

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pengalaman penyakit kronis dipahami sebagai perjalanan penting dalam membangun kembali identitas dan makna diri. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa individu dengan penyakit kronis akan mempertanyakan makna, tujuan, atau arah hidupnya (Bolton dkk., 2022; de Siqueira, 2018; Philipp dkk., 2025). Charmaz (2002) dan Kralik dkk. (2004) menjelaskan bahwa penyakit kronis tidak hanya berdampak pada tubuh, tetapi juga pada rasa keutuhan diri. Hal ini didukung oleh pendapat Kaptein dkk. (2015) yang menemukan bahwa penyakit kronis bisa mengubah citra tubuh, menurunkan rasa percaya diri, dan memicu perubahan besar dalam identitas seseorang.

Dalam studi mengenai penyakit kronis, kanker menjadi salah satu kondisi penyakit kronis dengan tantangan kesehatan yang berat dan berisiko menyebabkan kematian. Kanker merupakan penyakit di mana sel-sel bertumbuh secara abnormal dan tidak terkendali, sehingga mengakibatkan kehancuran jaringan atau fungsi tubuh ("What", 2025). Kanker dapat membuat sistem kekebalan tubuh (imun) menjadi tidak bekerja dengan baik, sehingga tubuh lebih mudah terkena penyakit lain (Taylor, 2018). Di Indonesia, kanker payudara merupakan kanker paling umum yang menyerang perempuan di Indonesia, dengan angka kematian tertinggi di antara jenis kanker lainnya ("Kanker", 2024).

Tingginya dampak kanker payudara semakin menjadi perhatian karena sebagian besar kasus di Indonesia baru terdiagnosis ketika penyakit telah memasuki stadium lanjut. Sekitar 60–70% kasus kanker payudara di Indonesia diketahui pada stadium III atau lebih tinggi sehingga kesempatan untuk memperoleh penanganan sejak dini menjadi lebih terbatas (Nurhaliza, 2022). Laporan Rumah Sakit Kanker Nasional Dharmas juga menunjukkan bahwa proporsi pasien kanker payudara yang menjalani pengobatan paling banyak berada pada stadium III, yaitu sebesar 44% (“Panduan”, 2014). Keterlambatan diagnosis dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan mengenai tanda-tanda awal kanker payudara (“Deteksi”, 2025). Selain itu, sebagian perempuan yang telah menyadari adanya perubahan pada tubuhnya masih memilih pengobatan alternatif dan belum mendapatkan edukasi yang memadai mengenai pentingnya pemeriksaan serta deteksi dini (Andika, 2024). Akibatnya, pemeriksaan medis sering kali baru dilakukan setelah gejala semakin parah. Kondisi tersebut menyebabkan proses pengobatan menjadi lebih kompleks, membutuhkan biaya yang lebih besar, dan meningkatkan risiko kematian (Pasambo, 2022).

Perempuan dengan kanker payudara stadium III berada pada fase penyakit yang menuntut penanganan intensif. Stadium III merupakan kondisi kanker payudara lanjut lokal yang menunjukkan bahwa penyakit telah berkembang secara lebih luas pada payudara, jaringan di sekitarnya, atau kelenjar getah bening regional, tetapi belum menyebar ke organ tubuh yang jauh (“Breast”, 2021). Pada tahap ini, perempuan menghadapi kondisi penyakit yang serius dan memerlukan rangkaian pengobatan yang kompleks, seperti operasi, kemoterapi, radioterapi,

maupun terapi lanjutan (“Treatment”, 2024). Rangkaian pengobatan tersebut dapat menimbulkan perubahan fisik dan emosional serta memengaruhi kemampuan individu dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Selain itu, individu juga dapat mengalami kekhawatiran mengenai kemungkinan kanker kembali dan kondisi kesehatannya pada masa mendatang (“Living”, 2025). Meskipun menghadapi penyakit yang berat, individu kanker payudara stadium III belum mengalami metastasis (penyebaran sel kanker ke organ lain) sehingga pengobatan masih berfokus pada pengendalian penyakit dan keberlanjutan hidup. Kondisi ini membuat pengalaman mereka penting dikaji karena harapan untuk tetap sehat dan menjalani hidup muncul bersamaan dengan kekhawatiran akan kekambuhan dan ketidakpastian masa depan.

Proses penyesuaian tersebut tidak berhenti pada saat diagnosis maupun setelah tindakan medis dilakukan. Vardaramatou dkk. (2021) menemukan bahwa pengalaman perempuan setelah diagnosis kanker payudara bergerak dari ketidakpastian, penggunaan berbagai strategi koping, hingga proses penyesuaian. Diagnosis kanker dapat menimbulkan perubahan besar dalam kehidupan, ketakutan terhadap perkembangan penyakit, serta kesulitan untuk beradaptasi dengan situasi yang baru. Sejalan dengan temuan tersebut, Williams dan Jeanetta (2016) menunjukkan bahwa pengalaman kanker payudara tidak berhenti setelah tindakan medis selesai. Pengalaman tersebut terus berlanjut ketika perempuan menghadapi berbagai perubahan dalam dirinya dan berusaha menjalani kehidupan yang telah dipengaruhi oleh penyakit serta pengobatan kanker. Khusus pada perempuan yang telah menjalani mastektomi, Hasan dkk. (2023) menemukan bahwa tindakan

tersebut membawa perubahan dalam berbagai aspek kehidupan, meliputi kondisi fisik, psikologis, sosial, relasional, dan fungsional.

Dibandingkan dengan beberapa penyakit kronis lainnya, kanker payudara dapat menghadirkan pengalaman yang khas dalam membentuk dan mengubah identitas diri perempuan. Hal ini karena penyakit dan pengobatannya berdampak langsung terhadap bagian tubuh yang berkaitan dengan cara perempuan memandang dirinya. Myint dkk. (2025) menjelaskan bahwa mastektomi, perubahan bentuk tubuh, dan kerontokan rambut akibat kemoterapi dapat memengaruhi citra tubuh serta menimbulkan perasaan kehilangan dan perubahan dalam cara perempuan mengenali dirinya. Marano dan Mazza (2024) juga mengungkapkan bahwa kanker payudara memberikan dampak besar terhadap persepsi individu mengenai dirinya, baik secara fisik, sosial, maupun eksistensial. Dampak tersebut tidak terlepas dari makna sosial dan simbolis payudara yang berkaitan dengan feminitas, identitas gender, seksualitas, serta peran perempuan (Passerino, 2023).

Dengan perubahan yang terjadi pada cara memandang diri, banyak wanita dengan kanker payudara mengalami tekanan psikologis yang berat. Hal ini didukung oleh penelitian oleh Niu dkk. (2022) menunjukkan bahwa sejak diagnosis awal hingga menjalani operasi, mereka kerap berada dalam kondisi syok dan membutuhkan dukungan emosional. Beberapa individu bahkan mengungkapkan ketakutan akan kekambuhan penyakit maupun kematian. Sejalan dengan itu, penelitian oleh Melhem dkk. (2023) menegaskan bahwa persepsi individu terhadap kanker yang dialaminya tidak hanya memengaruhi keyakinan mengenai masa depan, tetapi juga cara mereka memaknai hidup dan dirinya. Individu dapat merasa

kesehatan berada di luar kendali dan kematian tampak tak terhindarkan. Kondisi ini menegaskan bahwa penyakit tidak sekadar mengubah pengalaman fisik, tetapi juga mengguncang makna diri.

Dalam beberapa penelitian ditemukan bahwa makna diri seseorang akan berubah sesuai dengan kondisi sehat atau sakit. Saat sehat, individu lebih mudah menyusun harapan, merancang masa depan, dan menetapkan tujuan jangka panjang, sementara makna diri cenderung tidak dipikirkan secara mendalam (Taylor, 2018). Sebaliknya, ketika sakit, kesehatan menjadi pusat perhatian dalam hidup. Individu bisa melihat dirinya semata sebagai orang sakit, menolak identitas sakit, menerima kondisi tersebut sebagai bagian dari identitas, atau bahkan menemukan pelajaran hidup dari pengalaman sakit (van Bulck dkk., 2019). Individu mulai berusaha untuk kembali merasa utuh, dengan cara menjaga diri bukan hanya dari segi fisik, tetapi juga emosi dan cara memandang diri (Hajdarevic dkk., 2025).

Individu dengan kanker payudara seringkali menganggap ada masalah pada diri mereka, terutama karena penampilan fisiknya berubah, kondisi emosional yang naik turun, dan tanggapan sekitar individu terkait penyakit. Dalam sejumlah penelitian, konsep tentang “diri” (*the self*) menjadi aspek yang penting untuk memahami bagaimana seseorang menghadapi penyakit kronis seperti kanker payudara (Osborn & Smith, 2006). Konsep diri merujuk pada kumpulan keyakinan, pemahaman, emosi, dan pikiran yang dimiliki individu tentang dirinya. Hal ini membantu seseorang mengenali dirinya serta memengaruhi cara ia menampilkan diri di hadapan orang lain. Meskipun relatif stabil, konsep diri tetap bersifat dinamis

dan dapat berubah seiring pengalaman serta konteks kehidupan (Leary & Tangney, 2012).

Konsep tentang diri dan identitas bisa membantu kita memahami hal-hal yang menyebabkan munculnya penyakit fisik. Dengan memaknai diri, akan terbentuk rasa kontrol diri, termasuk keyakinan terhadap kemampuan diri dan sikap optimis (Czekierda, Gancarczyk, & Łuszczynska, 2017; Lestoquoy dkk., 2017). Secara lebih spesifik, konsep diri berperan sebagai pelindung yang dapat meredam dampak tekanan emosional dan situasi sulit terhadap kesehatan fisik (Contrada & Ashmore dalam Strachan, 2005). Dengan kata lain, cara seseorang memandang dirinya sendiri dapat menentukan seberapa besar tekanan psikologis memengaruhi kondisi fisiknya.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa individu dengan penyakit kronis sering kali mengalami hambatan dalam merencanakan dan membayangkan masa depan mereka. Kondisi tersebut dapat terjadi karena perubahan akibat penyakit membuat individu kesulitan memahami dirinya setelah sakit. Hal ini telah dijelaskan oleh Osborn dan Smith (2006), yang mana ketika individu masih mampu memandang dirinya sebagai pribadi yang kuat, berharga, dan memiliki tujuan hidup, mereka cenderung lebih mampu menghadapi tekanan akibat penyakit. Sebaliknya, ketika individu mulai merasa dirinya lemah, kehilangan makna hidup, atau tidak lagi mampu menjalankan peran seperti sebelumnya, tekanan psikologis yang dialami dapat menjadi semakin berat. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Heffernan dkk. (2020) dan Höhne (2022) yang menjelaskan bahwa perubahan bentuk tubuh, fungsi tubuh, dan peran sosial juga dapat membuat individu merasa

kehilangan kendali terhadap kehidupannya di masa depan. Akibatnya, individu mulai merasa bahwa kondisi dirinya saat ini tidak lagi sesuai dengan harapan atau gambaran diri yang sebelumnya mereka inginkan di masa depan.

Kesulitan dalam memaknai diri masa depan berdampak pada bagaimana individu membentuk rangkaian dan perjalanan hidupnya. Menurut (Erikson, 2007), makna diri perlu dipahami secara naratif, mencakup kesinambungan antara diri di masa lalu, masa kini, dan masa depan. Auster (dalam Landau, 2017) menambahkan agar hidup terasa bermakna, individu cenderung melihat kehidupan sebagai sebuah perjalanan dan cerita pribadi dan bukanlah sekumpulan peristiwa acak tanpa arah atau tujuan.

Individu akan menjalani dan membentuk makna diri melalui narasi: “Siapa aku?”, “Mengapa aku menjadi seperti ini?”, dan “Aku akan jadi seperti apa kedepannya?”. Perjalanan ini terdiri atas pengalaman masa lalu yang membentuk peran saat ini, dan dari sanalah individu mulai membayangkan serta menetapkan tujuan masa depan (Höhne, 2022). Konsep *possible selves* atau diri masa depan menekankan perspektif kognitif dalam memahami konsep diri, khususnya yang berkaitan dengan tujuan, ketakutan, dan ancaman yang dialami individu (Markus & Nurius, 1986)

Untuk memahami kondisi individu dengan kanker payudara lebih dalam, peneliti melakukan wawancara awal kepada dua orang dengan kanker payudara stadium III. Dua kutipan ini menunjukkan bagaimana individu melihat dirinya di masa depan, dari rasa kehilangan harapan hingga narasi kebermaknaan. Ditemukan perbedaan pandangan individu terkait kondisi yang dialami. Salah satu individu

memiliki ketakutan terhadap apa yang akan terjadi pada dirinya di masa depan. Dalam pernyataannya, narasumber satu menunjukkan reaksi emosional negatif terhadap diri di masa depan dan hal ini memengaruhi keputusannya untuk tidak menjalani pengobatan medis. Hal ini terlihat dari penyampaian yang dijelaskan oleh narasumber satu:

“Saya stres banget dan shock pas terima hasil biopsi di bulan Desember. Saat divonis kanker, saya benar-bener ngerasa terpuruk. Saya mikir harus gimana ya kedepannya. Karena udah seperti gak ada pilihan dan jalan lagi. Jadinya sekarang ini gak berobat secara medis, pakai herbal aja.”
(Narasumber 1, Komunikasi Personal, 23 Februari 2024)

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa individu dengan kanker payudara sering merasa cemas saat memikirkan masa depan. Stereotip negatif tentang kanker payudara dan penuaan dapat memperburuk kondisi kesehatan mereka, meningkatkan kecemasan, dan menambah ketidakpastian terhadap masa depan (Facchin dkk., 2021; Nikoloudi dkk., 2021; Schroyen dkk., 2017). Kanwal dkk. (2022) turut menambahkan bahwa pengalaman ini bagi sebagian individu disertai dengan hilangnya harapan, perasaan tidak berharga, dan pandangan bahwa hidup tidak lagi bermakna. Mereka kerap menghadapi ketakutan akan kematian serta kekhawatiran tentang tanggung jawab yang belum terselesaikan, yang semakin memperdalam rasa kesepian dan kehampaan. Selain itu terdapat pula pandangan negatif yang dapat menurunkan rasa percaya diri dan kualitas hidup, terutama ketika individu merasa tidak aman akibat perubahan fisik yang mereka alami. Hal ini yang berujung pada depresi dan masalah kesehatan mental lainnya (Riaz dkk., 2023).

Pada penyampaian narasumber dua, individu menunjukkan pandangan yang berbeda dari narasumber satu. narasumber dua mengungkapkan bahwa ia menghadapi tantangan kesehatan yang berat, akan tetapi masih dapat membangun harapan dan memiliki keyakinan positif terhadap masa depan. Hal ini terlihat dari penyampaian narasumber dua:

“Sampai saat ini, saya hanya bersyukur masih diberikan kekuatan walau dengan keterbatasan aktivitas. Karena sekarang dengan bertambahnya ke kanker ovarium, saya selalu semangat, sehat, dan tidak pernah saya menunjukkan kalau saya sakit. Positif thinking untuk kedepannya dan melakukan pola hidup sehat dan bahagia karena sehat itu kembali ke pola pikir kita dalam menyikapi. Sakit kita adalah ujian yang harus kita jalani dengan Bahagia. Sesakit apapun, saya tidak ingin merepotkan keluarga. Saya selalu berusaha mandiri. Saya tidak ingin sakit saya menjadi beban anak atau keluarga, tapi biar menjadi inspirasi teman dan keluarga kekuatan saya ini. Motto hidup saya, sehat itu mahal. Jadi kalau mau sehat juga, coba-coba usaha tapi harus ada niatan untuk sehat berapapun biaya yang dikeluarkan”

(Narasumber 2, Komunikasi Personal, 21 Februari 2024)

Pandangan ini sejalan dengan sejumlah penelitian yang menunjukkan bahwa individu dengan penyakit kronis tetap dapat membangun harapan dan tujuan hidup yang membantu mereka bertahan menghadapi penyakit. Penelitian Szwimer dkk. (2020) menunjukkan bahwa individu dengan kanker payudara dapat mengembangkan ketahanan psikologis dan menemukan makna baru dalam kehidupannya setelah mengalami penyakit. Selain itu, Almegewly (2017) menemukan bahwa banyak penyintas kanker payudara merasa pengalaman menghadapi kanker membuat mereka lebih kuat dalam menghadapi tantangan hidup serta tetap memiliki harapan terhadap masa depannya.

Beberapa faktor yang mendukung munculnya pandangan positif terhadap masa depan antara lain kemampuan individu dalam mengelola emosi setelah

diagnosis, adanya dukungan sosial yang kuat, serta keterhubungan dengan nilai-nilai spiritual dan keagamaan. Menurut (Facchin dkk., 2021), pandangan yang lebih optimis ini terbukti dapat memperkuat ketahanan mental dan emosional individu dalam menghadapi kondisi penyakit. Selain itu, nilai spiritual yang kuat membantu individu dalam menghadapi stres akibat penyakit. Sikap optimis mendorong individu untuk tetap aktif dalam menjalani kehidupan, seperti mencari pengobatan dan menyesuaikan rencana hidup sesuai dengan kondisi yang dihadapi (Hershfield & Bartels, 2018). Lebih lanjut, Urminsky (2017) menekankan bahwa ketika individu merasa dirinya di masa depan merupakan bagian dari dirinya saat ini, mereka cenderung lebih peduli terhadap kesejahteraan jangka panjang. Hal ini terlihat dari keputusan-keputusan yang diambil untuk mendukung proses penyembuhan dan menjaga kualitas hidup.

Berbagai penelitian telah mengeksplorasi pengalaman hidup individu dengan kanker payudara, seperti perubahan kondisi fisik, tekanan emosional, proses pengobatan, stigma, serta penyesuaian diri setelah diagnosis penyakit. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa individu dengan kanker payudara sering mengalami kecemasan akibat ketidakpastian kondisi kesehatan dan masa depan yang harus dihadapi (Facchin dkk., 2021). Selain itu, perubahan tubuh dan keterbatasan akibat penyakit juga membuat individu mulai memandang dirinya dan kehidupannya secara berbeda dibandingkan sebelum sakit (Laranjeira dkk., 2014). Sebagian individu berharap dapat kembali menjalani kehidupan yang normal tanpa terus-menerus dikaitkan dengan pengalaman sakit, sementara sebagian lainnya merasa pengalaman menghadapi kanker justru membuat mereka lebih kuat dan lebih

menghargai kehidupan (Almegewly, 2017). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa individu dengan penyakit kronis sering memikirkan kembali pengalaman hidup yang telah dilalui sekaligus membayangkan kehidupan mereka di masa depan (Höhne, 2022).

Pengalaman sakit dapat membuat individu mulai menyesuaikan tujuan hidup, harapan, dan cara mereka memandang dirinya di masa depan. Namun, penelitian mengenai individu dengan kanker payudara masih lebih banyak berfokus pada stres, coping, kualitas hidup, stigma, dan penyesuaian diri terhadap penyakit. Penelitian yang secara khusus mengeksplorasi bagaimana individu dengan kanker payudara memaknai dirinya di masa depan berdasarkan pengalaman hidup yang telah dilalui masih relatif terbatas. Padahal, pengalaman menghadapi kanker payudara dapat memunculkan berbagai pandangan terhadap diri di masa depan. Sebagian individu mungkin merasa dirinya menjadi lebih kuat dan lebih menghargai kehidupan setelah berhasil melewati pengalaman yang berat. Sebaliknya, sebagian lainnya dapat merasa dirinya lebih terbatas, kehilangan kemampuan menjalankan peran seperti sebelumnya, serta khawatir terhadap kondisi diri dan kehidupannya di masa depan. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dikaji karena cara individu memandang dirinya di masa depan dapat memengaruhi harapan hidup, motivasi menjalani pengobatan, kemampuan menyesuaikan diri, serta cara individu menjalani kehidupannya setelah diagnosis kanker payudara.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memahami bagaimana individu dengan kanker payudara memaknai diri masa depannya setelah mengalami perubahan besar dalam kehidupannya. Penelitian ini diharapkan dapat

memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana individu membangun harapan, menghadapi kekhawatiran, serta memandang kemungkinan dirinya di masa depan setelah hidup dengan kanker payudara. Untuk menggali pengalaman ini secara mendalam, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). IPA cocok digunakan ketika topik yang diteliti bersifat subjektif, kontekstual, dan belum banyak dieksplorasi, terutama dalam isu-isu terkait identitas, makna diri, dan pengalaman hidup (Smith dkk., 2009).

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, didapatkan rumusan masalah penelitian ini yakni: Bagaimana individu dengan kanker payudara memaknai diri masa depan?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, didapatkan tujuan penelitian ini yakni peneliti ingin memahami bagaimana individu dengan kanker payudara memaknai diri masa depan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini memberikan kontribusi pada literatur ilmiah dengan mengeksplorasi hubungan antara pengalaman masa kini individu dengan kanker payudara dan cara mereka memaknai diri masa depan, sebuah aspek yang masih jarang diteliti. Dengan menyoroti bagaimana individu dengan kanker payudara menyesuaikan harapan dan ekspektasi mereka di tengah ketidakpastian, penelitian

ini memperluas pemahaman tentang pembentukan narasi diri dalam konteks kesehatan jangka panjang. Selain itu, hasil penelitian ini menambah bukti empiris yang dapat memperkaya teori-teori psikologi, seperti *possible selves*, dengan memberikan perspektif baru mengenai bagaimana individu dengan kanker payudara membangun identitas dan mengarahkan tindakan mereka berdasarkan visi masa depan.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Individu dengan Kanker Payudara

Penelitian ini memberikan wawasan bagi individu dengan kanker payudara tentang bagaimana pengalaman mereka saat ini membentuk cara pandang terhadap diri di masa depan. Dengan memahami proses ini, individu dapat lebih sadar dalam menyesuaikan harapan dan ekspektasi mereka secara adaptif. Selain itu, penelitian ini mendorong individu untuk membangun narasi diri yang lebih optimis dan realistis, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis serta mendukung proses penyesuaian terhadap kondisi mereka. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang makna masa depan, individu diharapkan dapat lebih termotivasi dalam menjalani kehidupan dan menghadapi ketidakpastian akibat kanker payudara.

b. Bagi Layanan Psikologi dan Peneliti Psikologi

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi mengenai pengalaman memaknai diri masa depan pada penyintas kanker payudara serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji topik serupa. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan

pendampingan psikologis yang lebih peka terhadap cara penyintas memaknai dirinya di masa depan, sehingga psikolog atau tenaga profesional dapat lebih memahami berbagai gambaran diri yang ingin dicapai maupun yang dikhawatirkan oleh penyintas dalam proses penyesuaian setelah diagnosis dan pengobatan kanker payudara.

