

UPAYA MEMPERTAHANKAN KELANGSUNGAN HIDUP PENDERITA KANKER SERVIKS DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH PROF. DR. W.Z. JOHANNES KUPANG

Efforts to Maintain the Survival of Patients with Cervical Cancer in Prof. Dr. W.Z. JohannesKupang Regional Public Hospital

Mareta B. Bakoil

Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kupang
(thabakoil@gmail.com)

ABSTRAK

Penyakit kanker serviks berdasarkan data Yayasan Kanker Indonesia (2007) menyebabkan korban meninggal sedikitnya 200.000 wanita per tahun. Berdasarkan rekam medik RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang, penderita kanker serviks tahun 2012 mencapai 37 kasus. Upaya pengobatan dilakukan untuk meningkatkan semangat hidup pasien. Tujuan penelitian untuk mengetahui upaya mempertahankan kelangsungan hidup dari penderita kanker serviks di RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang. Jenis penelitian adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan *fenomenologis*, jumlah informan enam orang. Cara pengambilan data dengan wawancara mendalam menggunakan pedoman wawancara. Hasil penelitian, yaitu informan melakukan upaya mempertahankan kelangsungan hidup secara fisik meliputi pengobatan secara medis maupun alternatif, memperhatikan pola diet dan gizi yang baik, berolahraga sesuai dengan kemampuan dan keadaan informan. Upaya psikologis meliputi informan memiliki keyakinan dan sikap yang positif terhadap keadaan dirinya, mengendalikan pikiran, dan mengembangkan spiritualitas. Upaya secara sosial, yaitu menjaga keseimbangan antara kewajiban sosial dan kesenangan, dan membangun dukungan sosial. Kesimpulannya adalah upaya mempertahankan kelangsungan hidup secara fisik meliputi pengobatan, pola diet dan gizi yang lebih baik, aktivitas fisik atau olahraga, secara psikologis, yaitu memiliki keyakinan dan sikap yang kuat untuk sembuh dan bertahan hidup, melakukan upaya pengendalian pikiran, mengembangkan kehidupan spiritualitas, sedangkan secara sosial meliputi menjaga keseimbangan antara kewajiban sosial, kesenangan, dan membangun dukungan sosial.

Kata Kunci : Kanker serviks, fisik, psikologis, sosial

ABSTRACT

Based on data from the Indonesian Cancer Foundation (2007), cervical cancer killed at least 200,000 women per year. Based on Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang Hospital's medical records, there were 37 cases of cervical cancer in 2012. Efforts were made to improve the patients' will to live. This study aims to determine the viability of maintaining cervical cancer patients' survival in Prof. Dr.W.Z.Johannes Kupang Regional Public Hospital. This research was conducted using a qualitative study with a phenomenological approach. There were a total of six informants. Data were collected through indepth interviews using interview guidelines. Results of this study found that informants had carried out efforts to maintain the survival of patients physically which included medical and alternative treatments, attention to diet and good nutrition, exercise suitable to the ability and state of the informant. On the other hand, psychological efforts include informants having confidence and a positive attitude towards his situation, controlling their minds and developing spirituality. Social efforts were maintaining a balance between social obligation and pleasure as well as building social support. In conclusion, the efforts to maintain survival physically included medical treatment, better dietary pattern and nutrition, physical activities or exercise, while psychologically included having a strong believe and attitude to recover and live, making efforts to control the mind, develop a spiritual life, where as socially it included maintaining a balance between social obligations, happiness and building social support.

Keywords : Cervical cancer, physical, psychological, social

PENDAHULUAN

Kanker serviks merupakan jenis kanker yang paling banyak diderita oleh wanita dan menjadi penyebab kematian terbanyak pada perempuan di dunia. Kanker serviks biasanya menyerang wanita antara usia 35-55 tahun, dan paling sering ditemukan pada usia di atas 40 tahun.¹ Setiap tahun tak kurang dari 500.000 perempuan di dunia terdiagnosa terkena kanker serviks. Sepuluh diantaranya, yakni 250.000 perempuan meninggal dunia. Setiap satu menit ditemukan satu kasus baru dan setiap dua menit merupakan satu kematian.² Berdasarkan data Yayasan Kanker Indonesia tahun 2007, saat ini penyakit kanker serviks menyebabkan korban meninggal sedikitnya 200.000 wanita per tahun atau diperkirakan setiap harinya terjadi 41 kasus baru kanker serviks dan 20 perempuan meninggal dunia karena penyakit tersebut.

Perempuan dan para ibu di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) merupakan kelompok yang rawan menderita kanker serviks. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi NTT, terdapat 5% jumlah penduduk NTT yang mengidap kanker serviks. Penelitian yang dilakukan oleh Hadjam terhadap pasien kanker menemukan bahwa pasien yang mengalami kanker memperlihatkan adanya stres dan depresi yang ditunjukkan dengan perasaan sedih, putus asa, pesimis, merasa diri gagal, tidak puas dalam hidup, merasa lebih buruk dibandingkan dengan orang lain, penilaian rendah terhadap tubuhnya, dan merasa tidak berdaya.³

Dampak fisik dan psikis tersebut berpengaruh pula pada kehidupan sosial penderita, seperti perubahan peran dan tugas di rumah karena penderita sudah tidak mampu melakukan tugasnya sebagai salah satu anggota keluarga. Hal ini dapat memicu munculnya kondisi yang menekan atau stres pada diri penderita. Berbagai cara mengatasi masalah fisik, psikis, dan sosial akibat penyakit kanker tersebut akan dilakukan oleh penderita yang telah berada pada fase penerimaan diagnosis penyakit, antara lain secara aktif mencari cara penyembuhan yang mungkin, selalu menuruti saran dokter, ingin mengontrol dirinya, mencari dukungan, dan rajin bertanya. Penderita yang kooperatif ini, umumnya memiliki kemungkinan

sembuh yang tinggi karena memiliki sistem kekebalan tubuh yang tinggi akibat dari sikapnya tadi.

Berdasarkan rekam medik di RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang, yang merupakan rumah sakit rujukan tipe B di Provinsi NTT, jumlah penderita kanker serviks tahun 2010 sebanyak 42 orang. Jumlah ini mengalami peningkatan pada tahun 2011 dan menduduki urutan pertama kanker pada sistem reproduksi wanita dengan jumlah 52 kasus. Bulan Januari sampai dengan Agustus 2012, jumlah penyakit kanker serviks mencapai 37 kasus, dengan jumlah pasien yang meninggal selama dua tahun terakhir sebanyak tujuh orang.

Hasil studi pendahuluan di rumah sakit tersebut menunjukkan bahwa pasien yang terdiagnosis menderita kanker serviks dan kemudian datang berobat umumnya sudah mengalami kanker serviks dengan stadium lanjut. Adapun sebagian pasien yang terdeteksi pada stadium awal memilih pengobatan alternatif atas anjuran orang-orang di sekitarnya karena takut menjalani operasi dan kemoterapi, setelah kondisinya bertambah parah, baru pasien datang berobat. Keadaan psikologis pada penderita kanker serviks terutama stadium lanjut, umumnya diliputi kemarahan dan depresi karena memikirkan penyakit yang dideritanya.

Beberapa upaya pengobatan secara fisik dilakukan terhadap pasien yang datang berobat, diantaranya transfusi darah untuk memperbaiki keadaan umum pasien atau menaikkan kadar Hb pasien yang sering mengalami perdarahan yang berakibat anemia, pemberian vitamin terhadap pasien untuk meningkatkan daya tahan tubuh, dan persiapan rujukan. Upaya pengobatan secara psikologis dengan memberikan konseling serta melibatkan keluarga dalam proses perawatan pasien karena dukungan keluarga turut diperlukan yang bertujuan meningkatkan semangat hidup dan komitmen pasien untuk tetap menjalani pengobatan. Tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui upaya mempertahankan kelangsungan hidup dari penderita kanker serviks dari aspek fisik, psikologis dan sosial di RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan *fenomenologis*, yaitu jenis penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk memahami arti peristiwa dan kaitannya terhadap orang-orang biasa dalam situasi-situasi tertentu.⁴ Oleh karena itu, pendekatan ini untuk menggali dan memahami upaya penderita kanker serviks untuk mempertahankan kelangsungan hidupnya dilihat dari sudut pandang fisik, psikologis, dan sosial penderita itu sendiri. Penelitian dilakukan di RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang terhadap penderita kanker serviks yang sedang menjalani rawat inap di rumah sakit dan di rumah informan di Kota Kupang berdasarkan catatan alamat tempat tinggal penderita yang diperoleh dari catatan rekam medik RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang. Waktu penelitian pada bulan Januari 2013.

Populasi penelitian berjumlah 37 orang penderita kanker serviks. Subjek penelitian sebanyak enam informan dengan kriteria klien didiagnosa menderita penyakit kanker serviks oleh dokter, keadaan umum klien baik, klien melakukan tindakan pengobatan untuk penyembuhan penyakit, klien dapat berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi informan, dan informan triangulasi yang merupakan pihak terdekat yang mengetahui dan menyaksikan upaya penderita kanker serviks dalam mempertahankan hidupnya, yaitu suami, keluarga, ataupun kepala ruangan/bidan koordinator.

Cara pengumpulan data dengan melakukan *indept interview* menggunakan pedoman wawancara yang dibuat oleh peneliti berdasarkan tujuan penelitian. Pengolahan dengan menganalisa kata-kata yang disampaikan oleh informan, dilanjutkan dengan identifikasi kategori dan penentuan tema. Kemudian membuat kesimpulan tentang tema yang paling banyak muncul dan dijadikan sebagai hasil penelitian. Analisa data dengan melakukan *content analysis*. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi.

HASIL

Penelitian dilakukan di RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang terhadap penderita kanker serviks yang sedang menjalani rawat inap

dan di rumah masing-masing informan di Kota Kupang berdasarkan catatan alamat tempat tinggal penderita yang diperoleh dari catatan rekam medik RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes Kupang.

Penggabungan pengobatan ke dokter dan tradisional menjadi pilihan utama empat informan yang telah terdiagnosis menderita kanker serviks, yaitu IU1, 2, 3, dan 4. Berikut ini ungkapan salah satu informan:

“dari awal itu secara tradisional dulu, minum daun sirsak. Kemudian kemoterapi tiga kali,...radiasi...tiap dua bulan kontrol” (IU1)

“yang saya amati, sudah menjalani kemoterapi tiga kali. Total penyinaran 35 kali. Dengan menjalani ramuan tradisional, yang pertama daun sirsak, ...ada satu lagi sejenis benalu...” (IT1)

Salah satu informan yang menderita kanker serviks stadium II memiliki rasa percaya yang kuat pada dokter, menyatakan ia hanya menjalani pengobatan medis. Sedangkan informan lainnya memilih pengobatan tradisional hingga melihat hasil akhirnya. Pernyataannya sebagai berikut:

“dokter bilang lebih baik ke Bali saja, tapi sonde jadi ke Bali. Alasannya karna sudah ada ahli ramuan. Nanti kita lihat dulu minum ramuan ini perkembangannya bagaimana” (IU3)

“karena baru stadium awal, ternyata obat tradisional membantu untuk mengurangi, jadi kita masih tunggu hasil selanjutnya” (IT3)

Seluruh informan yang terdiagnosis secara medis menderita kanker serviks segera melakukan tindakan pengobatan baik dengan menggabungkan pengobatan secara medis/ke dokter (kemoterapi, radiasi, dan operasi) dan pengobatan alternatif (tradisional) maupun memilih hanya melakukan salah satu diantara kedua jenis pengobatan tersebut.

Berkaitan tujuan atau alasan melakukan pengobatan, para informan menunjukkan jawaban yang bervariasi. Berikut pernyataan informan:

“karena ada perubahan” (IU3)

“ternyata obat...membantu untuk mengurangi. Kan sistemnya penenang” (IT3)

“Selain berdoa tentu kita juga harus bekerja, jadi itu memperkuat alasan saya untuk tetap memeriksakan diri ke dokter” (IU5)

“mama menjalani prosesnya dengan baik walaupun itu tidak menyenangkan” (IT5)

Bagi penderita kanker serviks mengonsumsi nutrisi yang baik dan maksimal dapat memperbaiki kondisi fisiknya. Dari hasil wawancara diketahui bahwa terdapat empat informan yang mengalami perubahan pola diet dan gizi yang baik, dan bahkan memiliki pantangan makanan. Berikut pernyataan salah satu dari empat informan tersebut:

“makan asupan gizi, jadi mulai atur menu, tidak makan sembarang. Banyak makan sayuran, banyak buah, dengan daging. Pantangan makanan ada, yang bakar-bakar tidak boleh. Kemudian makanan asin...berlemak kurangi...penyedap rasa, alcohol dihindari, yang goreng-gorengan bisa asal minyak baru...” (IU1)

“kita sudah tahu toh makanan yang harus dimakan itu seperti apa...” (IT1)

Selain itu, berdasarkan jawaban para informan tersebut diketahui bahwa anjuran perubahan pola diet dan gizi tersebut diperoleh dari dokter, ahli gizi, keluarga dan bahkan dari diri sendiri, seperti yang disebutkan oleh tiga informan, yaitu IU1,3, dan 5. Berikut pernyataan dua informan:

“dokter dan dari kesehatan tu, ahli gizi...keluarga juga” (IU1)

“ada brosurnya dari ahli gizi pihak rumah sakit...” (IT1)

“ini belum ke dokter, tapi sudah pacu diri sendiri dengan makan makanan yang bergizi...” (IU5).

“mama sangat tertib...sangat ketat, yang paling favorit itu jus. Dia tidak membiarkan tubuhnya lemah. Makan-minum bukan masalah” (IT5)

Olahraga atau aktivitas fisik merupakan bagian penting dalam perjalanan penderita kanker. Berdasarkan hasil wawancara sebagian besar informan melakukan olahraga, yaitu IU4, 5, dan 6. Berikut pernyataan seorang informan:

“pagi-pagi saya bangun jalan, sore-sore jam tiga saya usaha jalan supaya jangan terlalu tidur” (IU4)

“jadi kita usahakan untuk mobilisasi. Jalan pelan-pelan di sekitar ruangan” (ITB)

Sedangkan informan lainnya yang melakukan olahraga atau aktivitas fisik berpendapat bahwa olahraga yang dilakukan dapat membuat tubuh dan pikiran lebih segar, seperti yang dinyatakan oleh informan berikut:

“saya berolahraga renang...yang saya rasakan tubuh lebih fresh...pikiran juga lebih segar” (IU5)

“melakukan sedikit exercise atau jalan-jalan ringan bisa membuat tubuh kembali fit dan pasien bisa berpikir lebih enak, tidak terlalu drop...” (ITKR)

Penderita yang selamat dari kanker dan juga memiliki keinginan bertahan hidup tentunya memiliki keyakinan dan sikap yang positif untuk memungkinkan dirinya sembuh. Hasil wawancara menunjukkan bahwa seluruh informan memiliki keyakinan dan sikap yang optimis untuk sembuh dari penyakitnya. Berikut penuturan informan:

“saya yakin 100%...saya tidak mau menyalah dengan penyakit ini” (IU4)

“...mereka memiliki keyakinan yang sangat kuat, semangat yang kuat untuk bisa mempertahankan hidupnya dan tidak menyerah pada sakit yang dialami” (ITKR)

Hasil wawancara tersebut dapat dianalisa bahwa seluruh informan memiliki keyakinan dan sikap untuk sembuh dari penyakit kanker dan mempertahankan hidup mereka. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan seluruh informan bahwa mereka memiliki pikiran yang positif, keyakinan akan pengobatan yang dijalani, kemauan untuk

sembuh dan tidak mengalah pada penyakit kanker serviks yang mereka derita.

Pikiran adalah salah satu sumber daya yang memungkinkan penderita kanker serviks mampu bertahan. Teknik-teknik pengendalian terbukti sangat membantu penyembuhan berbagai penyakit. Dua dari enam informan menyatakan bahwa pernah mengikuti meditasi atau perenungan dan merasa lebih baik setelah melakukan hal tersebut. Berikut pernyataan satu dari dua informan tersebut:

“oya, meditasi juga pernah, itu meditasi dari frater di Atambua, Belu, meditasi tiga kali, rasa enakan” (IU1)

“dia mengikuti kelompok doa kerahiman” (IT1)

Hal berbeda terjadi pada informan lainnya yang mengaku tidak melakukan teknik-teknik pengendalian pikiran tertentu, seperti pada IU2, 4, dan 6. Berikut pengakuan informan dan alasannya:

“saya serahkan diri saja kepada Tuhan. Kalau Tuhan mau ambil na saya siap” (IU6)

“sepanjang pengamatan kami...terbanyak hari-harinya diisi dengan mendekatkan diri pada Tuhan” (ITKR)

Adapun satu informan yang mengatakan tidak melakukan teknik-teknik pengendalian tertentu tersebut karena berpikir hal tersebut bukan merupakan jalan keluar dan merupakan bentuk sikap menyerah terhadap penyakit. Berikut penuturannya:

“...saya secara pribadi berpikir itu bukan jalan keluar. Kalau bermeditasi, yoga, itu cara termudah untuk menyerah. Kalau kita punya harapan, harus berani bertindak dan tetap percaya bahwa kesembuhan itu ada” (IU5).

“kita hanya bersandar pada Tuhan...kita tahu hanya bisa menenangkan jiwa pada Tuhan” (IT5)

Hasil wawancara tersebut dapat dianalisa bahwa sebagian besar informan menyatakan

bahwa mereka tidak melakukan teknik-teknik pengendalian pikiran tertentu dan hanya menyerahkan diri saja kepada Tuhan. Bahkan salah satu informan menyatakan bahwa teknik-teknik pengendalian tertentu seperti meditasi, yoga bukan merupakan jalan keluar karena merupakan bentuk sikap menyerah terhadap penyakit.

Kepasrahan kepada Sang Pencipta merupakan kunci dari penyembuhan segala penyakit. Umumnya penderita kanker mengembangkan spiritualitas yang lebih tinggi dalam hidup mereka. Berdasarkan hasil wawancara, enam informan menunjukkan bahwa berdoa merupakan cara yang efektif dan penting untuk mengatasi dampak psikologis penyakit kanker yang mereka alami. Berikut pernyataan informan:

“saya berdoa, hal-hal spiritual ini sama dengan jumlah tarikan nafas saya. Saya berdoa supaya Tuhan kasih kekuatan untuk saya lewati semua pengobatan ini. Kesembuhan saya percaya pasti ada ...sesuai dengan iman” (IU5)

“dengan mendekatkan diri, merenungkan apa yang ada di dalam Alkitab, membantu ibu untuk kuat menjalani proses penyakit” (ITB)

Seluruh informan mengalami peningkatan kehidupan spiritualitas dan bahkan mengandalkan spiritualitasnya sebagai cara utama yang efektif dan penting untuk mengatasi dampak psikologis penyakit mereka. Hal ini dapat dimengerti karena kepasrahan kepada Sang Pencipta adalah kunci dari penyembuhan segala penyakit.

Selain berdoa, empati informan juga menyatakan bahwa mereka tetap mengikuti kegiatan rohani lainnya, antara lain IU1, 4, 5, dan 6. Berikut penuturan informan:

“selama saya masih bisa jalan yang saya lakukan adalah datang gereja dan ibadah. Selalu ada dalam komunitas... dan selalu bercerita tentang pengalaman banyak orang yang sakit tapi sembuh” (IU5)

“setiap kesempatan ibadah mama memberikan kesaksian. Beribadah di gereja, masuk dalam komunitas untuk berdiskusi dan tukar pikiran” (IT5)

Pengembangan spiritualitas yang lebih tinggi dalam hidup para informan selain ditandai dengan frekuensi doa yang meningkat, juga adanya keterlibatan aktif informan dalam berbagai kegiatan rohani, seperti kelompok doa, persekutuan doa, pelayanan gereja, dan ibadah rumah tangga.

Dampak fisik dan psikis penyakit kanker serviks tentu berpengaruh pula pada kehidupan sosial penderita, seperti perubahan peran dan tugas di rumah karena penderita sudah tidak mampu melakukan tugasnya sebagai salah satu anggota keluarga. Oleh karena itu, berbagai cara mengatasi dampak sosial ini akan dilakukan oleh penderita yang telah berada pada fase penerimaan diagnosis penyakit.

Penderita kanker yang berusaha mempertahankan hidupnya perlu menyeimbangkan kewajiban sosial yang dimiliki dengan kegiatan-kegiatan yang menyenangkan. Hasil wawancara dengan para informan menunjukkan bahwa walaupun tidak dapat bekerja secara optimal, mereka tetap berusaha melakukan kewajibannya sebagai ibu rumah tangga, yaitu oleh IU1, 2, 4, 5, dan 6. Hal ini dapat dilihat pada pengakuan informan berikut ini:

“saya tetap melakukan kegiatan, tapi tidak 100%, sudah berkurang karena saya sakit. Karena saya belum mati, jadi saya bisa kerjakan tugas saya sebagai seorang istri dan ibu” (IU4)

“tetap. Tapi masak, cuci pakaian dikurangi” (IT4)

Seluruh informan tetap berusaha melakukan kewajiban mereka sebagai istri dan ibu rumah tangga, seperti memasak, dan tugas rumah lainnya, walaupun hal tersebut tidak dapat dilakukan secara optimal, seperti yang diungkapkannya berikut ini:

“...istirahat saja...tugas di rumah ini, su perubahan karna sonde kerja-kerja lagi, hanya duduk-duduk saja. Karna saya masih sakit...” (IU3)

“kurang e...sementara masih sakit ini...” (IT3)

Berkaitan dengan kegiatan menyenangkan atau menghibur diri, informan memiliki jawaban yang bervariasi. Berikut pengakuan mereka:

“kayak ke toko...jalan dengan teman... main facebook, game di laptop...pergi arisan ju” (IU1)

“saya lihat maitua ni selalu main game dan facebook untuk menghilangkan stress” (IT1)

“menghibur diri ya kita ke tetangga, cerita-cerita, terhibur dengan anak-anak” (IU2)

Dia suka curhat dengan teman-teman. Berkelakar dengan anak-anak” (IT2)

“hobi seperti masak-masak. Saya senang dan lupakan sakit yang ada” (IU4)

“mama hobi masak” (IT4)

“...kadang-kadang main music dan nyanyi bersama, nonton TV dan khotbah bersama. Hobi saya membaca” (IU5)

“dia membaca buku...juga menyaksikan film, khotbah...” (IT5)

Masing-masing informan memiliki cara yang berbeda dalam menyenangkan atau menghibur diri, mulai dari melakukan kegiatan di luar rumah, baik melakukan hobi seperti memasak, membaca, bermain alat musik, menghabiskan waktu dengan keluarga, berinteraksi sosial, maupun bermain facebook dan game di laptop.

Penderita kanker sebaiknya membangun hubungan yang membuat mereka lebih bahagia. Hubungan yang baik dengan orang di sekitarnya dapat membuat mereka bahagia. Seluruh informan dalam penelitian ini menyatakan bahwa mereka sangat memerlukan dukungan dan merasa senang dan lebih kuat setelah menerima dukungan dari orang-orang di sekitar mereka, terutama suami, anak-anak, dan keluarga. Berikut penuturan informan:

“mereka datang kasih kekuatan dan penghiburan. Saya sangat bahagia, saya punya anak dan suami yang selalu memperhatikan” (IU4)

“Selama dirawat banyak yang datang untuk melihat. Suami dan anak-anak...keluarga dekat ditambah kelompok-kelompok doa datang untuk memberikan dukungan doa dan support agar menjalani sakit dengan lebih kuat, sehingga mereka senang... merasa ada yang memperhatikan.” (ITB)

Berkaitan dengan cara membangun dukungan sosial dan menjaga hubungan yang baik, para informan seperti IU1, 5, dan 6, menyatakan bahwa membuka diri, bergaul, berkomunikasi, berpikir positif merupakan cara yang dilakukan, seperti penuturan informan berikut ini:

“seperti mama bilang, komunikasi, membuka diri...” (IU1)

“pasien berkomunikasi, bercerita dengan keluarga, teman-teman, sahabat tentang sakitnya sehingga dari bercerita itu, ia mendapatkan masukan bagi dirinya untuk selalu kuat didalam menghadapi sakitnya...meringankan beban stresnya. Dia bisa berbagi...sehingga beban pikirannya menjadi lebih ringan” (ITB)

Para informan berusaha membuka diri, bergaul, berkomunikasi, dan berpikir positif untuk membangun dukungan sosial dan hubungan yang baik tersebut. Pada dasarnya, penderita kanker memang perlu meluangkan waktu dan energi lebih banyak untuk membangun hubungan yang membuat mereka lebih bahagia dan menghindari hal-hal yang dapat meracuni hubungan tersebut.

PEMBAHASAN

Menurut Maharani beberapa penderita kanker serviks biasanya menggunakan pengobatan pelengkap dan alternatif yang digunakan bersama atau menjadi pengganti dari perawatan standar. Menggabungkan pengobatan alternatif dengan perawatan standar mungkin atau bahkan lebih berbahaya sehingga penderita harus mendiskusikan kemungkinan manfaat dan efek pengobatan alternatif tersebut dengan dokter.⁵

Hasil wawancara menunjukkan bahwa walaupun cara informan menyampaikan jawaban berbeda, tetapi seluruh informan sesungguhnya memiliki tujuan yang sama dalam pengobatannya, yaitu untuk memperoleh kesembuhan dan

mempertahankan hidupnya. Hal ini sejalan dengan pernyataan Sudewo bahwa tujuan pengobatan pada penderita kanker adalah menyembuhkan, memperpanjang harapan hidup, dan memperbaiki kualitas hidup pada pasien.⁶

Pengobatan yang dilakukan penderita kanker serviks juga memberikan dampak fisik secara langsung bagi penderitanya, yakni mudah ginekologik yang memiliki tingkat keganasan lelah, perubahan warna kulit, maupun penurunan yang cukup tinggi dan menjadi penyebab berat badan menurun secara drastis. Pada penderita kanker serviks yang menjalani pengobatan dengan radioterapi akan menunjukkan efek samping yang cukup besar, seperti semakin memburuknya kemampuan fungsi seksual, lebih mudah mengalami gangguan somatisasi serta timbulnya gangguan psikososial. Kondisi psikologis yang terjadi pada penderita kanker serviks yang menjalani pengobatan radioterapi, yakni munculnya perasaan takut, tidak berdaya, rendah diri, sedih dan lebih mudah mengalami kecemasan maupun depresi.⁷

Sebagian besar informan mengalami perubahan pola diet dan gizi yang baik, seperti lebih banyak mengonsumsi buah-buahan dan sayur, dan memiliki beberapa pantangan makanan seperti mengurangi daging, makanan berlemak dan gorengan, yang tentunya dapat menunjang kondisi fisik dan menolong mereka untuk bertahan hidup. Hal ini terangkum dalam pernyataan Sartono bahwa makanan dapat menghasilkan kegunaan bagi tubuh manusia, diantaranya memelihara dan memperbaiki jaringan tubuh yang telah tua dan rusak, diperlukan untuk proses yang terjadi dalam tubuh, dan menghasilkan energi untuk dapat melakukan aktivitas, serta memiliki peranan untuk mempertahankan hidup.⁸ Pengetahuan mengenai pola diet dan gizi yang baik beserta pantangannya tersebut diperoleh dari berbagai sumber, seperti dokter, ahli gizi, keluarga, dan bahkan dari diri sendiri. Oleh karena itu, berdasarkan sumber informasi para informan, dapat diketahui bahwa pengetahuan seseorang bisa diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber.⁹ Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Efrida menunjukkan bahwa pengetahuan berhubungan dengan upaya pencegahan dan pengobatan kanker serviks.¹⁰

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa informan melakukan olahraga atau aktivitas fisik yang dalam hal ini dapat membuat tubuh dan pikiran mereka lebih segar. Olahraga atau aktivitas fisik tersebut efektif untuk membantu informan memperbaiki kondisi fisik mereka. Efek olahraga yang teratur akan membantu meningkatkan sistem imun bagi penderita kanker sehingga dapat mengalahkan sel-sel kanker yang ada dalam tubuh mereka.⁶ Olahraga juga terkait dengan kebugaran tubuh, membiasakan jalan kaki di pagi hari merupakan hal yang baik untuk menjaga kondisi fisik tubuh.²

Dampak kanker serviks tidak hanya meliputi aspek fisik penderita, tetapi juga mencakup aspek psikologi. Hal ini menyebabkan, pasien kanker biasanya mengalami sakit dua kali lipat dari kebanyakan penyakit lain, yakni selain menderita penyakit kanker itu sendiri mereka juga menderita depresi, rasa tertekan, takut, dan kuatir. Oleh karenanya, dalam mempertahankan kelangsungan hidup, penderita juga memfokuskan dirinya pada masalah psikologis yang menyertai penyakit yang dialaminya.³ Berdasarkan penanggulangan dampak penyakit kanker serviks dari aspek psikologis, terdapat tiga kategori tindakan informan yang ditemukan dalam penelitian ini, yakni keyakinan dan sikap, berpikir kreatif untuk mengendalikan pikiran, dan spiritualitas.

Berpikir kreatif dengan cara mengendalikan dan menggunakan pikiran untuk menyembuhkan diri sendiri perlu dilakukan untuk melengkapi program pengobatan penderita kanker. Cara pengendalian ini umumnya dapat dilakukan dengan meditasi, berdoa, berbicara dengan diri sendiri melalui visualisasi, dan cara-cara *self healing* lainnya. Meditasi merupakan kegiatan berpikir tentang suatu hal secara berulang-ulang di dalam pikiran dengan tujuan memandang hidup secara positif.¹¹

Membangun hubungan yang baik dengan orang di sekitar dan mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang di sekitar mereka, terutama suami, anak-anak, dan keluarga, merupakan salah satu hal yang informan lakukan untuk mengatasi dampak sosial penyakit mereka dan sangat mereka perlukan untuk merasa lebih kuat dan bahagia. Oleh karena itu, mencari dan menemukan dukungan sosial turut menjadi salah satu upaya yang

dapat dilakukan penderita untuk menanggulangi dampak penyakitnya. Dukungan sosial tersebut dapat berasal dari berbagai sumber, seperti pasangan hidup, keluarga, pacar, teman, rekan kerja, dan organisasi komunitas. Hubungan yang baik dengan teman, kerabat, pasangan, anak-anak, atasan, bawahan, mitra kerja, dan sebagainya dapat membuat bahagia.

Menurut *Cancer Treatment Centres of America*, keluarga merupakan pendukung utama dalam proses pemulihan penderita yang mengalami kanker serviks. Pelibatan keluarga dalam intervensi spiritual pada individu yang mengalami penyakit kronik sangat diperlukan. Hal ini disebabkan dukungan keluarga dan sosial merupakan salah satu faktor penentu pencapaian kesejahteraan psikospiritual individu yang mengalami kanker stadium lanjut.¹²

KESIMPULAN DAN SARAN

Upaya mempertahankan kelangsungan hidup secara fisik meliputi pengobatan, pola diet dan gizi yang lebih baik, aktivitas fisik atau olahraga, secara psikologis, yaitu memiliki keyakinan dan sikap yang kuat untuk sembuh dan bertahan hidup, melakukan upaya pengendalian pikiran, mengembangkan kehidupan spiritualitas, sedangkan secara sosial meliputi menjaga keseimbangan antara kewajiban sosial, kesenangan, dan membangun dukungan sosial. Bagi peneliti selanjutnya dapat melihat pengaruh maupun hubungan baik dari konsep yang dikaji maupun yang tidak dikaji dengan memperluas area, fokus, jumlah informan, jumlah populasi dan lokasi penelitian untuk penelitian lanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Manan, E. Miss V. Yogyakarta: Buku Biru; 2011.
2. Faizah. Waspada Kanker Serviks. Yogyakarta: Lintang Aksara; 2010.
3. Lubis, N. L, Hasnida. Terapi Perilaku Kognitif pada Pasien Kanker [Artikel]. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2009.
4. Saryono, Anggraeni, D. M. Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Bidang Kesehatan. Yogyakarta: Mulia Medika; 2011.

5. Maharani, S. Mengenal 13 Jenis Kanker dan Pengobatannya. Yogyakarta: Katahati; 2009.
6. Sudewo, B. Basmi Kanker dengan Herbal. Jakarta: Visimedia; 2012.
7. Fitriana, N. A, Ambarini, T. K. Kualitas Hidup pada Penderita Kanker Serviks yang Menjalani Pengobatan Radioterapi. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental. 2012;1(2):123-9.
8. Sartono. Racun dan Keracunan. Jakarta: Widya Medika; 2005.
9. Istiarti, T. Menanti Buah Hati, Kaitan antara Kemiskinan dan Kesehatan. Yogyakarta: Media Pressindo; 2005.
10. Efrida, Mutia. Hubungan Pengetahuan dan Minat Remaja Putri dengan Pencegahan Kanker Serviks di Madrasah Aliyah Negeri Darussalam Kabupaten Aceh Besar [Artikel]. Banda Aceh: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan U'Budiyah; 2013.
11. Warren R. The Purpose Driven Life: Kehidupan yang Digerakkan oleh Tujuan. Surabaya: Gandum Mas; 2010.
12. Hasnani, F. Respon Spiritual Penderita Kanker Serviks (Studi Kasus Pengalaman Spiritual Penderita Kanker Serviks di Yayasan kanker Indonesia) [Skripsi]. Jakarta: Universitas Islam Negeri Jakarta; 2010.