

Penerimaan Diri pada Penderita Kanker

Ade Rizka
Fakultas Psikologi
Universitas Ahmad Dahlan
aderiska478@gmail.com

Abstrak

Tujuan penulisan ini adalah untuk mengetahui gambaran dari penerimaan diri penderita leukimia dan faktor-faktor yang berperan dalam penerimaan diri penderita kanker. Hasil dari penulisan ini, menunjukkan bahwa subyek mampu menerima dirinya dengan baik, hal tersebut ditunjukkan dengan adanya pemahaman tentang diri sendiri dan mengenali apa yang menjadi kekurangan dan kelebihan serta adanya harapan yang realistis terhadap keadaan diri dan tidak merasa rendah diri dengan adanya penyakit yang dialami oleh subyek. Selain itu subyek memiliki keluarga yang sangat mendukung harapan-harapan subyek dan teman-teman serta lingkungan yang bersikap baik pada subyek, sehingga subyek mempunyai penerimaan diri yang baik sebagai penderita leukemia. Subyek dalam penulisan ini adalah remaja penderita leukemia yang ada di Yogyakarta. Penerimaan diri dijelaskan bahwa individu yang dapat menerima dirinya adalah individu yang memiliki penilaian positif terhadap dirinya, menerima serta mengakui segala sesuatu maupun segala keterbatasan yang ada di dalam dirinya tanpa merasa malu atau merasa bersalah terhadap kodrat dirinya.

Kata Kunci: kanker, leukimia, penerimaan diri

PENDAHULUAN

Penyakit kanker merupakan penyakit yang mematikan dan jumlah penderitanya semakin mengalami peningkatan. Data statistik kanker dunia tahun 2012 yang dikeluarkan oleh *International Agency for Research on Cancer (IARC)* menyatakan bahwa pada tahun 2012 terdapat 14,1 juta kasus kanker diseluruh dunia. Bahkan, kasus baru kejadian kanker akan diprediksi lebih dari 19,3 juta kasus pada tahun 2025. Hal ini merupakan suatu jumlah kenaikan yang cukup besar. Di dunia diperkirakan 7,6 juta orang meninggal akibat kanker pada tahun 2005 dan 84 juta orang akan meninggal hingga 10 tahun ke depan. Di Indonesia, kanker merupakan penyebab kematian nomor enam. Diperkirakan terdapat 100 penderita kanker baru

untuk setiap 100.000 penduduk per tahunnya. Dengan demikian, masalah penyakit kanker terlihat lonjakan yang luar biasa. Dalam jangka waktu 10 tahun, terlihat bahwa peringkat kanker sebagai penyebab kematian naik dari peringkat 12 menjadi peringkat 6. Setiap tahun diperkirakan terdapat 190 ribu penderita dan seperlimanya akan meninggal akibat penyakit ini, namun angka kematian akibat kanker ini sebenarnya bisa dikurangi 3-35 persen, asal dilakukan tindakan prevalensi, screening dan deteksi dini. Seseorang penderita divonis bahwa penyakit kankernya dalam kategori stadium satu, maka harapan hidup lima tahun kedepan mencapai 90 persen. Stadium dua, 65 persen, stadium tiga, 15-20 persen, dan stadium empat harapan hidupnya hanya kurang dari lima persen (Diananda, 2008).

Sedangkan menurut data GLOBOCAN (IARC) yang di kutip dari Kementerian Republik Indonesia memperlihatkan, estimasi presentasi kasus baru dan kematian akibat kanker pada tahun 2012, yaitu kanker paru pada laki-laki untuk kasus baru mencapai 34,2 persen dan kematian mencapai 30,0 persen. Sedangkan pada perempuan, kanker payudara menjadi sumbangsih terbesar terhadap kasus baru dan kematian yang mencapai 43,3 persen dan 2,9 persen. Di Indonesia terutama di Yogyakarta jumlah penderita kanker di tiap tahunnya selalu naik cukup signifikan. Jumlah kasus kanker di DKI tertinggi di bandingkan provinsi lain di seluruh Indonesia. Fakta tersebut merupakan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013. Hal tersebut memprihatikan lantaran penyakit tersebut menjadi penyebab kematian terbesar ketiga setelah penyakit jantung dan darah tinggi. Di tahun 2014, penderita kanker yang di rawat di rumah sakitnya mencapai 1.600 orang. Sementara di 2015, pihaknya menangani lebih dari 2.500 penderita kanker. Dari Dinkes DIY menunjukkan, penderita kanker terbanyak berasal dari kalangan 25 hingga 64 tahun. Kendati demikian kanker nyatanya juga ditemukan di usia remaja 15 hingga 24 tahun (Tribunjogja.com).

Penyakit seperti leukemia dapat mengakibatkan perubahan drastis dalam konsep diri dan harga diri penderita. Perubahan ini dapat terjadi secara sementara namun dapat juga menetap. Dengan adanya diagnosa leukemia pada diri remaja dan

menjalankan *treatment-treatment* dengan efek samping yang dihasilkan dari *treatment* tersebut, hospitalisasi dan dampak yang diberikan pada kehidupan remaja, hal-hal seperti ini kemungkinan dapat mempengaruhi penerimaan dirinya. Ryff (Johada, 1985) menyatakan penerimaan diri sebagai suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri dan memandang positif terhadap kehidupan yang telah dijalani.

Penerimaan diri yang baik hanya akan terjadi bila individu yang bersangkutan mau dan mampu memahami keadaan diri sebagaimana adanya, bukan sebagaimana yang diinginkan. Selain itu juga harus memiliki harapan yang realistis, sesuai dengan kemampuannya. Dengan demikian bila seorang individu memiliki konsep yang menyenangkan dan rasional mengenai diri maka dapat dikatakan orang tersebut dapat menyukai dan menerima dirinya (Hurlock, 1997). Tentama (2012) menjelaskan bahwa pentingnya penerimaan diri bagi individu agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, penyesuaian ada lingkungan mempunyai manfaat bagi dirinya untuk berfikir secara positif mengenai keadaan diri, orang lain, dan lingkungan.

Ciri-ciri individu dengan penerimaan diri menurut Jersild (1963) adalah memiliki penghargaan yang realistis terhadap kelebihan-kelebihan dirinya, memiliki keyakinan akan standar-standar dan prinsip-prinsip dirinya tanpa harus diperbudak oleh opini individu-individu lain, memiliki kemampuan untuk memandang dirinya secara realistis tanpa harus menjadi malu akan keadaannya, mengenali kelebihan-kelebihan dirinya dan bebas memanfaatkannya, mengenali kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menyalahkan dirinya, memiliki spontanitas dan rasa tanggung jawab dalam diri, menerima potensi dirinya tanpa harus menyalahkan dirinya, memiliki spontanitas dan rasa tanggung jawab dalam diri, menerima potensi dirinya tanpa menyalahkan dirinya atas kondisi-kondisi yang berada di luar control mereka, tidak melihat diri mereka sebagai individu yang harus dikuasai rasa marah atau takut atau menjadi tidak berarti karena keinginan-keinginannya tapi dirinya bebas dari ketakutan untuk berbuat kesalahan, merasa memiliki hak untuk memiliki ide-ide dan

keinginan-keinginan serta harapan-harapan tertentu, tidak merasa iri akan kepuasan-kepuasan yang belum meraka raih.

Berdasarkan uraian diatas, maka tujuan penulisan ini untuk mengetahui informasi mengenai penerimaan diri pada anak Penderita Kanker di Yayasan Kasih Anak Kanker Yogyakarta.

PEMBAHASAN

Menurut Jersild (1958) individu yang memiliki penerimaan diri berfikir lebih realistik tentang penampilan dan bagaimana dirinya terlihat dalam pandangan orang lain. Ini bukan berarti individu tersebut mempunyai gambaran sempurna tentang dirinya, melainkan individu tersebut dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik mengenai dirinya yang sebenarnya. Pada kasus ini persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan yang ditunjukkan oleh subjek antara lain seperti penilaian subjek terhadap dirinya tergambar dengan baik oleh subjek, menurut subjek dirinya sangat berbeda sebelum subjek menderita leukemia, sebelumnya subjek adalah anak yang aktif dalam mengikuti kegiatan tubuh seperti menari, namun setelah menderita leukemia subjek tidak mampu lagi untuk mengikuti kegiatan menari karena kondisi fisik subjek yang tidak mendukungnya untuk melakukan kegiatan menari, oleh karena itu subjek memahami keterbatasannya dan mengurangi kegiatan menarinya.

Ada beberapa tokoh yang mendefinisikan mengenai penerimaan diri, menurut Florentina (2008) penerimaan diri adalah kesediaan untuk menerima dirinya yang mencakup keadaan fisik, psikologik sosial, dan pencapaian dirinya baik kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya. Menurut Ryff (1996), penerimaan diri adalah keadaan dimana seorang individu memiliki penilaian positif terhadap dirinya, menerima serta mengakui segala sesuatu maupun segala keterbatasan yang ada di dalam dirinya tanpa merasa malu atau merasa bersalah terhadap kodrat dirinya. Hurlock (1974), dan Skinner (1977) berpendapat bahwa penerimaan diri adalah keinginan untuk memandang diri seperti adanya, dan mengenali diri sebagai mana

adanya. Ini tidak berarti kurangnya ambisi karena masih adanya keinginan-keinginan untuk meningkatkan diri, tetapi tetap menyadari bagaimana dirinya saat ini. Menurut Chaplin (2004) penerimaan diri atau self-acceptance adalah sikap yang merupakan cerminan dari perasaan puas dari diri sendiri, dengan kualitas-kualitas dan bakat-bakat diri serta pengakuan akan keterbatasan yang ada pada diri.

Ryff (1989) merumuskan dimensi-dimensi penerimaan diri sebagai berikut: Yang pertama, *Self Acceptance* (Penerimaan diri), individu yang memiliki penerimaan diri berarti individu tersebut telah memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengenali dan menerima segala aspek diri yang baik dan buruk serta merasa positif tentang masa lalunya. Yang kedua, *Positive Relation with Others* (Hubungan Positif dengan Orang lain), menggambarkan individu yang memiliki hubungan yang positif dengan orang lain sebagai individu yang memiliki hubungan yang hangat, memuaskan, dan saling percaya satu sama lain, memperhatikan kesejahteraan orang disekitarnya, mampu berempati dan mengisi serta terlibat dalam hubungan timbal balik. Yang ketiga, *Autonomy* (Otonomi), bahwa individu yang otonomi berarti individu tersebut memiliki determinasi diri dan bebas, mampu mengatasi tekanan sosial dengan tetap berfikir dan bertindak sesuai dengan keyakinan, mengatur perilaku dari dalam, serta mengevaluasi diri berdasarkan standar pribadi. Yang keempat *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan), bahwa individu yang memiliki penguasaan lingkungan adalah individu yang mampu menguasai dan mengatur lingkungan, mengontrol aktivitas eksternal dan kompleks, menggunakan kesempatan secara efektif, memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadi. Tentama (2014) mengemukakan bahwa, ada hubungan positif yang sangat signifikan antara berpikir positif dengan penerimaan diri bagi difabel. Bagi difabel diharapkan dapat selalu menggunakan pola pikir yang positif dalam kehidupan sehari-hari agar dapat meningkatkan penerimaan dirinya sehingga difabel bisa menjalani kehidupan tanpa

hambatan, pikiran serta emosi negatif dengan cara selalu berpandangan realistik maupun selalu mensyukuri setiap perubahan yang terjadi terhadap keadaan dirinya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri, Hurlock (1974) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penerimaan diri antara lain. Pertama, adanya pemahaman tentang diri sendiri hal ini timbul adanya kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan ketidakkemampuannya. Individu dapat memahami dirinya sendiri tidak akan hanya tergantung dari kemampuan intelektualnya saja, tetapi juga ketepatan untuk penemuan diri sendiri, maksudnya semakin orang dapat memahami dirinya. Kedua, adanya hal yang realistik, hal ini timbul jika individu menentukan sendiri harapannya dengan di sesuaikan dengan pemahaman dan kemampuan, dan bukan di arahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya dengan memiliki harapan yang realistik. Ketiga, tidak ada hambatan dalam lingkungan walaupun seseorang sudah memiliki harapan yang realistik, tetapi jika lingkungan disekitarnya tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi, maka harapan individu tersebut akan sulit tercapai. Keempat, sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan tidak menimbulkan prasangka, karena adanya penghargaan terhadap kemampuan seseorang dan kesediaan individu mengikuti kebiasaan lingkungan. Tidak adanya gangguan emosional yang berat akan terciptanya individu yang dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia. Kelima pengaruh keberhasilan yang dialami, keberhasilan alami dapat menimbulkan penerimaan diri (yang positif). sebaliknya, kegagalan yang dialami mengakibatkan adanya penolakan diri. Keenam, identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, individu yang mengidentifikasi diri dengan orang yang *well adjusted* dapat membangun sifat-sifat yang positif terhadap diri sendiri dan bertingkah laku dengan baik, yang menimbulkan penerimaan diri dan penilaian diri yang baik. Ketujuh, adanya persektif diri yang luas, yakni memperhatikan pandangan orang lain tentang diri. Persektif diri yang luas ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar. Tentama (2010) mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi

penerimaan diri pada individu adalah berfikir positif. Berpikir positif juga memberikan sumbangan efektif yang cukup baik dalam penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh akibat kecelakaan. Tentama (2012) menyatakan meminimalisasi perasaan inferioritas juga bermanfaat untuk meningkatkan rasa optimisme, bersemangat, lebih mampu memahami dirinya, percaya pada kemampuannya, dan mantap menjalankan kehidupan, hal ini akan menjadikan individu akan semakin menerima keadaan di dalam dirinya.

Jersild (1963) menemukan beberapa aspek-aspek penerimaan diri antara lain, pertama persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan individu yang memiliki penerimaan diri terhadap penampilan individu yang memiliki penerimaan diri berfikir lebih realistic tentang penampilan dan bagaimana dirinya terlihat dalam pandangan orang lain. Individu tersebut dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik mengenai dirinya yang sebenarnya. Kedua, sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain. Individu yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya dengan baik daripada individu yang tidak memiliki penerimaan diri. Ketiga, perasaan inferioritas sebagai gejala penolakan diri. Seorang individu yang terkadang merasakan inferioritas adalah seorang individu yang tidak memiliki penerimaan diri dan hal tersebut akan mengganggu penerimaan yang realistic atas dirinya. Keempat respon penolakan dan kritikan. Individu yang memiliki penerimaan diri tidak menyukai kritikan, namun demikian individu mempunyai kemampuan untuk menerima kritikan bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut. Kelima keseimbangan antara "*real self*" dan "*ideal self*". Individu yang mempertahankan harapan dan tuntutan dari dalam dirinya dengan baik dan batas-batas memungkinkan individu untuk mencapainya walaupun dalam jangka waktu yang lama dan menghabiskan energinya. Oleh karena itu, dalam mencapai tujuan individu mempersiapkan dalam konteks yang mungkin dicapai, untuk memastikan dirinya tidak akan kecewa saat nantinya. Hal ini berarti apabila seorang individu menyayangi dirinya, maka akan lebih memungkinkan

baginya untuk menyayangi orang lain. Keenam yaitu penerimaan diri, menuruti kehendak dan menonjolkan diri. Memerima dan menuruti diri adalah dua hal yang berbeda. Apabila seorang individu menerima dirinya, hal tersebut bukan berarti individu memanjakan dirinya. Individu yang menerima dirinya akan menerima dan bahkan menuntut pembagian yang layak akan suatu yang baik dalam hidup dan tidak pantas untuk memiliki posisi yang baik atau menikmati suatu yang bagus. Semakin individu menerima dirinya dan diterima orang lain, semakin individu mampu untuk berbaik hati. Ketujuh penerimaan diri, spontanitas, menikmati individu dengan penerimaan diri mempunyai lebih banyak keleluasaan untuk menikmati hal-hal dalam hidupnya. Individu tersebut tidak hanya leluasa untuk menolak atau menghindari sesuatu yang tidak ingin dilakukannya. Kedelapan, aspek moral penerimaan diri. Individu dengan penerimaan diri bukanlah individu yang berbudi tetapi memiliki fleksibilitas dalam pengaturan hidupnya. Individu memiliki kejujuran untuk menerima dirinya sebagai apa dan untuk apa nantinya, dan tidak menyukai pura-puraan. Kesembilan, sikap terhadap penerimaan diri. Menerima diri merupakan hal penting dalam kehidupan seseorang. Individu yang dapat menerima beberapa aspek hidupnya, mungkin dalam keraguan dan kesulitan dalam menghormati orang lain. Tentama (2011) mengatakan bahwa, ada hubungan negatif antara perasaan inferioritas dengan penerimaan diri individu penyandang tuna daksa, yang berarti, semakin rendah perasaan inferioritas seseorang maka akan semakin tinggi penerimaan diri seseorang. Pada penderita kanker, semakin mereka rendah perasaan inferioritasnya akan berdampak pada penerimaan diri mereka.

SIMPULAN

Sebagai penderita leukemia atau kanker subjek memiliki penerimaan diri yang baik, hal ini ditunjukkan dengan penilaian subjek terhadap dirinya tergambar dengan baik oleh subjek, dengan adanya leukemia dalam diri subjek dan menyebabkan kondisi fisik subjek yang tidak memungkinkan untuk melakukan kegiatan seperti

sebelum subjek sakit maka subjek mengurangi kegiatannya. Subjek juga mengenali apa saja yang menjadi kelebihan dan kekurangan dalam dirinya dan dapat menerima kekurangan yang dimilikinya terutama dengan penyakitnya, serta mencoba menjadikan kekurangannya tersebut menjadi kelebihan untuk dirinya. Subjek merasa bahwa penyakit yang dialaminya adalah sebagai cobaan dari Tuhan untuk dirinya oleh karena itu subjek tidak merasa rendah diri karena penyakitnya. Subjek mau menerima kritik dari orang lain dan subjek memiliki harapan yang realistis yaitu dapat sembuh dan dapat mencapai semua harapannya. Selain itu subjek menikmati hidupnya dan merasa puas dan bahagia karena merasa lebih dekat dengan keluarganya dan dapat melihat keluarga yang menyayangi subjek, subjek juga dengan leluasa menolak dan menghindari sesuatu yang tidak ingin dilakukannya dengan cara berkata tidak. Subjek sangat menerima keadaan dirinya, subjek menerima dirinya dengan berfikir bahwa inilah yang harus dihadapi dan dijalani oleh subjek yaitu menerima bahwa dirinya mengidap leukemia. Subjek tidak mau membohongi diri sendiri bahwa ia pernah merasakan cemas, ragu dan bimbang, subjek tidak lagi menyesali masa lalunya dan berusaha membuka lembaran baru dalam hidupnya. Selain itu subjek mampu membuka dirinya dan membiarkan orang lain melihat dirinya apa adanya dan subjek mampu menerima kualitas baik dan buruk yang ada dalam dirinya. Faktor-faktor yang berperan dalam penerimaan diri yang baik pada subjek antara lain adalah subjek memiliki pemahaman tentang diri sendiri, subjek memahami bagaimana dirinya, subjek juga mengenali apa yang menjadi kelebihan dan kekurangannya. Subjek juga memiliki harapan yang realistis terhadap keadaan dirinya yang sekarang, harapan subjek untuk sekarang adalah dapat sembuh dari penyakit yang dideritanya dan dapat menggapai semua cita-citanya yaitu menjadi dokter anak.

Selain itu subjek memiliki keluarga yang sangat mendukung harapan yang dimiliki subjek dan teman-teman serta lingkungan yang bersikap baik terhadap subjek. Subjek menanggapi pandangan orang lain terhadap dirinya dengan baik,

subjek merasa ibunya mempunyai pengaruh dalam hidupnya karena subjek dekat dengan ibunya semenjak subjek sakit, dan subjek memiliki penerimaan diri yang baik karena subjek mencontoh ibunya dalam bersikap positif, subjek juga mampu membangun sikap positif terhadap diri sendiri dengan yakin bahwa subjek akan sembuh dari penyakit yang dideritanya. Disamping itu subjek merasa diasuh secara demokratis oleh kedua orang tuanya, hal tersebut digambarkan dengan pemberian pilihan oleh orang tua subjek dan pengarahan mana yang baik dan mana yang kurang baik untuk dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Chaplin, J. P. (2004). *Kamus lengkap psikologi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Diananda, R. (2008). *Mengenal seluk beluk kanker*. Yogyakarta: Kata Hati.
- Hurlock, E. B (1974). *Personality development*. New Delhi: Tata McGraw Hill Publishing.
- Hurlock, E. B. (1997). *psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. ahli bahasa: Isti Widayanti dan Soedjarwo. Edisi kelima. Jakarta: Erlangga.
- Infodatin. (2004). *Pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI*, Yogyakarta.
- Jersild, A. T. (1963). *The psychology of adolescent*. New York: The Mcmillan.
- Jersild, A. T., Brook, J. S., & Brook, D. W. (1963). *The psychology of adolescent*. 3rd edition. London: Collier McMillan Publishers.
- Jersild, A. T. (1958). *The psychology of adolescence*. New York: Mc Millan Company.
- Johada, M. (1958). *Current concepts of positive mental health*. New York: Basic Books.
- Skinner, C. E. (1977). *Educational psychology*. 4th edition. New Delhi: Prantice Hall.
- Florentina, R. S. (2008). Hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas viii smp santa maria fatima. *Jurnal psiko-Edukasi*, 6, 21-33.
- Ryff, C. D. (1996). The structure of psychological well being Revisited. *Journal of Personality and social Psychology*. 69, 719-727

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081
- Tentama, F. (2010). Berfikir positif dan penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh akibat kecelakaan. *Humanitas*, 7(1), 66-75.
- Tentama, F. (2011). Hubungan inferioritas dengan self-acceptance pada penyandang tuna daksa. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian Dosen Wilayah V*. Yogyakarta: Kopertis V. ISBN: 978-602-9367-04-1
- Tentama, F. (2012). Manfaat penerimaan diri bagi difabel. *Republika*, 69.
- Tentama, F. (2012). Mencari penerimaan diri difabel. *Harian Jogja*. Ed-1367.
- Tentama, F. (2014). Hubungan positif thinking dengan self-acceptance pada difabel (bawaan lahir) di SLB negeri 3 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(2), 1-7.
- Tribunjogja. (2016). Penderita kanker di DIY meningkat tiap tahun. Sumber: <http://jogja.tribunnews.com/2016/02/05/penderita-kanker-di-diy-meningkat-tiap-tahun>.