

Subjective well being pada pasien kanker: Bagaimana peranan self acceptance?

Nivada Mayang Canasta¹

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

Herlan Pratikto²

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

Akta Ririn Aristawati³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

E-mail: nivadacanasta@gmail.com

Abstract

The purpose of this study is to determine the relationship between self-acceptance and subjective well-being in cancer patients. This research utilizes a quantitative correlational method. The population in this study comprises all cancer patients at the Indonesian Cancer Foundation in Surabaya, totaling 45 patients. The sampling technique employed is total sampling. The results of this research indicate a positive correlation between subjective well-being and self-acceptance in cancer patients. This means that the higher the self-acceptance of cancer patients, the higher their subjective well-being. Conversely, the lower the self-acceptance of cancer patients, the lower their subjective well-being. Thus, the hypothesis of this research is accepted. These findings also align with other studies demonstrating that self-acceptance plays a key role in shaping the level of subjective well-being, especially in challenging health conditions such as cancer.

Keywords: : Subjective Well-Being, Self Acceptance , Cancer Patient

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui adanya hubungan self acceptance dengan subjective well-being pada pasien kanker. Desain penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Populasi pada penelitian ini adalah semua pasien kanker di Yayasan Kanker Indonesia Surabaya yang berjumlah 45 pasien. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu dengan teknik total sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara subjective well-being dengan self acceptance pada pasien kanker. Artinya, semakin tinggi self acceptance pasien kanker, maka semakin tinggi pula subjective well-being mereka. Sebaliknya, semakin rendah self acceptance pasien kanker, maka semakin rendah pula subjective well-being mereka. Sehingga hipotesis pada penelitian ini diterima. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa self acceptance memainkan peran kunci dalam membentuk tingkat subjective well being, terutama dalam kondisi kesehatan yang menantang seperti kanker.

Kata kunci: : Subjective Well-Being, Self Acceptance , Pasien Kanker

Pendahuluan

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa jumlah kasus tumor atau kanker di Indonesia pada tahun 2018 meningkat menjadi 1,79 per 1.000 orang dibanding tahun 2013, yaitu sebesar 1,4 per 1.000 orang. Wilayah Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta mempunyai prevalensi kanker paling tinggi, yaitu 4,86 kasus per 1.000 penduduk. Pada urutan kedua, diisi oleh Provinsi Sumatera Barat dengan 2,47 kasus per 1.000 penduduk, dan urutan ketiga didapati Provinsi Gorontalo dengan 2,44 kasus per 1.000 penduduk. (Kementerian Kesehatan RI, 2018) Hal ini dapat membuktikan bahwa kasus baru kanker di Indonesia selalu mengalami lonjakan jumlah kasus di setiap tahunnya secara signifikan.

Diagnosa kanker adalah pengalaman yang sangat stres dan menyebabkan kecemasan hingga masalah mental pada pasien kanker (Samami., 2020). Menurut Ryff (2002) Pengobatan kanker, seperti kemoterapi, radioterapi, atau operasi, seringkali dapat menimbulkan efek samping yang berat dan memerlukan waktu serta usaha yang besar. Selain itu, persepsi penyakit yang serius dan mungkin tidak dapat disembuhkan, serta pemahaman bahwa kanker merupakan penyebab kematian utama, dapat menyebabkan tekanan emosional yang kuat pada penderita.

Perubahan fisik akibat perawatan kanker serta dampak psikologis yang disebabkan oleh penyakit kanker maka diharapkan pasien kanker memiliki pandangan yang lebih positif serta semangat untuk menjalani kehidupan. Pandangan positif dapat membantu pasien kanker untuk fokus pada hal-hal positif dalam hidup mereka, seperti dukungan dari orang lain, kekuatan mereka sendiri, dan harapan untuk masa depan. Dukungan sosial dapat membantu pasien kanker untuk merasa tidak sendirian, diterima, dan dicintai.

Namun dengan demikian hasil survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti untuk memperkuat fenomena yang terjadi. Pada 10 pasien kanker menunjukkan bahwa 70% pasien kanker tidak bahagia dan pesimis dalam menghadapi kanker, hanya 30% pasien kanker yang merasa bahagia dan optimis dalam menjalani kehidupan walau terdiagnosis kanker, didapatkan pula bahwa 60% pasien kanker tidak dapat mengatasi perubahan fisik yang disebabkan oleh pengobatan kanker yang dijalani, dengan hanya 40% yang menjawab dapat mengatasi perubahan fisik akibat perawatan kanker yang dijalani. Hasil survey tersebut juga menunjukkan 70% pasien kanker menjawab tidak cukup berenergi untuk menjalani aktivitas hari-hari, hanya 30% pasien kanker yang semangat menjalani aktivitasnya, 60% pasien juga menjawab tidak memiliki makna hidup dan tujuan karena prognosis kanker yang diderita. Maka dapat disimpulkan hal tersebut menunjukkan adanya permasalahan dengan tingkat subjective well-being pada pasien kanker. Menurut Diener (2018), subjective well-being dapat dipahami sebagai persepsi seseorang tentang aspek atau bentuk kesejahteraan yang individu alami dalam kehidupan sehari-hari.

Subjective well being pada pasien kanker: Bagaimana peranan self acceptance?

Temuan tersebut ditunjang oleh hasil pengkajian yang dilangsungkan oleh Risnanda Eka Aulia pada tahun 2019 terhadap dua partisipannya atau subjeknya. Subjek pertama menyatakan bahwa ia sangat terpuak dengan kondisi tersebut, sehingga kehilangan rasa ingin hidup, disertai dengan kecemasan yang tinggi dan perenungan akan kematian. Subjek kedua juga mengalami perasaan serupa ketika pertama kali mengetahui diagnosis leukemia, di mana ia tidak menerima kondisinya. Subjek kedua mengatakan bahwa kesehatannya dan perasaannya pada tahap awal setelah didiagnosa menderita leukemia memberikan dampak signifikan, subjek kedua cenderung mudah marah, bahkan menimbulkan masalah baru dalam hubungannya dengan istrinya. Pasien kanker seringkali merasa cemas tentang prognosis mereka, efek samping pengobatan, dan dampak sosial dan emosional dari penyakit yang dilalui berpotensi mengganggu kepuasan hidup sehingga berhubungan terhadap subjective well-being yang dipunyai pasien kanker.

Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Husin (2020) dengan judul “Subjective well being pada mahasiswa tunanetra” mengatakan kehilangan penglihatan dapat menghambat kemampuan individu dalam melakukan aktivitas sehari-hari, termasuk dalam hal kemandirian. Hal ini dapat menyebabkan individu merasa tidak puas dengan kehidupannya. Perasaan-perasaan negatif, seperti sedih, kecewa, malu, takut, dan minder, dapat mempengaruhi subjective well-being individu tersebut. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Holmes-Truscott, dkk(2015) menunjukkan bahwa tingkat subjective well-being pada penderita diabetes mellitus (DM) tipe II yang menggunakan insulin tergolong rendah, bahkan merasa tidak puas dengan kondisi kesehatannya.

Individu dengan subjective well-being yang tinggi merasa puas dengan hidup mereka, sering merasakan kebahagiaan, dan jarang mengalami emosi negatif. Sebaliknya, individu dengan subjective well-being yang rendah merasa kurang puas dengan hidup mereka, jarang merasakan kebahagiaan, dan lebih sering mengalami emosi negatif (Diener dkk, 1977).

Menurut Diener dan Suh (dalam Rizqia, 2008), didapati sejumlah faktor yang memperkuat subjective well-being, diantaranya faktor dalam kehidupan seseorang, seperti kesehatan, pendidikan, kepribadian, lingkungan, hubungan sosial, serta self acceptance. Pada penelitian ini peneliti akan berfokus pada faktor self acceptance. Self acceptance dapat membantu pasien kanker untuk menerima kondisinya, baik fisik maupun psikologis. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh O'Leary dkk (2013) pasien kanker yang memiliki self acceptance yang tinggi memiliki kualitas hidup yang lebih baik, termasuk kesejahteraan fisik, kesejahteraan psikologis, dan kepuasan dengan kehidupan.

Self-acceptance adalah kemampuan individu untuk hidup dengan karakteristik dan identitas mereka tanpa konflik atau beban emosional yang signifikan. Ini penting untuk kesejahteraan psikologis dan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan

Subjective well being pada pasien kanker: Bagaimana peranan self acceptance?

Hurlock (2006). Menurut Sheerer (1963), self-acceptance adalah kemampuan untuk menerima diri sendiri apa adanya, termasuk kekuatan dan kelemahannya.

Self acceptance adalah konsep yang telah mendapatkan perhatian dari banyak ahli psikologi dan ilmu sosial. Ini mengacu pada cara individu menilai, menerima, dan merasa positif atau negatif terhadap diri mereka sendiri, termasuk aspek-aspek fisik, emosional, sosial, dan psikologis dari diri mereka. Fatonah dan Husna (2020) menyimpulkan tingkat self acceptance seseorang tergantung pada bagaimana individu memandang dirinya sendiri dan sejauh mana mereka mampu menerima kelebihan dan kekurangan mereka. Sesuai dengan penuturan Muthmainah, Situmorang, dan Tentama (2018) juga menegaskan bahwa self acceptance merupakan salah satu indikator pemicu subjective well-being. Pasien kanker mungkin mengalami self acceptance yang rendah akibat perubahan fisik dan emosional yang mereka alami. Rendahnya Self Acceptance dapat berdampak pada Subjective well-being.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merasa tertarik untuk menjalankan penelitian tentang “Hubungan Self Acceptance dengan Subjective well-being Pada Pasien Kanker”

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional untuk menguji hubungan antara variabel Self Acceptance (X) sebagai variabel independen dan Subjective well being (Y) sebagai variabel dependen. Populasi pada penelitian ini adalah pasien kanker yang singgah di Yayasan Kanker Indonesia Surabaya pada bulan November sampai dengan Desember 2023 yang berjumlah 45 pasien. Teknik sampling pada penelitian ini adalah total sampling.

Skala pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala Likert. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur yaitu, skala Self Acceptance yang terdiri dari 36 Aitem yang diadaptasi dari teori Sheerer (dalam Nurhasanah, 2016) dengan reliabilitas sebesar 0,959, skala Subjective well being terdiri dari 27 aitem yang diadaptasi dari teori Diener (2003) dengan reliabilitas sebesar 0,959 . Sebelum melakukan analisis data korelasi pearson product moment terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas, uji linieritas.

Hasil

Uji asumsi

Uji persyaratan analisis yang dilakukan pada data penelitian ini adalah uji normalitas, uji linieritas.

Subjective well being pada pasien kanker: Bagaimana peranan self acceptance?

Tabel 1

Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnof

Variabel	Sig. (2-tailed)	Keterangan
<i>Subjective well-being</i> (Y)	0,39	Normal
<i>Self acceptance</i> (X)	0,39	Normal

Berdasarkan hasil uji asumsi normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnof* diperoleh hasil signifikansi sebesar 0,39 ($p > 0,05$) yang menjelaskan bahwa variabel penelitian berdistribusi normal.

Tabel 2

Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Signifikasi	Keterangan
<i>Subjective well being</i> (Y)- <i>Self Acceptance</i> (X)	0.512	0.936	Linear

Berdasarkan nilai signifikansi antara variabel *subjective well-being* dan *self acceptance* adalah 0,936 ($p > 0,05$). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear yang signifikan antara variabel *subjective well-being* dan *self acceptance*.

Hasil Hipotesis

Pada penelitian ini, hipotesis diuji mempergunakan uji korelasi *Product Moment* yang bermaksud guna mengevaluasi apa ada hubungan atukah tidak diantara satu variabel dan variabel lainnya.

Tabel 3

Hasil Uji Hipotesis

Correlations			
		<i>Subjective well being</i>	<i>Self Acceptance</i>
<i>Subjective well being</i>	<i>Pearson Correlation</i>	1	0.717
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0.000
<i>Self Acceptance</i>	<i>Pearson Correlation</i>	0.717	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0.000	

Dari hasil uji Hipotesis, ditemukan nilai skor korelasi senilai 0.717 serta nilai signifikansi sebesar 0.000. Hal ini memperlihatkan bahwasanya ada hubungan positif yang kuat dan sangat signifikan antara variabel *subjective well-being* dengan *self acceptance*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara *subjective well-being* dengan *self acceptance* pada pasien kanker. Artinya, semakin tinggi *self acceptance* pasien kanker, maka semakin tinggi pula *subjective well-being* mereka.

Subjective well being pada pasien kanker: Bagaimana peranan self acceptance?

Sebaliknya, semakin rendah self acceptance pasien kanker, maka semakin rendah pula subjective well-being mereka. Sehingga hipotesis pada penelitian ini diterima.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat korelasi positif antara variabel subjective well-being dengan self acceptance pada pasien kanker. Cara guna melakukan peningkatan subjective well being pada pasien kanker, diperlukan self acceptance pada hidup pasien kanker. Artinya, adanya peningkatan dalam tingkat self acceptance pasien kanker berhubungan dengan peningkatan dalam tingkat subjective well being mereka. Self acceptance menurut Sheerer (dalam Cronbach, 1963) mendefinisikan sebagai sikap yang mencakup penilaian objektif terhadap diri dan kondisinya. Self acceptance ialah kemampuan untuk menerima setiap aspek yang ada pada diri seseorang, termasuk kelebihan dan kelemahan, tanpa penilaian atau penolakan yang berlebihan.

Self acceptance yang baik pada individu pasien kanker tampaknya berhubungan dengan pengalaman subjektif yang lebih positif atau lebih baik dalam kehidupan sehari-hari pasien kanker. Dengan kata lain, aspek self acceptance berperan dalam meningkatkan subjective well being pasien kanker selama perjalanan mereka melalui proses penyembuhan ataupun perawatan. Hal ini sejalan dengan pandangan Diener (2004), yang menyatakan bahwa individu yang meraih kebahagiaan adalah mereka yang merasa puas dengan kehidupan mereka. Mereka cenderung memiliki kondisi emosional yang jarang disertai oleh perasaan kesedihan, sebaliknya, terlihat lebih sering ceria dalam aktivitas sehari-hari mereka.

Al-Karimah (dalam Naraha, 2022) menemukan bahwa penyandang tunadaksa menunjukkan derajat subjective well being yang positif, yang mampu diinterpretasikan dari kemampuan mereka untuk menerima diri dengan terbuka keterbatasan fisik yang dimilikinya. Penelitian tersebut juga diperkuat dengan penelitian Muthmainah, Situmorang, dan Tentama (2018), perempuan dengan disabilitas menunjukkan tingkat kepuasan hidup yang tinggi dan memiliki kondisi emosional yang positif. Perihal ini dapat disebabkan adanya self acceptance pada keterbatasan yang dimilikinya. Temuan ini mendukung pandangan yang disampaikan oleh Powel (dalam Fatonah & Husna, 2020) bahwasanya penerimaan fisik ialah satu dari banyaknya komponen dalam pembentukan self acceptance. Hal ini disebabkan oleh kenyataan bahwa individu yang mampu menerima kondisi fisiknya dengan sepenuh hati akan cenderung memiliki tingkat self acceptance yang lebih positif.

Individu yang didiagnosis dengan kanker akan mengalami distres emosional, termasuk perasaan cemas, depresi, bahkan syok Grimsbo (dalam Ika Yuliana, 2022). Penelitian Priadana dan Sukianti (2019) fokus pada sekelompok lansia di Panti Werdha Hargodedali Kota Surabaya. Temuan penelitian mereka menunjukkan bahwa lansia yang

Subjective well being pada pasien kanker: Bagaimana peranan self acceptance?

mampu menerima kondisi dirinya secara menyeluruh, termasuk menghadapi pelemahan fisik, cenderung memiliki tingkat subjective well-being yang lebih baik, terutama dalam aspek kepuasan hidup. Subjective well-being merupakan aspek yang penting dalam kehidupan setiap individu. Individu yang memperoleh subjective well-being yang tinggi memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan berbagai kondisi. Hal ini didukung oleh penelitian Ika Yuliana (2022) yang mengatakan bahwa subjective well-being memiliki unsur yang mencakup penerimaan terhadap masa lalu dan persepsi terhadap masa depan. Oleh karena itu, individu dapat menerima segala kondisi dalam hidup, menyadari bahwa kebahagiaan dapat ditemukan dalam banyak hal, meskipun dalam keterbatasan yang ada.

Penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti (dalam Naraha, 2022) mengungkapkan bahwa tingkat self acceptance pada ibu yang memiliki anak dengan sindrom Down memiliki pengaruh terhadap tingkat subjective well-being dalam diri mereka. Lebih lanjut, penjelasan disampaikan bahwa ibu yang memiliki tingkat self acceptance yang baik akan membawa dampak positif pada subjective well-being mereka. Hal ini terjadi karena kemampuan ibu untuk menerima kondisi anaknya, serta menerima dirinya sebagai seorang ibu dengan anak yang memiliki sindrom Down. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan positif antara subjective well being dan self acceptance pada pasien kanker. Peningkatan self acceptance pada pasien kanker berpotensi meningkatkan tingkat subjective well being mereka.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara subjective well-being dengan self acceptance pada pasien kanker. Artinya, semakin tinggi self acceptance pasien kanker, maka semakin tinggi pula subjective well-being mereka. Sebaliknya, semakin rendah self acceptance pasien kanker, maka semakin rendah pula subjective well-being mereka. Sehingga hipotesis pada penelitian ini diterima. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa self acceptance memainkan peran kunci dalam membentuk tingkat subjective well being, terutama dalam kondisi kesehatan yang menantang seperti kanker.

Hasil penelitian mengindikasikan perlunya fokus pada dukungan psikososial bagi pasien kanker dengan tujuan meningkatkan self acceptance mereka. Yayasan Kanker disarankan untuk menyelenggarakan program-program yang dapat membantu pasien dalam aspek psikologis dan emosional. Sementara itu, bagi peneliti berikutnya, penelitian lebih lanjut tentang intervensi yang efektif akan sangat bermanfaat untuk memperluas pemahaman tentang cara terbaik dalam membantu pasien kanker meningkatkan self acceptance mereka.

Referensi

- Aulia, R. E. (2019). *Kesejahteraan Subjektif Laki-laki Dewasa Penderita Leukemia*. 123dok. Retrieved December 5, 2023, from <https://123dok.com/document/yroddwvy-kesejahteraan-subjektif-laki-laki-dewasa-penderita-leukemia.html>
- Aulia, R. E. (2019). Kesejahteraan subjektif laki-laki dewasa penderita leukemia. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6, 4. <https://123dok.com/document/yroddwvy-kesejahteraan-subjektif-laki-laki-dewasa-penderita-leukemia.html>
- Bastama, H. D. (2007). *Logoterapi: psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna* (First edition ed.). (RajaGrafindo Persada.
- Compton, W. C. (2005). *Introduction to Positive Psychology*. Thomson Wadsworth.
- Dewi, Lharasati & Nasywa, Naila. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*. 1. 54. 10.26555/jptp.v1i1.15129
- Diener, E., & Suh, E. M. (1999, March). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. 10.1037/0033-2909.125.2.276
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 463-73). Oxford University Press.
- Fatonah, & Husna, A. N, "Skala penerimaan diri: Konstruksi dan analisis psikometri.", The 12Th University Research Colloquium, Surakarta 12 September 2020, Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (PPPM), Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
- Manafe, D. (2019, January 31). *Prevalensi Kanker di Indonesia Meningkat*. BeritaSatu.com. Retrieved December 5, 2023, from <https://www.beritasatu.com/news/535688/prevalensi-kanker-di-indonesia-meningkat>
- Muthmainah, Situmorang, N. Z., & Tentama, F. (2018). Gambaran subjective well-being pada perempuan difabel. *The 8 th University Research Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto*. <https://eprints.uad.ac.id/11143/>
- Permanawati, Y. (2015, Mei). Kesejahteraan subjektif pada penyandang kanker payudara. *Jurnal Indigenous*, 13, 60-71.
- Rahmiwati, R., & Syukri, R. (2023, February). Acceptance of illness dalam mengevaluasi domain kualitas hidup pasien kanker payudara. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 8, 115-125. <http://publikasi.ildikti10.id/index.php/endurance/article/view/1809>
- Riadi, M. (2023, June 16). *Subjective Well Being - Pengertian, Aspek, dan Komponen*. YouTube. Retrieved December 5, 2023, from <https://www.kajianpustaka.com/2023/07/subjective-well-being.html>
- Rizkia, A. G. (2008). *Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Subjective Well-Being Pada Polwan Berperan Ganda [Skripsi]*. Yogyakarta : Fakultas Psikologi UGM.
- Samami, E. (2020, June 16). (PDF) *Coping Strategies-Oriented Interventions in Breast Cancer Women: A Systematic Scoping Review of the Quantitative Evidence*. ResearchGate. Retrieved December 5, 2023