

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berbagai pengalaman baik positif maupun negatif tidak dapat lepas dari kehidupan seseorang. Pengalaman-pengalaman tersebut akan memberi pengaruh yang pada akhirnya akan mempengaruhi cara pandang seseorang dalam menjalani kehidupannya. Seseorang yang mengalami peristiwa membahagiakan seperti dapat mengaktualisasikan dirinya melalui pekerjaan, menjalani berbagai hobi, serta dikelilingi oleh keluarga yang dicintai dapat lebih memaknai kehidupannya dan memiliki perasaan bahagia dalam hidupnya. Seperti yang diungkapkan Sahakian (Bastaman, 1996) bahwa kebahagiaan tidak mungkin diraih tanpa melakukan perbuatan penting dan bermanfaat. Pendapat ini juga didukung oleh Wong dan Fry, yang menyatakan bahwa bekerja dan berprestasi adalah salah satu sumber kebermaknaan hidup (dalam Adler, 2004).

Namun, hal ini tentu sangat berbeda dengan orang-orang yang mengalami penderitaan dalam hidupnya. Penderitaan menurut Bastaman, merupakan perasaan yang tak menyenangkan dan reaksi-reaksi yang ditimbulkannya sehubungan dengan kesulitan-kesulitan yang dialami seseorang (Bastaman, 2007). Penderitaan dapat dirasakan oleh seseorang karena memiliki cacat tubuh bawaan, trauma kronis, mengidap penyakit kronis, atau memiliki salah satu anggota keluarga yang mengalami penderitaan tersebut.

Ada berbagai jenis penyakit yang berbahaya dan mematikan, salah satunya adalah penyakit kanker. Bagi kebanyakan orang, penyakit kanker merupakan penyakit yang amat mengerikan dan sangat ditakuti. Kanker mempunyai banyak jenis seperti yang dinyatakan Achmad seorang Ginekolog (dalam Kompas, 2001) bahwa di Indonesia

sendiri telah ditemukan sepuluh jenis kanker yakni kanker leher rahim, payudara, hati, paru-paru, kulit, nasofaring, kelenjar getah bening, darah, usus, dan trofoblast ganas.

Di Indonesia juga terjadi peningkatan jumlah penderita kanker yang sangat signifikan. Hal ini dapat dilihat dari fakta yang ditemukan bahwa dalam jangka 10 tahun penyebab kematian akibat kanker meningkat dari yang semula peringkat 12 menjadi peringkat 6 sebagai penyebab kematian, maka dapat diperkirakan dalam jangka waktu setahun saja terdapat sekitar 200 ribu penderita kanker yang baru dan seperlimanya akan meninggal akibat kanker (Republika, 2005).

Kondisi seperti ini semakin membuat rasa takut pada setiap orang, dan merupakan ancaman bagi kehidupan, terutama pada orang-orang yang telah didiagnosa terkena penyakit kanker. Hidup pun terasa tak berarti lagi, hanya tinggal menunggu saatnya kematian di sela-sela rutinitas yang dijalani. Belum lagi yang masih menjalani perawatan di rumah sakit, perasaan cemas, hingga ketakutan selalu terjadi, hal ini kerap terlihat di berbagai rumah sakit, salah satunya di rumah sakit umum dr. Pirngadi Medan, dimana para pasien yang menderita penyakit kanker yang sedang menjalani rawat inap tidak dapat mengaktualisasikan dirinya, ataupun menjalani berbagai hobi yang menyenangkan bagi dirinya, karena penyakit yang sedang diderita.

Pasien adalah seseorang yang menerima perawatan medis, karena menderita penyakit atau cedera dan memerlukan bantuan dokter untuk memulihkannya. Pasien yang memerlukan perawatan intensif akan menjalani rawat inap di rumah sakit agar dokter dapat mengontrol keadaannya.

Banyak dari pasien tersebut mengeluh ketika menjalani perawatan, merasa bosan, bahkan pasrah dengan penyakitnya, tidak semua pasien dapat menerima penyakitnya dengan sabar. Seperti yang terlihat di ruangan rawat inap penyakit dalam dan SMF bedah rumah sakit Pirngadi, ada pasien yang bisa tetap tersenyum dengan keluarganya, dan

berusaha untuk sembuh, tetapi diantara pasien- pasien tersebut ada juga pasien yang tidak lagi memiliki semangat hidup, pasrah pada penyakitnya, dan merasa dirinya tidak berdaya, terbaring dalam kondisi yang lemah, tidak mau berbicara bahkan tersenyum dengan orang disekitarnya, dan ada juga yang memalingkan wajahnya ketika orang lain melihatnya. Beberapa pasien tersebut mengalami kerontokan pada rambutnya hingga botak, dan yang lain menutupi payudaranya karena dioperasi.

Namun, ternyata ada pasien yang dapat sabar menerima penyakitnya, meski ia tahu mungkin penyakitnya tidak akan sembuh, tetapi ia terlihat lebih tenang menghadapi, melakukan rutinitas yang dianjurkan paramedis, sesekali tersenyum dengan orang disekitarnya, ada rasa senang berkumpul dengan keluarga. Ia tahu semua ini ada hikmanya, dan ada artinya jika melakukan hal yang bearti, karena murung, larut dalam kesedihan tidak akan merubah keadaan, dengan semangat dan keadaan yang tersisa berusaha melakukan yang terbaik, agar hidup tidak berlalu sia-sia, tetapi mempunyai nilai.

Pada dasarnya, seorang pasien mengharapkan kesembuhan atas dirinya. Dapat sembuh dan bebas dari penyakit adalah hal yang membahagiakan karena pasien dapat berkumpul kembali dengan keluarga dan menjalani aktivitas yang menyenangkan untuk dirinya. Karena keinginan yang kuat untuk sembuh itu, maka pasien pun dengan sabar menjalani perawatan, minum obat teratur, istirahat cukup, dan melaksanakan aturan-aturan yang diberikan selama dirumah sakit.

Hal ini sesuai dengan penuturan Setiyartomo (2004), beliau mengatakan bahwa dalam berbagai penelitian psikologis telah menunjukkan pentingnya kebermaknaan hidup sebagai faktor yang berpengaruh kuat terhadap kesehatan fisik, kepercayaan diri, kebahagiaan seseorang, dan kesehatan mental. Kondisi psikologis yang dialami seperti perasaan tidak berdaya, putus asa, depresi, marah dan sedih yang dapat menghilangkan

tujuan dan motivasi seseorang, dapat menghilangkan makna hidup dan dapat menghambat seseorang untuk mendapatkan kebahagiaan.

Berikut penuturan dari salah seorang pasien yang mengalami penyakit kanker, yang harus menjalani perawatan intensif dari dokter :

”Terkadang saya sedih bukan karena penyakit yang saya derita, namun saya sedih karena telah menyusahkan keluarga saya, namun cinta yang tulus dari orang tua dan keluarga saya membuat saya lebih bearti. Mereka tidak menghakimi saya, atau menyalahkan saya, hal ini membuat saya semangat untuk sembuh dan memberikat manfaat untuk mereka”.

Sementara, salah satu pasien yang lain memaknai penyakitnya sebagai ujian dari Tuhan, sehingga ia dapat lebih sabar menjalaninya, dan ia berusaha membuang pikiran-pikiran negatif dalam dirinya.

Berikut pernyataan beliau:

“Jika saya terus menerus memikirkan penyakit yang saya derita, maka saya akan terus merasa sedih, dan keluarga yang melihat saya tidak berdaya pasti akan merasa sedih juga. Saya berusaha merubah pemikiran saya, ketika saya melihat keluarga, anak, dan teman-teman saya, yang masih mengharapkan kehadiran saya, masih membutuhkan saya, membuat saya tidak menyerah dan berdoa semoga mendapat kesembuhan. Kalau pun umur saya tidak panjang, saya ingin berbuat baik dengan mereka”.

Penuturan dari pasien tersebut sesuai dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Ancok (dalam Frankl, 2003) bahwa Kebermaknaan hidup adalah sebuah kekuatan hidup manusia untuk memiliki sebuah komitmen kehidupan. Makna hidup ini bermula dari adanya sebuah visi kehidupan, harapan dalam hidup, dan adanya alasan mengapa seseorang harus tetap hidup. Kebermaknaan hidup dapat diwujudkan dalam sebuah keinginan menjadi orang yang berguna untuk orang lain, apakah itu anak, istri, keluarga dekat, komunitas negara dan bahkan umat manusia.

Hal ini memberikan penjelasan bahwa pasien tersebut telah menemukan makna dalam penyakitnya, mereka tahu apa yang seharusnya dilakukan dalam kondisi tersebut.

Dalam kondisi sakit mereka masih mampu mengambil sikap yang positif, mengarahkan pemikirannya pada hal-hal yang positif. Sesuai dengan penuturan Frankl yang mendukung pernyataan ini bahwa kebermaknaan hidup sebagai keadaan yang menunjukkan sejauh mana seseorang telah mengalami dan menghayati kepentingan keberadaan hidupnya menurut sudut pandang dirinya sendiri (Frankl, 2003).

Oleh karena itu, sudut pandang atau pola berpikir seseorang sangat mempengaruhi kondisi seseorang. Berpikir positif adalah cara menghadapi suatu masalah dengan mengambil hikmah dibalik masalah yang dihadapi sehingga tidak menimbulkan konflik/pertentangan. Berpikir positif mempunyai pengaruh yang positif terhadap kondisi psikologis, daya tahan terhadap stress, dan kesehatan fisik. Pasien yang mampu berpikir positif akan lebih mampu menemukan makna dalam hidupnya, karena memiliki keyakinan yang kuat atas keinginannya, termasuk sembuh dari penyakit yang sedang diderita.

Dengan memusatkan perhatian pada aspek yang positif dari suatu keadaan atau situasi yang sedang dihadapi akan membantu individu untuk menghadapi situasi yang mengancam atau menimbulkan stress, sehingga dia mampu memberi reaksi dalam segala peristiwa yang terjadi secara positif. Orang yang berpikir positif tidak akan menilai sesuatu secara sederhana, tetapi akan memahami secara mendalam baru kemudian menetapkan penilaian, dan tidak terpengaruh oleh penilaian orang lain, tetapi selalu memikirkan lebih jauh dan mendalam kemudian mengambil keputusan. Hal ini membuat seseorang memiliki kemampuan menyesuaikan diri yang lebih besar dalam menyikapi masalah, kemudian mengubahnya menjadi positif (El-Bahdal, 2010).

Cara berpikir positif adalah suatu bentuk berpikir yang biasanya berusaha mencapai hasil yang terbaik dari keadaan yang terburuk. Cara berpikir positif disebut

cara yang memiliki daya tahan yang awet dan menolak untuk menyerah, melainkan memanfaatkan sebaik-baiknya apa yang sedang dihadapi dalam hidup. Cara berpikir positif yaitu menanggapi segala kejadian dengan menyadari bahwa ada segi baik dan segi buruk dalam kehidupan ini.

Orang yang berpikir positif adalah orang sering berbicara sukses dari pada kegagalan, cinta dari pada kebencian, kebahagiaan dari pada kepedihan, persahabatan dari pada permusuhan, rasa percaya diri dari pada rasa takut, kepuasan dari pada ketidakpuasan, kebaikan dari pada kejahatan, dan berita yang bagus dari pada berita yang buruk, serta bagaimana menyelesaikan masalah dari buruknya masalah itu sendiri. Begitulah pikiran positif yang selalu aktif sepanjang waktu tanpa pengaruh apapun dan siapa pun. Dalam kondisi kritis sebagian orang bisa menguasai kondisinya, karena ia tahu bahwa setiap permasalahan pasti ada jalan keluarnya. Dengan begitu, seseorang akan mampu mewujudkan impian hidup dan menjalaninya dengan ketentraman batin dalam setiap aspek kehidupan.

Pasien yang berpikir positif akan memusatkan pada kesuksesan, optimisme, pemecahan masalah, dan menjauhkan diri dari perasaan takut akan kegagalan. Ia juga akan melihat pada kekuatan diri dengan dasar pemikiran bahwa setiap orang sama artinya dengan orang lain. Disamping itu ia akan menyesuaikan diri dengan kenyataan, menjauhkan diri dari penyesalan, frustrasi, dan hal-hal lain yang dapat menimbulkan perasaan tidak menyenangkan. Melalui beberapa uraian diatas dapat disimpulkan mengenai berpikir positif, yaitu kecenderungan berpikir pada diri seseorang untuk lebih memusatkan perhatian pada hal-hal yang positif dari keadaan diri, orang lain maupun masalah yang sedang dihadapi.

Dengan memusatkan perhatian pada aspek yang positif dari suatu keadaan atau situasi yang sedang dihadapi akan membantu individu untuk menghadapi situasi yang mengancam atau menimbulkan stress, sehingga ia mampu menghadapi segala peristiwa yang terjadi secara positif. Frankl (dalam Schultz, 1995), berdasarkan pengalaman hidupnya mengemukakan bahwa individu yang mengubah pola berpikirnya ke arah yang positif dan menyenangkan, maka kesakitan, ketakutan, penderitaan akan hilang karena pikiran positif akan membangkitkan jiwa yang tertekan dan memberikan kekuatan untuk mengatasi penderitaan pada suatu keadaan.

Berdasarkan penjelasan dan berbagai fenomena yang telah dipaparkan diatas membuat peneliti tertarik untuk mengambil judul Hubungan Berpikir positif dengan Makna Hidup pada Pasien Penyakit Kanker di Rumah Sakit Umum dr.Pirngadi Medan.

B. Identifikasi Masalah

Ada berbagai jenis penyakit yang berbahaya dan mematikan, salah satunya adalah penyakit kanker. Bagi kebanyakan orang, penyakit kanker merupakan penyakit yang amat mengerikan dan sangat ditakuti. Kanker mempunyai banyak jenis seperti yang dinyatakan Achmad seorang Ginekolog (dalam Kompas, 2001) bahwa di Indonesia sendiri telah ditemukan sepuluh jenis kanker yakni kanker leher rahim, payudara, hati, paru-paru, kulit, nasofaring, kelenjar getah bening, darah, usus, dan trofoblat ganas.

Kondisi seperti ini semakin membuat rasa takut pada setiap orang, dan merupakan ancaman bagi kehidupan, terutama pada orang-orang yang telah didiagnosa terkena penyakit kanker. Hidup pun terasa tak berarti lagi, hanya tinggal menunggu saatnya kematian di sela-sela rutinitas yang dijalani.

Pada saat-saat yang seperti inilah sangat diperlukan makna hidup sehingga seseorang akan merasa bahwa kehidupannya berarti walau dalam kondisi bagaimanapun. Makna hidup apabila berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini

dirasakan demikian berarti dan berharga. Dan makna hidup ternyata ada dalam kehidupan itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan tak menyenangkan, keadaan bahagia dan penderitaan. Permasalahan yang dihadapi penderita penyakit kanker berupa minimnya harapan untuk sembuh, inilah yang menyebabkan timbulnya rasa takut, cemas, dan putus asa terhadap kondisi dirinya.

Beberapa penelitian bahwa berpikir positif mempunyai pengaruh yang positif terhadap kondisi psikologis, daya tahan terhadap stress, kesehatan fisik, dan merupakan metode yang baik untuk menghadapi stress. Seseorang yang mampu berpikir positif akan lebih mampu menemukan makna dalam hidupnya, karena memiliki keyakinan yang kuat atas keinginannya, termasuk sembuh dari penyakit yang sedang diderita.

Perbedaan inilah yang membuat peneliti tertarik untuk melihat hubungan berpikir positif dengan kebermaknaan hidup pada Pasien Penyakit Kanker di Rumah Sakit Pirngadi Medan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang yang telah diungkapkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada “Hubungan Berpikir positif dengan Kebermaknaan Hidup pada Pasien Penyakit Kanker di Rumah Sakit Pirngadi Medan ?.”

D. Batasan Masalah

Pada penelitian ini, peneliti hanya membahas tentang hubungan berpikir positif dengan makna hidup pada pasien penyakit kanker di rumah sakit Pirngadi Medan. Pasien yang menjadi obyek dalam penelitian ini adalah pasien yang menderita penyakit kanker.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara berpikir positif dengan makna hidup pada pasien penyakit kanker di rumah sakit Pirngadi Medan.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan kepada disiplin ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan. Selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat menambah bahan pustaka dan menjadi bahan masukan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang membahas berpikir positif dengan kebermaknaan hidup sehingga akan menambah wawasan dalam bidang psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan:

- a. Informasi betapa penting berpikir positif pada pasien di rumah sakit atas penyakit yang sedang diderita.
- b. Pemahaman bagi pihak rumah sakit tentang bagaimana setiap pasiennya memaknai kehidupannya. Dengan adanya pengetahuan dan pemahaman tersebut, diharapkan pihak rumah sakit khususnya para dokter dan perawat dapat memberikan dukungan psikologis dan membantu pasien untuk berpikir positif agar mendapat makna hidup.