

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PENDERITA KANKER OVARIUM YANG MENJALANI KEMOTERAPI

Meygan V. Lensun

Program Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : meygansun05@gmail.com

Tellma M. Tiwa

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : harolrlumapow@unima.ac.id

Stevi B. Sengkey

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : stevisengkey@unima.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk memahami kondisi *Psychological Well-Being* pada wanita yang menderita kanker ovarium dan menjalani kemoterapi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini adalah satu orang wanita yang tengah menjalani proses pemulihan pasca kemoterapi. Hasil analisis menunjukkan bahwa setelah menjalani perawatan, subjek menjadikan kesehatan sebagai prioritas utama, yang berdampak pada meningkatnya rasa percaya diri dan penerimaan terhadap kondisi diri pasca pengobatan. Dalam aspek kemandirian, subjek menunjukkan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan pribadi, mengevaluasi kondisi kesehatan, serta menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar. Subjek juga mampu menjalin hubungan positif dengan orang-orang di sekitarnya selama menjalani kemoterapi. Pada aspek perkembangan pribadi, subjek mengalami perubahan menjadi pribadi yang lebih baik dan religius sebagai bentuk rasa syukur atas kesembuhan yang diperolehnya. Subjek juga memiliki tujuan hidup yang jelas, yakni untuk tetap sehat dan meraih kesuksesan demi membahagiakan orang tuanya. Dalam aspek penguasaan lingkungan, subjek menjadi lebih aktif berinteraksi dengan lingkungan sosial setelah melewati proses pemulihan, meskipun sebelumnya cenderung menutup diri. Faktor yang turut memengaruhi pencapaian dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* adalah adanya harapan besar untuk sembuh serta dukungan sosial yang kuat, yang membantu subjek dalam menjalani proses pengobatan hingga tuntas.

Kata Kunci: *Psychological Well-Being*, Kanker Ovarium, Kemoterapi

Abstract: This study aims to understand the condition of *Psychological Well-Being* in a woman diagnosed with ovarian cancer and undergoing chemotherapy. A qualitative approach was used, with data collection techniques including interviews, observation, and documentation. The study involved a single female participant who was in the recovery phase after chemotherapy. The analysis revealed that after undergoing treatment, the participant prioritized her health, which led to increased self-confidence and acceptance of her condition post-treatment. In terms of autonomy, the participant demonstrated the ability to meet her personal needs, evaluate her health condition, and cope with external pressures. She also maintained positive relationships with others during the chemotherapy process. In the aspect of personal growth, the participant showed positive changes, becoming more religious and expressing gratitude for her recovery. She also had clear life goals, such as maintaining her health and achieving success to bring happiness to her parents. Regarding environmental mastery, the participant became more socially active

after recovery, even though she previously tended to limit her interactions. Factors that influenced the achievement of the dimensions of Psychological Well-Being included a strong hope for recovery and substantial social support, which enabled the participant to complete the treatment process successfully.

Keywords: *Psychological Well-Being, Ovarian Cancer, Chemotherapy*

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aspek yang sangat penting bagi manusia. Beragam upaya dilakukan untuk memelihara keadaan tubuh supaya tetap dalam kondisi sehat dan bugar. Namun, tidak jarang kondisi kesehatan yang diharapkan tidak berhasil diraih, dan seringkali berbagai penyakit muncul. Penyakit datang dalam berbagai macam, mulai dari yang ringan hingga yang berat. Salah satu tipe penyakit yang serius dan berbahaya adalah kanker ovarium. Kanker adalah masalah kesehatan yang sangat ditakuti oleh banyak orang. Rasa takut, rasa tidak berdaya, frustrasi, hingga kehilangan harapan hidup adalah reaksi yang sering dirasakan oleh mereka yang mengidap, karena penderita kanker ovarium menghadapi transformasi baik dalam aspek fisik maupun mental. Transformasi fisik melibatkan gangguan fungsi pada salah satu organ reproduksi yang terkena dampak kanker, serta perubahan fisik yang dapat menyebabkan cacat, rasa nyeri, dan ketidaknyamanan. Perubahan psikologis yang muncul pada penderita kanker ovarium berupa rasa putus asa dalam meneruskan hidup. Selain itu, mereka juga harus menghadapi perawatan untuk penyakit yang diderita, seperti radioterapi, operasi, dan kemoterapi, yang dapat menyebabkan efek samping yang merugikan (Ari et al, 2021).

Pada individu yang menderita kanker ovarium dan memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, mereka cenderung memiliki harapan yang besar untuk kesembuhan yang sejalan dengan aspek-aspek yang terkait dengan kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, pada individu yang mengalami kanker ovarium dengan kesejahteraan psikologis rendah, keinginan untuk sembuh akan cenderung minim dan mereka akan lebih menerima keadaan

penyakit yang diderita. Hal ini menjadi alasan utama bagi peneliti untuk memahami kondisi psikologis dari pasien kanker ovarium yang menjalani kemoterapi. Peneliti merujuk pada teori *Psychological Well-Being* yang diajukan oleh Ryff pada tahun 1989, yang melibatkan enam elemen penting, yaitu penerimaan diri, interaksi yang baik dengan orang lain, kemandirian, kemampuan untuk mengendalikan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan diri setelah menjalani terapi kemoterapi yang bisa meninggalkan dampak psikologis. Dimensi-dimensi *Psychological Well-Being* yang dicapai oleh setiap subjek dapat berbeda-beda (Pepah, Wullur, & Sengkey, 2023).

METODE

Dalam penelitian ini, diterapkan metode kualitatif melalui pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 1 individu dan 3 informan tambahan. Subjek yaitu seorang Perempuan berusia 20 Tahun dan 3 informan tambahan terdiri dari 3 orang Perempuan berusia 20-21 Tahun. Keempatnya berdomisili di Kecamatan Modoinding. Lokasi dalam penelitian ini bertempat di Kabupaten Minahasa tepatnya di Tataaran 2. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara mendalam sebagai metode utama, serta observasi sebagai data tambahan. Teknik analisis yang digunakan adalah didasari pada konsep Miles dan Huberman (1994) yang terdiri dari Reduksi data, Menyajikan data, Penarikan Kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Psychological Well-Being merujuk pada bagaimana seseorang merasakan aktivitas sehari-harinya. Semua kegiatan yang dilakukan individu setiap hari dapat melibatkan perubahan dalam

pikiran dan perasaan, mulai dari kondisi mental yang negatif hingga yang positif, seperti dari mengalami trauma hingga mencapai penerimaan. Seseorang yang memiliki Kesejahteraan Psikologis yang baik adalah mereka yang merasa bahagia dengan kehidupannya, memiliki emosi positif, serta mampu menghadapi pengalaman buruk yang dapat mengarah pada perasaan negatif. Mereka membangun hubungan baik dengan orang lain, dapat mengatur hidupnya sendiri tanpa harus bergantung pada orang lain, mampu mengendalikan lingkungan sekitar, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan berusaha untuk tumbuh dan berkembang sebagai pribadi. Kesejahteraan psikologis adalah keadaan individu yang tidak tertekan secara mental, serta mampu menerima diri dan pengalaman hidup yang telah dilalui (*Self Acceptance*), mengembangkan diri atau pertumbuhan (*Personal Growth*), percaya bahwa hidupnya mempunyai makna dan tujuan (*Purpose in life*), menjalin hubungan yang baik dengan orang lain (*positive realtionshin with others*), mampu mengatur kehidupan dan lingkungan dengan baik (*Environmental masteri*), serta memiliki kebebasan untuk mengambil keputusan (*Autonomy*) (Ryff, 1989). Seperti dalam studi yang dilakukan oleh Mamahit, Tiwa, Naharia (2025), Dalam melihat kondisi subjek selain dari enam Dimensi dari Ryff terdapat juga faktor internal dan juga faktor eksternal yang mendukung tercapainya Psychological Well-being. Menurut penelitian dari Rawung, Solang & Kaumbur (2024) Meskipun belum tercapainya Kesejahteraan Psikologis dan juga secara ekonomi tetapi seseorang tetap bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Yang didapat dari subjek menurut ke-enam aspek dari *Psychological Well-Being* :

1) *Self Acceptance* atau penerimaan diri Seorang yang menderita kanker sering kali menghadapi tantangan dalam mengakui keadaan yang mereka alami, khususnya saat penyakit tersebut menyerang area-area sensitif pada wanita. Hal ini juga dialami oleh subjek yang menjadi fokus dalam studi ini. Penelitian mengungkapkan bahwa subjek tersebut mengalami masalah psikologis, seperti berkurangnya harapan terhadap masa depan dan perasaan terkejut ketika pertama kali mendapat diagnosis kanker ovarium.

Meskipun mengalami situasi yang tidak menyenangkan selama proses kemoterapi, subjek tetap berupaya menerima kondisi yang dihadapinya, baik positif maupun negatif. Subjek tersebut tetap memiliki sikap optimis terhadap kehidupan yang dijalani. Ia berpendapat bahwa yang terpenting adalah kesehatan dan pemulihan yang telah berhasil dicapainya hingga saat ini. Pernyataan subjek selaras dengan pernyataan yang diberikan oleh informan 1 yaitu subjek sangat mengupayakan kondisi buruk yang dialaminya tersebut.

2) *Positive Relations with Others* Sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat dipisahkan dari interaksi dengan orang lain. Apa yang membedakan setiap subjek adalah sejauh mana mereka terlibat dalam interaksi dan membangun hubungan akrab dengan orang lain. Sebelum didiagnosis menderita kanker ovarium, subjek merupakan subjek yang aktif bersosialisasi dan sering berinteraksi dengan lingkungan, khususnya dengan keluarga dan teman-temannya. Namun, setelah mengalami masalah kesehatan dengan kista dan didiagnosis kanker

ovarium serta menjalani kemoterapi, subjek memilih untuk lebih menyendiri dan menjauh dari sekitar karena merasa kurang percaya diri dan takut atas penilaian orang lain. Sebelumnya, subjek dikenal sebagai orang yang sangat aktif di komunitasnya. Namun, subjek tidak menyerah pada keadaan ini, melainkan mendapatkan dukungan dari keluarga dan orang terdekat yang membantunya mengatasi rasa kurang percaya diri dengan mengenakan wig atau topi saat keluar dan berinteraksi. Berdasarkan berbagai informasi yang telah dipaparkan, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa setelah melalui kemoterapi, subjek masih mampu menjalin hubungan yang positif dan saling percaya dengan orang lain meskipun menghadapi berbagai keterbatasan dan tantangan. Penemuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Maria, Brian, & Sudarji, 2023) yang mengungkapkan bahwa wanita yang menderita kanker ovarium dan menjalani kemoterapi memiliki hubungan yang positif dengan orang lain. Mereka dapat menjalin ikatan yang akrab dan dipenuhi kepercayaan dengan orang-orang terdekatnya. Dalam penelitian (Kwaitota, 2017) dijelaskan bahwa salah satu alasan subjek dapat merasakan kesejahteraan psikologis adalah adanya emosi dan perasaan positif yang dialami dan dirasakan.

3) *Autonomy*, Setiap individu pada mulanya berada dalam keadaan yang tak berdaya. Mereka bergantung pada orang-orang di sekitar mereka. Seiring berjalannya waktu, orang mulai sedikit demi sedikit mengurangi ketergantungan pada orang lain. Dalam proses pertumbuhan mereka, subjek mulai mampu melakukan segala hal sendiri untuk memenuhi kebutuhan pribadinya. Pada fase ini, subjek bisa dianggap mulai belajar untuk mandiri.

Dalam hal kemandirian, peneliti menemukan bahwa subjek termasuk orang yang mampu memenuhi kebutuhannya sendiri selama menjalani terapi. Namun, karena subjek adalah seorang remaja perempuan yang baru memasuki masa dewasa, dia masih memerlukan dukungan dari keluarga dan orang terdekat. Hal ini diperkuat oleh pernyataan (Budi, 2020) yang menyebutkan bahwa metode pengobatan yang paling umum untuk kanker ovarium adalah kemoterapi, karena memiliki tingkat kesembuhan yang tinggi. Oleh karena itu, dengan berkonsultasi dengan orangtuanya terlebih dahulu, subjek memutuskan untuk menjalani proses kemoterapi tersebut.

Aspek kemandirian lainnya yang ditemukan oleh peneliti dalam studi ini adalah subjek menunjukkan rasa tanggung jawab terhadap kesembuhan penyakit yang dialaminya. Subjek secara teratur melakukan kontrol dan mengonsumsi obat tanpa bantuan dari pihak lain. Informan 2 dua mengatakan bahwa subjek sangat semangat menjalani pengobatan. Tindakan ini dilakukan untuk menyembuhkan penyakit kanker ovarium. Sebab, tanpa usaha yang maksimal, tidak mungkin seseorang dapat sembuh dari penyakit yang dideritanya secara otomatis. Nasib seseorang tidak akan berganti jika orang itu sendiri tidak berusaha untuk mengubah nasibnya.

4) *Environmental Mastery*, Perubahan fisik setelah menjalani operasi dapat memengaruhi cara seseorang berinteraksi dengan sekitarnya. Perasaan kurang percaya diri dan malu bisa dirasakan oleh siapa saja yang mengalaminya. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa perubahan fisik pada subjek setelah kemoterapi berpengaruh terhadap interaksinya

dengan lingkungan. Subjek mengungkapkan bahwa saat sakit, dia hanya berkumpul dengan teman-teman dekatnya di kos ketika harus mengerjakan tugas atau hal penting yang membuatnya harus keluar kos. Selain itu, subjek juga harus membatasi aktivitas berat selama masa pengobatan. Saat ini, dalam kegiatan perkuliahan, subjek menyatakan bahwa ia mulai merasa lebih percaya diri dalam menjalani kehidupannya, karena merasa lebih nyaman berinteraksi dengan lingkungan kuliah dibandingkan dengan di kampung halamannya. Pernyataan ini juga didukung oleh pernyataan dari informan bahwa subjek nyaman melakukan aktivitas perkuliahannya. Dari berbagai fakta yang ada, meskipun subjek menghadapi banyak kesulitan, ia pada akhirnya mampu menemukan peluang di lingkungan setelah kemoterapi.

5) *Purpose of Life*, Bagi orang yang berjuang dengan kanker, menetapkan suatu tujuan hidup sangatlah krusial. Mereka yang memiliki tujuan hidup cenderung lebih termotivasi untuk berjuang melawan penyakit yang dideritanya. Meskipun subjek telah menerima diagnosis kanker ovarium, hal itu tidak menghapuskan aspirasinya yang utama dalam hidup. Bahkan saat menjalani kemoterapi, subjek tetap bersemangat untuk melanjutkan pendidikannya dan memilih untuk tidak mengambil cuti kuliah selama proses kemoterapi berlangsung. Selain itu, dari penjelasan subjek, peneliti menemukan hal penting bahwa fokus utama subjek adalah untuk mencapai kesuksesan yang dapat membuat orang tuanya bahagia. Kesuksesan yang dimaksud adalah menyelesaikan kuliah, dan subjek tidak ingin orang tuanya merasakan kekecewaan untuk kedua kalinya, mengingat kakaknya pernah

menghentikan kuliah di semester akhir. Subjek meyakini dirinya sebagai harapan keluarga. Selanjutnya, berdasarkan wawancara, subjek juga menyampaikan bahwa setelah menjalani kemoterapi, harapannya hanya satu yaitu sembuh dan kembali sehat, meskipun proses penyembuhan mungkin memakan waktu lama, subjek tidak ingin mengalami sakit lagi.

Pandangan hidup orang tersebut tetap konsisten, baik sebelum maupun setelah ia mengikuti terapi. Baik subjek maupun informan dapat menjelaskan impian hidup subjek untuk mencapai keberhasilan yang dapat membanggakan orang tuanya dan selanjutnya, subjek tersebut diharapkan dapat dinyatakan sembuh sepenuhnya, semakin sehat, dan hidup lebih lama, sehingga memiliki peluang untuk mencapai keberhasilan dan membanggakan keluarganya di masa depan. Hasil penelitian ini konsisten dengan studi sebelumnya yang dilakukan oleh Maria, Brian, dan Sudarji (2023) yang menyatakan bahwa wanita yang mengidap kanker memiliki harapan hidup yang sangat tinggi. Dalam penelitian tersebut, subjek memiliki cita-cita dan tujuan hidup untuk menjadi pribadi yang lebih baik di masa depan serta memberikan dampak positif bagi lingkungan setelah sepenuhnya sembuh dari penyakitnya. Mereka juga berkeinginan untuk berperan aktif dalam bidang pendidikan dan komunitas.

6) *Personal Growth*, Ryff (1989) mengungkapkan bahwa faktor penting dalam perkembangan diri adalah kewajiban untuk merealisasikan diri, memiliki dorongan untuk maju, mengimplementasikan kemampuan yang dimiliki, serta mampu mengamati kemajuan dalam diri dan perilakunya. Pertumbuhan yang maksimal memerlukan peningkatan berkelanjutan

dari potensi subjek. Kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi dalam hidup memerlukan proses perubahan yang berlangsung tanpa henti dalam diri. Dalam hal perkembangan diri ini, peneliti mengungkapkan bahwa sesudah menyelesaikan kemoterapi, subjek mulai berbagi tentang pengalaman yang terkait dengan peristiwa yang telah dialaminya. Selanjutnya, berdasarkan penjelasan dari subjek, peneliti menemukan bahwa terdapat perubahan gaya hidup subjek setelah sembuh dari penyakit. Sebelumnya, subjek adalah seorang perokok dan pengonsumsi alkohol serta tidak memperhatikan pola makan sehat. Namun, setelah kemoterapi, subjek berhenti merokok dan mengonsumsi minuman keras, serta mulai menjaga pola makan. Subjek juga menjelaskan bahwa setelah pulih, ia berupaya untuk menjadi subjek yang lebih baik dan lebih menghargai kehidupan, dan semakin mendekati diri kepada Tuhan. Ini dilakukannya sebagai bentuk rasa syukur kepada Tuhan karena diberikan kesempatan kedua, yaitu kesembuhan dari penyakitnya. Subjek meyakini bahwa kanker ovarium yang dihadapinya dan kesembuhannya adalah bagian dari rencana terbaik Tuhan untuk dirinya. Hal ini menjadi alasan mengapa subjek mengalami pertumbuhan spiritual setelah menyelesaikan pengobatan subjek.

KESIMPULAN

Berdasarkan penjelasan tentang rumusan masalah dan tujuan penelitian yang diberikan di bab hasil dan bab diskusi, dapat ditarik kesimpulan bahwa peneliti dapat mengamati kondisi kesejahteraan psikologis subjek setelah menjalani kemoterapi. Kondisi kesejahteraan psikologis ini mencakup hal-hal seperti penerimaan diri, kemandirian, hubungan positif dengan

orang lain, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup. Subjek-subjek ini kemudian memprioritaskan kesehatan mereka sehingga mereka akhirnya merasa percaya diri.

Gambaran *psychological well-being* pada subjek yang menjalani kemoterapi, dilihat dari segi penerimaan diri (Self Acceptance), menunjukkan bahwa subjek tersebut memiliki tingkat penerimaan diri yang cukup baik. Selanjutnya, dalam aspek kemandirian (autonomy), subjek termasuk dalam kategori cukup mandiri. Di sisi lain, pada aspek hubungan positif dengan orang lain (Positive Relation With Other), subjek terus mempertahankan hubungan yang baik dengan orang-orang setelah menjalani kemoterapi. Pada aspek pertumbuhan pribadi (Personal Growth), subjek mengalami perkembangan yang positif dan religius selama menjalani kemoterapi, sebagai ungkapan syukur atas kesembuhan yang diperoleh. Selanjutnya, dalam aspek tujuan hidup (Purpose of life), setelah menjalani kemoterapi, subjek tetap memiliki tujuan yang jelas dalam hidupnya. Terakhir, dalam aspek penguasaan lingkungan, kedua subjek menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengendalikan lingkungan sekitar mereka setelah menyelesaikan kemoterapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ari, Desi, Madi, Y., & Siti, K. (2016). Hubungan dukungan keluarga dengan pengobatan Kanker Serviks,".
- Budi, H. A. (2020). Kanker Ovarium : "The Silent Killer" . Indonesian Journal of Obstetrics & Gynecology Science , Obygn, Volume 3 No. 1.
- Kwaitota, S. B. (2017). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan self Efficaci terhadap Psychological

- Well Being (PWB) Pada Mahasiswa tahun pertama fakultas Teologi Universitas Kristen Indonesia Maluku (UKIM). UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA, 9-12.
- Mamahit, P. J., Tiwa, T. M., & Naharia, M. (2025). Psychological Well-Being pada caregiver pasien major depressive disorder di poliklinik psikiatri instalasi rawat jalan RSUD dr. Samratulangi Tondano. Vol. 6 No. 1, 27-38
- Maria, D., Brian, & Sudarji, S. (2015). Psychological Well-Being Pada Wanita Penderita Kanker Payudara Yang Telah Melakukan Mastektomi. *Psibernetika*, Vol. 8, No. 1.
- Miles, M., & Huberman, M. (1994). *Qualitative data analysis: an expanded sourcebook*. 2 edition: CA: Sage Publications Inc.
- Pepah, P, G. A., Wullur, M, M., & Sengkey, S. B. (2023). Psychological Well-Being Wanita Dewasa Awal Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Kabupaten Minahasa Selatan. Vol. 4 No. 2, 147-154.
- Rawung, Q, C., Solang, D. J., & Kaumbur, G. E. (2024). Analisis Psychological Well-Being pada wanita yang menjadi single parent pasca kematian suami di kota tomohon, Vol. 5, No. 3, 271-278
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Jurnal of Personality and Social Psychology*, 57.