatu permasalahan yang berat, bahkan mereka merasa beruntung karena masih mempunyai anggota tubuh yang lainnya. Menurut mereka tidak berguna jika hanya mengeluh dan meratapi nasib sebagai breast cancer survivor, mereka lebih senang untuk mengevaluasi diri, sehingga saat ini digunakan untuk berubah menjadi lebih baik. Mendekatkan diri kepada Tuhan juga merupakan salah satu cara para breast cancer survivor untuk tetap mempunyai tujuan hidup, optimis terhadap masa depan yang akan dijalaninya, dan percaya bahwa sesuatu akan menjadi lebih baik.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana gambaran *psychological well-being* wanita *breast cancer survivor* yang telah menjalani mastektomi di Bandung Cancer Society (BCS).

B. Landasan Teori

Ryff (1989) mendefinisikan Psychological Well-Being sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi positif, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan dan tumbuh secara personal.

Dimensi dalam Psychological Well-Being

1. Dimensi Penerimaan Diri (Self Acceptance)

Dimensi ini merupakan ciri utama kesehatan mental dan juga sebagai karakteristik utama dalam aktualisasi diri, berfungsi optimal, dan kematangan. Penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya. Kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri merupakan karakteristik utama dari fungsi psikologis positif.

2. Dimensi Hubungan Positif dengan Orang Lain (Positive Relationship with Others)

Dimensi ini berulang kali ditekankan sebagai dimensi yang penting dalam Psychological Well-Being. Ryff menekankan pentingnya menjalin hubungan saling percaya dan hangat dengan orang lain. Dimensi ini juga menekankan bahwa

kemampuan mencintai orang lain merupakan salah satu komponen kesehatan mental. Aktualisasi diri digambarkan dengan memiliki rasa empati dan kasih sayang yang kuat untuk orang lain, persahabatan yang lebih dalam. Dalam teori perkembangan rentang kehidupan mengatakan dalam tahap perkembangan dewasa juga menekankan mengenai pencapaian menjalin hubungan dekat dengan orang lain (intimacy).

3. Dimensi Otonomi (Autonomy)

Dimensi otonomi menjelaskan mengenai kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku. Individu yang benar-benar berfungsi juga digambarkan memiliki internal locus of evaluation, dimana individu tidak melihat kepada orang lain untuk mendapatkan persetujuan melainkan menilai dengan standar pribadi. Dalam teori perkembangan rentang kehidupan juga membahas bahwa individu diberikan rasa kebebasan dari norma kehidupan sehari-hari.

4. Dimensi Penguasaan Lingkungan (Environmental Mastery)

Dimensi ini menggambarkan kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya. Hal tersebut didefinisikan sebagai karakteristik kesehatan mental. Dalam teori perkembangan rentang kehidupan juga digambarkan individu membutuhkan kemampuan untuk memanipulasi dan mengendalikan lingkungan yang kompleks. Dengan kata lain, individu mempunyai kemampuan dalam menghadapi kejadian-kejadian di luar dirinya.

5. Dimensi Tujuan Hidup (Purpose in Life)

Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidup. Dimensi ini dapat menggambarkan kesehatan mental, dikarenakan kesehatan mental tidak lepas dari keyakinan yang dimiliki oleh seorang individu mengenai tujuan dan makna kehidupan. Dalam teori perkembangan rentang kehidupan pun mengacu pada berbagai perubahan tujuan hidup, seperti menjadi produktif dan kreatif atau mencapai integrasi emosional di kemudian hari. Maka dari itu, fungsi positif yaitu memiliki tujuan, niat dan rasa kmyeeterarahan, yang semuanya berkontristrisi pada perasaan bahwa hidup ini bermakna.

6. Dimensi Pertumbuhan Pribadi (Personal Growth)

Dimensi pertumbuhan pribadi menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam diri secara terus menerus untuk tumbuh dan berkembang sebagai seorang manusia. Dimensi ini distrituhkan oleh individu agar dapat optimal dalam berfungsi secara psikologis. Salah satu hal penting dalam dimensi ini adalah adanya kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri, misalnya dengan keterbukaan terhadap pengalaman. Dalam teori perkembangan rentang kehidupan juga memberikan penekanan eksplisit untuk terus tumbuh dan menghadapi tantangan baru atau tugas pada periode yang berbeda dalam kehidupan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1. Hasil Penyebaran Skor Psychological Well-Being Subjek Tiap Dimensi

Subjek	Penerimaan Diri		Hubungan Positif Dengan Orang Lain		Otonomi		Tujuan Hidup		Penguasaan Lingkungan		Pertumbuhan Pribadi	
	Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	140	T	196	T	128	T	208	T	118	T	210	T
2	144	T	200	T	141	T	225	T	110	T	218	T
3	101	R	188	T	125	T	172	R	94	R	210	T
4	141	T	204	T	143	T	232	T	119	T	215	T

5	147	T	194	T	136	T	225	T	113	T	223	T
6	139	T	179	R	132	T	213	T	104	R	201	R
7	152	T	201	T	137	T	221	T	117	T	220	T
8	141	T	201	T	142	T	228	T	111	T	215	T
9	107	R	150	R	91	R	210	T	92	R	211	T
10	151	T	210	T	148	T	225	T	123	T	232	T
11	147	T	208	T	143	T	233	T	121	T	224	T
12	140	T	166	R	135	T	180	R	118	T	170	R
13	127	R	191	T	117	R	210	T	115	T	183	R
14	137	T	220	T	139	T	222	T	127	T	219	T
Jumlah	R	21,5%		21,5%		14,3%		14,3%		21,5%		21,5%
	T	78,5%		78,5%		85,7%		85,7%		78,5%		78,5%

Berdasarkan tabel hasil penyebaran skor psychological well-being subjek tiap dimensi, terlihat bahwa subjek 1, 2, 4, 5, 7, 8, 10, 11 dan 14 memiliki penerimaan diri yang tinggi, hubungan positif dengan orang lain yang tinggi, otonomi yang tinggi, tujuan hidup yang tinggi, penguasaan lingkungan yang tinggi, dan pertumbuhan pribadi yang tinggi, dengan demikian memberi pengertian bahwa kesembilan subjek tersebut menerima keadaannya fisiknya setelah melakukan mastektomi. Mereka memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri ditandai dengan mereka bangga terhadap dirinya sendiri yang telah berjuang melawan kanker yang dideritanya, menghargai dan menerima berbagai aspek yang ada pada dirinya ditandai dengan mereka bangga menjalani kehidupannya dengan kondisinya saat ini.

Mereka juga selalu berusaha agar bisa memberikan bantuan kepada teman-teman yang sedang mengalami musibah, selalu berusaha mengerti apa yang dirasakan oleh orang lain, mudah bergaul dengan teman-teman yang baru, berusaha untuk selalu ada untuk keluarga dan teman yang sedang membutuhkan tempat berbagi cerita. Mereka mempunyai sahabat yang dapat dipercaya untuk mendengarkan keluh kesah mereka. Para breast cancer survivor yang ada di BCS saling memberi semangat dan perhatian satu sama lain, menghibur teman yang sedang merasa sedih.

Kemudian mereka mampu untuk mengambil keputusan sendiri tanpa dipengaruhi atau mengikuti orang lain, mereka tidak malu mengakui bahwa mereka seorang breast cancer survivor yang telah dimastektomi, mereka juga tidak memperdulikan orang-orang yang menghina kekurangannya.

Mereka memiliki keyakinan yang kuat bahwa mereka bisa membahagiakan keluarganya, mereka juga yakin bahwa mereka bisa menjalankan rencana-rencana yang telah mereka buat sebelumnya, selain itu mereka juga yakin jika Tuhan memberikan ujian itu karena Tuhan sangat menyayangi mereka, serta mereka yakin bahwa mereka tetap bisa meraih kesuksesan dengan kondisinya saat ini.

Mereka juga sering mengikuti kegiatan sosial dan seminar tentang kanker yang diadakan di Bandung Cancer Society (BCS) dan juga selalu mengusahakan untuk ikut kegiatan sosial yang diadakan di luar BCS, berusaha mencari informasi tentang menjaga kondisi agar tetap sehat, berusaha mencari informasi tentang berbagai jenis kanker untuk mencegahnya agar tidak terkena penyakit kanker yang lain.

Mereka memiliki kesadaran bahwa dirinya memiliki bakat dan kelebihan dibidang tertentu, memiliki kesadaran bahwa dirinya tetap memiliki bakat dan kelebihan dengan kondisinya saat ini. Mereka juga menyadari bahwa dirinya berubah lebih baik dari waktu ke waktu dan merasa bahwa mereka semakin dewasa dan bijaksana dalam berpikir dan bertindak.

Subjek 3 memiliki score tinggi pada 3 dimensi, yaitu dimensi hubungan positif dengan orang lain, otonomi, dan pertumbuhan pribadi. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek 3 memiliki hubungan yang hangan dan saling percaya dengan orang

lain, subjek memiliki sahabat yang bisa diajak berbagi cerita, merasa senang jika memiliki lingkungan pertemanan yang baru, mampu mengambil keputusan sendiri secara tepat untuk sesuatu yang akan ia lakukan, mampu menghiraukan hinaan-hinaan yang orang lain katakan tentang dirinya, subjek 3 menyadari bahwa dirinya memiliki potensi yang bisa dikembangkan dari waktu ke waktu.

Subjek 6 memiliki score tinggi pada 3 dimensi, yaitu dimensi penerimaan diri, otonomi, dan tujuan hidup. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek 6 memiliki sikap positif terhadap diri sendiri ditunjukkan dengan mampu menerima diri apa adanya, tetap merasa bangga kepada dirinya sendiri dengan kondisinya saat ini, menghargai dirinya sendiri, mampu mengambil keputusan sendiri secara tepat untuk sesuatu yang akan ia lakukan, tidak terlalu memikirkan apa yang orang lain katakan tentang kekurangannya, memiliki tujuan dalam hidup dan keterarahan dalam kehidupan.

Subjek 9 memiliki score tinggi pada 2 dimensi, yaitu dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek 9 memiliki tujuan dalam hidup dan keterarahan dalam kehidupannya, ia percaya bahwa kehidupan di masa lalu dan sekarang memiliki arti, terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, senang melakukan hal-hal yang baru, menyadari diri memiliki potensi yang bisa dikembangkan dan bisa dikembangkan.

Subjek 12 memiliki score tinggi pada 3 dimensi yaitu dimensi penerimaan diri, otonomi, dan pertumbuhan pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa subjek 12 memiliki sikap positif terhadap diri sendiri ditunjukkan dengan mampu menerima diri apa adanya, tetap merasa bangga kepada dirinya sendiri dengan kondisinya saat ini, menghargai dirinya sendiri, mampu mengambil keputusan sendiri secara tepat untuk sesuatu yang akan ia lakukan, tidak terlalu memikirkan apa yang orang lain katakan tentang kekurangannya, memiliki kemampuan menguasai dan mengelola lingkungan sesuai dengan kebutuhannya, membangun lingkungan berdasarkan dengan apa yang ia butuhkan bukan berdasarkan dengan apa yang orang lain katakan.

Subjek 13 memiliki score tinggi pada 3 dimensi, yaitu dimensi hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penguasaan lingkungan. Hal ini menunjukkan bahwa subjek 13 memiliki hubungan yang hangan dan saling percaya dengan orang lain, subjek memiliki sahabat yang bisa diajak berbagi cerita, merasa senang jika memiliki lingkungan pertemanan yang baru, memiliki tujuan dalam hidup dan keterarahan dalam kehidupannya, ia percaya bahwa kehidupan di masa lalu dan sekarang memiliki arti, mampu memanfaatkan dengan efektif kesempatan dilingkungannya, memiliki kemampuan menguasai dan mengelola lingkungan sesuai dengan kebutuhannya, membangun lingkungan berdasarkan dengan apa yang ia butuhkan bukan berdasarkan dengan apa yang orang lain katakan.

D. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 9 orang breast cancer survivor yang telah dimastektomi di Bandung Cancer Society berada dalam keadaan psychological well-being yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis para breast cancer survivor tersebut tergolong positif atau sehat. Artinya para breast cancer survivor dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri sebagaimana adanya, memiliki hubungan positif dengan orang lain, mampu mengarahkan perilakunya sendiri, mampu mengembangkan potensi diri secara continue, mampu menguasai lingkungan, serta memiliki tujuan dalam hidupnya.

Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 5 orang breast cancer survivor yang telah dimastektomi di Bandung Cancer Society berada dalam keadaan psychological well-being yang rendah. Artinya, para responden masih ada yang belum dapat

menerima kekuatan dan kelemahan dirinya sendiri, mereka kesulitan dalam menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain, mereka tidak menyadari potensi yang ada di dalam dirinya, dengan kondisinya saat ini beberapa dari mereka merasa tidak mempunyai tujuan hidup yang jelas.

Berdasarkan tabel data demografis, usia yang berada di atas 50 tahun dengan pendidikan di atas D3 memiliki psychological well-being yang tinggi.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. (2010). Manajemen Penelitian. Cetakan ke-6. Jakarta: PT. Rieneka Cipta.
- Bradburn, Norman M. (1969). The Structure of Psychological Well-Being, Aldine Publishing Company: Chichago
- Galgut, C. (2010). The Psychological Impact of Breast Cancer: a psychologist insight as a patient. Abingdom, United Kingdom: Radcliffe publishing.
- Huppert, A.F. (2009). Psychological Well-Being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Journal of Applied Psychology: Health and Well-Being*, No.2, p.137-164. University of Cambridge, UK.
- Hurlock, E.B. (1980). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Selama Rentang Kehidupan. Edisi ke-lima. Penerbit Erlangga. Jakarta
- Maguire, P. & Parkes, C.M. (1998). Coping with Loss: Surgery and Loss of Body Parts. *British Medical Journal*.
- Monty, P., Aksan & Hermawan. (2012). Blak-Blakan Kanker Payudara: Temukan Sedini Mungkin. Cetakan I. Bandung: PT. Mizan Pustaka.
- Noor, Hasanuddin. 2009. Psikometri Aplikasi dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku. Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.
- Rahmawati, A., & Muslimah, R. N. (2014). Gambaran Kualitas Hidup Pada Wanita Dewasa Awal Penderita Kanker Payudara. *Psikologia*, Vol. 9, No. 3, 82-88. Universitas Sumatera Utara, Sumatera.
- Ryan M.R. & Deci L.E. (2001). On Happiness and Human Potential: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annu. Rev. Psychology*. Rochester.
- Ryff, D.C. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 57, No.6, 1069-1081. The American Psychological Association, Inc.
- Ryff, D.C & Keyes, C.L.M (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 69, No.4, 719-727. The American Psychological Association, Inc.
- Ryff, D.C & Essex J.M (1992). Psychological Well Being in Adulthood and Old Age; Descriptive Markers and Explanatory Processes. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, Volume 11, Chapter 6. United States of America: Springer Publishing Company, Inc.
- Ryff, D.C & Singer H.B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well Being. *Journal of Happiness Studies*.
- Sugiono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. CV. Cetaka ke-17. Bandung: Alfabeta.