

## PROGRAM LAYANAN PENGEMBANGAN DIRI UNTUK MENINGKATKAN *SELF-EFFICACY* PENYINTAS KANKER DI RUMAH SINGGAH SEDEKAH ROMBONGAN GONDOKUSUMAN YOGYAKARTA

Mariana Libra Rambe

Program Studi Pekerjaan Sosial Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Email: [rambemarianalibra11@gmail.com](mailto:rambemarianalibra11@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2023 sampai Mei 2023 dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana program layanan pengembangan diri yang dilakukan di RSSR Gondokusuman sehingga dapat meningkatkan *self-efficacy* bagi penyintas kanker. Penelitian ini dilatar belakangi banyaknya kasus penyintas kanker tidak percaya diri akan kemampuan mereka untuk sembuh, maka dengan demikian rumusan masalah dalam penelitian ini : Bagaimana Pelaksanaan Program Layanan Pengembangan Diri dalam Meningkatkan *Self-Efficacy* Penyintas Kanker di RSSR Gondokusuman Yogyakarta. Sehingga dengan adanya program layanan pengembangan diri yang ditawarkan RSSR dapat meningkatkan *self-efficacy* para penyintas. Karena menurut Bandura *self-efficacy* (efikasi diri) merupakan keyakinan atau harapan seseorang tentang kapasitas dirinya dalam menyelesaikan tugas-tugas tertentu atau prilakunya saat ini dengan sukses

Penelitian ini tergolong jenis penelitian kualitatif yang dilakukan secara langsung terhadap objek yang diteliti. Adapun objek dalam penelitian ini adalah program layanan pengembangan diri. Sedangkan subjek dalam penelitian adalah penyintas kanker. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi serta dokumentasi. Analisis data menggunakan metode deskriptif kualitatif yaitu mengolah data yang didapatkan selama proses penelitian baik melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi kemudian diinterpretasikan secara sistematis dalam bentuk laporan yang dibuat secara apa adanya sesuai keadaan sebenarnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan program layanan pengembangan diri dapat meningkatkan *self-efficacy* bagi penyintas kanker melalui beberapa layanan yaitu; layanan konseling (layanan konseling individu dan layanan konseling kelompok), layanan client centered therapy, layanan bimbingan rohani (bimbingan dzikir dan do'a bersama, bimbingan mental, pengajian rutin).

**Kata Kunci:** Program Layanan, Penyintas Kanker, Meningkatkan *Self-Efficacy*.

### Article History

Received: Oktober 2024

Reviewed: Oktober 2024

Published: Oktober 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.

365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kanker adalah penyakit yang disebabkan oleh disfungsi dalam DNA manusia, yang merupakan bagian dari fungsi sel untuk mengontrol pertumbuhan dan reproduksi sel. Tidak seperti sel lainnya yang memberikan manfaat kepada tubuh manusia, namun sel kanker tidak memberikan keuntungan untuk tubuh manusia sendiri.<sup>1</sup> Pernyataan di atas menjelaskan bahwa setiap sel kanker yang tumbuh ditubuh manusia menunjukkan bahaya dan tidak bermanfaat bagi manusia itu sendiri. Kanker juga menjadi salah satu penyakit kronis yang peningkatannya cukup tinggi saat ini. Menurut *World Health Organization* kanker merupakan suatu istilah umum menggambarkan penyakit pada manusia berupa munculnya sel-sel abnormal dalam tubuh yang melampaui batas.<sup>2</sup> Sel-sel tersebut dapat menyerang tubuh lain.

Diagnosis kanker dan *treatment*-nya menjadi suatu hal yang dianggap sebagai pengalaman merugikan serta menyebabkan trauma bagi penderita.<sup>3</sup> Berdasarkan *Center for Disease Control and Prevention* bahwa setiap 11 menit ada satu orang penduduk dunia yang meninggal karena kanker dan setiap tiga menit ada satu orang penduduk dunia yang meninggal karena kanker dan setiap tiga menit ada satu penderita kanker baru.<sup>4</sup> Menurut statistik Amerika Serikat, kanker menyumbang sekitar 23% dari total jumlah kematiandi negara tersebut dan menjadi penyakit kedua paling mematikan setelah penyakit jantung.

Adapun menurut jenisnya yang berdasarkan Data Riset Kesehatan Data (Riskesdas) tahun 2013, WHO menempatkan bahwa jenis penyakit kanker tidak menular (PTM) kedua terbesar setelah penyakit kardiovaskular (penyakit jantung koroner, stroke), disusul oleh penyakit pernafasan kronis (asma dan penyakit paru obstruksi kronis) serta diabetes.<sup>5</sup> Adapun data kanker dan beberapa jenis dan jumlah penderita akan disebutkan tabel dibawah ini:

No	Jenis Kanker	Jenis Kelamin	Jumlah Penderita
1.	Cervix	Perempuan	522.354
2.	Prostat	Laki-laki	505.409
3.	Kanker Lainnya	Laki-laki dan Perempuan.	1.027.763

**Tabel 1.1 Data Jenis Kanker pada Tahun 2013**

Sumber: WHO, "Cancer", <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/en/>, diakses pada tanggal 21 Maret 2023.

Prevalensi kanker tertinggi di Indonesia terdapat di D.I Yogyakarta (4,1%), diikuti Jawa Tengah (2,1%), Bali (2%), Bengkulu dan DKI Jakarta masing-masing 1,9% per mil. Data Riskesdas pada tahun 2007, yang menyatakan bahwa kanker menempati urutan ke tujuh sebagai penyebab kematian di Indonesia.<sup>5</sup>

Grafik 1.1 Prevalensi Angka Ketinggian Kematian di Indonesia Pada Tahun 2017

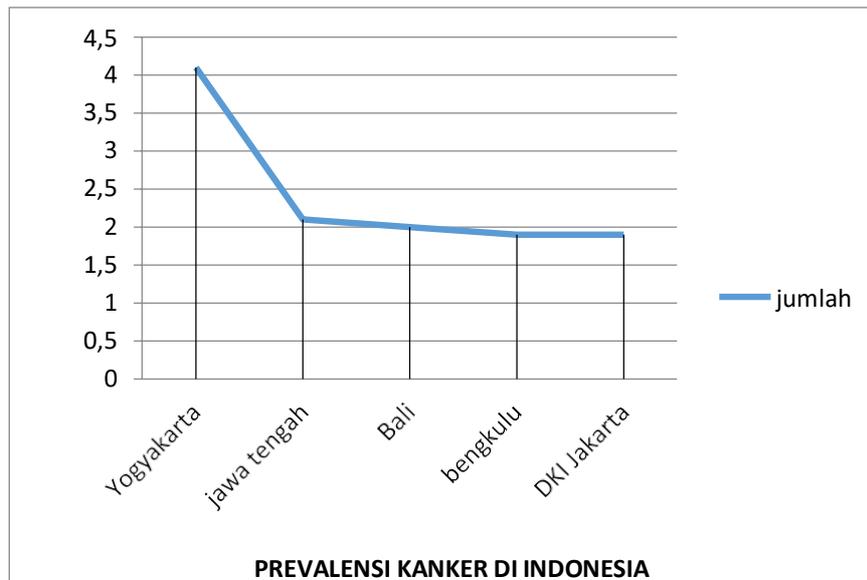
<sup>1</sup> Taylor, S, *Health Psychology 7 Edition*, (Los Angeles: The McGrawHill Companies, 2009), hlm. 33.

<sup>2</sup> WHO, "Cancer", <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/en/>, diakses pada tanggal 21 januari 2019).

<sup>3</sup> Hou, W. K., Yin, Law, C. C., Fu, Y.T, "Resource Loss, Resource Gain, Anad Psychological Resilience and Dysfunction Following Cancer Diagnosis: A Growth Mixture Modeling Approach.", *Health Psychology*, 29 (5) (Mei, 2010), hlm. 484-495.

<sup>4</sup> WHO, "Cancer", <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/en/>, diakses pada tanggal 21 maret 2023).

<sup>5</sup> WHO, "Cancer", <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/en/>, diakses pada tanggal 21 Maret 2023



Sumber: WHO, "Cancer", <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/en/>, diakses pada tanggal 22 Maret 2023

Serikat Pengendalian Kanker Internatioanal (UICC) memprediksi akan terjadi peningkatan jumlah penderitakanker sebesar 300% di seluruh dunia pada tahun 2030. Jumlah tersebut 70% berada di negara berkembang seperti Indonesia. Purwadianto menyampaikan bahwa prevalensi kanker di Indonesia adalah 1,4 setiap 1.000 penduduk atau sekitar 330 orang yang beresiko mengidap kanker, baik itu secara fisik, psikologis, ekonomi, maupun aspek kehidupan lainnya. Angka ini membuktikan bahwa masyarakat Indonesia sangat rentan terhadap kanker.<sup>6</sup> Lamanya waktu yang dibutuhkan penyintas kanker dalam menjalani pengobatan akan berdampak pada kesehatan fisik yang berkaitan dengan aktivitas sehari-hari, seperti ketergantungan obat-obatan, aspek kesejahteraan psikologis yang mencakup *body image, appearance, self-esteem*. Hal ini termasuk kemunduran fungsi kesehatan mental, *mood*, dan beberapa aspek dari *psychological well-being*. Sedangkan hubungan sosial yang mencakup relasi personal, dukungan sosial, dan aspek hubungan dengan lingkungan yang mencakup sumber pengembangan diri, finansial, kebebasan, keamanan dan lain-lain.<sup>7</sup>

WHO menjelaskan kualitas hidup merupakan persepsi mengenai posisi individu di dalam konteks budaya dan nilai dimana individu tersebut hidup. Berdasarkan penelitian Belcher kanker disebut dengan *we disease*, yang berarti dampak penyakit kanker tidak hanya dirasakan oleh penyintas sendiri tetapi juga dirasakan oleh orang lain, terutama bagi orang-orang yang sering berada disekitar penyintas, hal ini menyebabkan tidak hanya penyintas yang beradaptasi dengan penyakit kanker namun juga lingkungan terdekatnya.<sup>8</sup>

Untuk menjalani proses pengobatan, peyintas kanker memiliki dua cara yang dapat ditempuh yaitu; berupa metode medis seperti operasi, kemoterapi, dan radiasi, adapun secara psikologis dengan adanya layanan pengembangan diri yang ditawarkan oleh Rumah Singgah Sedekah Rombongan Yogyakarta.<sup>9</sup>

Rumah Singgah Sedekah Rombongan sebetulnya tidak hanya berada di Yogyakarta melainkan juga dibeberapa kota lain seperti Jakarta, Semarang, Solo, Malang, Surabaya, Jember, Purwokerto, dan Bandung. Total secara keseluruhan ada 10 rumah singgah dan 15 Ambulan, dan berbagai macam fasilitas lainnya. Tetapi peneliti akan fokus mengkaji dan menelusuri Rumah

<sup>6</sup> *Ibid.*, diakses pada tanggal 22 Maret 2023.

<sup>7</sup> Costanzo, E.S., Ryff, C. D., Singer B. H, "Psychological adjusment among cancer survivor: Finding from a national survey of health and well- being", *Health Psychology*. 28(2), (Februari, 2009), hlm. 147-156.

<sup>8</sup> Belcher, A. J, "Daily support in couples coping with early stage breastcancer: Maintaning intimacy during adversity", *Health Psychology*. 30(6), (Juni, 2011), hlm. 665-673.

<sup>9</sup> Wawancara dengan Viona pada tanggal 17 maret 2023 di Kantor Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusman Yogyakarta

Singgah Sedekah Rombongan yang ada di Yogyakarta. Perlu diketahui bahwa Rumah Singgah Sedekah Rombongan bukan ditujukan untuk khalayak umum. Melainkan hanya bagi golongan kurang mampu. Informasi yang didapatkan para penyintas kanker mengenai Rumah Singgah Sedekah Rombongan karena adanya pemberitahuan dari masyarakat yang sudah pernah mengikuti edukasi pencegahan penyakit kanker, salah satu informasi tersebut berisi persyaratan untuk bergabung di Rumah Singgah Sedekah Rombongan dan syarat untuk pengecekan kondisi ekonomi pasien yang harus disurvei, setelah itu pasien pun dibawa dengan ambulans milik Sedekah Rombongan.<sup>10</sup> Tidak hanya sekedar dilayani dan dibawa berobat, para penyintas kanker yang tinggal di Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusuman juga diberi uang saku untuk makan sehari-hari selama tinggal di sana. Mereka juga diberi edukasi tentang kesehatan, seperti bagaimana harus cuci tangan, jenis makanan apa saja yang boleh dan tidak dikonsumsi, dan memberikan penguatan. Hal ini membuktikan bahwa Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusuman Yogyakarta adalah tempat Layanan Pengembangan Diri, yang mana para penyintas diajari membaca, menulis kondisi perasaan yang sedang dialami. Mereka juga diberi edukasi tentang proses pengobatan di rumah sakit. RSSR pun tidak pernah sepi dengan kegiatan. Hari-hari menjemukan ketika menunggu waktu kontrol dan operasi, tidak berlaku di RSSR. Setiap minggu selalu ada acara yang diagendakan oleh kurir untuk mengisi kegiatan di RSSR. Seperti adanya pengajian rutin, siraman rohani, dan do'a bersama. Para pasien dan kurir dengan khusyuk mengikuti acara tersebut, para pasien pun merasa senang dan semakin percaya diri saat ditemani selama berobat, dari pancaran mata mereka, terlihat sangat membutuhkan pertolongan tim Sedekah Rombongan. Itulah yang membuat tim Sedekah Rombongan merasa bahwa eksistensi mereka sangat dibutuhkan. Kegiatan seperti ini untuk menjaga motivasi pasien dampingan, sebagai pengingat untuk selalu bersabar dan bersyukur, dan salah satu layanan pengembangan diri dari RSSR Gondokusuman Yogyakarta adalah terapi sholat tahajjud yang terbukti bahwa pasien yang dulunya malas beribadah maka semakin rajin sholat, melakukan puasa senin-kamis, dan bagi yang non muslim semakin sering beribadah ke gereja, yang dulunya pendiam menjadi bahagia, yang dulunya selalu merenung menjadi memperbanyak dzikir, yang dulunya tidak peduli *chek-up* semakin rajin untuk kontrol. Program Layanan kegiatan Pengembangan Diri ini adalah salah satu upaya agar klien dapat bertahan melanjutkan hidup dan menerima keadaannya. Dan pengembangan diri penyintas kanker juga dapat ditingkatkan melalui *training* dan *intervensi*. Beberapa penelitian memaparkan bahwa terdapat ragam faktor yang dapat mempengaruhi Peningkatan Pengembangan Diri yaitu *psychological flexibility, coping strategies, social support, afeksi, persepsi, believe and faith harapan dan belief system*<sup>11</sup>. Namun pada penelitian ini peneliti fokus kepada Layanan Pengembangan Diri untuk meningkatkan *Self-Efficacy*.

## METODE PENELITIAN

Demi memperoleh data yang diperlukan maka metode penelitian ini menggunakan cara ilmiah untuk mencapai tujuan dan kegunaan yang dimaksudkan dalam sebuah penelitian, sehingga dapat dipertanggungjawabkan secara kualitas dan kuantitasnya, Metode penelitian juga berfungsi sebagai cara untuk bertindak agar suatu kegiatan penelitian dapat terlaksana dengan secara baik, terarah dan dapat mencapai hasil yang optimal.<sup>12</sup>

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Layanan pengembangan diri merupakan layanan proses pembentukan sikap dan perilaku

<sup>10</sup> Wawancara dengan Viona pada tanggal 17 Maret 2023 di Kantor Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusuman Yogyakarta.

<sup>11</sup> Loprinzi, C. E., Prasad, K., Schroeder, D. R., Sood, A., "Stress management and resilience training (SMART) program to decrease stress and enhance resilience among breast cancer survivor: A pilot randomized clinical trial", *Clinical Breast Cancer*. 11(6), (Juni, 2011), hlm. 364.

<sup>12</sup> Syamsu Yusuf A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2005), hlm. 1-2.

yang relatif menetap melalui pengalaman yang berulang-ulang sampai pada tahap kemandirian mengenai suatu perilaku tertentu. Pengembangan diri juga merupakan upaya pembentukan watak dan kepribadian penyintas yang dilakukan melalui kegiatan pelayanan sosial. Dan layanan pengembangan diri di RSSR Gondokusuman Yogyakarta yang peneliti maksud dalam skripsi ini adalah upaya pembentukan watak dan potensi untuk kembali bangkit dan semangat dari pengalaman-pengalaman yang membuat penyintas *drop* dan *shock* akan penyakit yang dialami khususnya penyintas kanker di Rumah Singgah Sedekah Rombongan<sup>13</sup>

#### A. **Proses Kegiatan Program Layanan Pengembangan Diri Dalam Meningkatkan Self-Efficacy di Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusuman Yogyakarta**

Secara umum kegiatan program layanan pengembangan diri yang dilakukan di RSSR Gondokusuman Yogyakarta tersebut terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi peningkatan self efficacy yaitu Modeling Sosial berupa melihat keberhasilan orang lain baik itu mengikuti kegiatan konseling, client centered therapy. Sedangkan kegiatan program layanan bimbingan rohani yang ditawarkan RSSR juga memperoleh Persuasi Sosial yang mana pihak eksternal berupa pendamping, keluarga ataupun lingkungan sosial yang dapat mempengaruhi penyintas untuk lebih percaya diri dengan kondisi yang dialami.

Adapun proses kegiatan program layanan pengembangan diri di RSSR sesuai berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Bandura diantaranya ada (1) Proses kognitif yang merupakan proses berfikir, di dalamnya termasuk pemerolehan, pengorganisasian, dan penggunaan informasi.(2) Proses motivasi yang merupakan Kepercayaan akan kemampuan diri dapat mempengaruhi motivasi dalam beberapa hal, yakni menentukan tujuan yang telah ditentukan individu, seberapa besar usaha yang dilakukan, seberapa tahan mereka dalam menghadapi kesulitan-kesulitan dan ketahanan mereka dalam menghadapi kegagalan. (3) Proses Afektif adalah keyakinan orang terhadap kemampuan mereka dalam mengatasi stress dan depresi dalam situasi yang sulit. Self-efficacy memainkan peran penting dalam kecemasan. Dan yang ke (4) Proses seleksi dimana self-efficacy membentuk arah kehidupan dan mempengaruhi jenis kegiatan orang dalam lingkungan. Orang menghindari aktivitas diluar batas kemampuan mereka.<sup>14</sup> Dari beberapa proses diatas saling berkesinambungan dengan program layanan pengembangan diri yang dilakuakn di RSSR Gondokusuman Yogyakarta karena sama-sama bertujuan memberikan kegiatan motivasi yang dapat membangkitkan semangat para penyintas.

Berikut kegiatan program layanan pengembangan diri yang ditawarkan RSSR Gondokusuman Yogyakarta dalam meningkatkan self-efficacy para penyintas kanker di RSSR:

##### 1. Layanan Konseling

Adapun layanan konseling yang diberikan RSSR Gondokusuman Yogyakarta adalah sebagai berikut: Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dalam pelaksanaan kegiatan konseling individu untuk meningkatkan self-efficacy penyintas kanker dilakukan beberapa tahap yaitu tahap awal konseling atau tahap pengenalan, tahap pertengahan, tahap akhir konseling.

###### Layanan Konseling Individu

Layanan konseling individu adalah suatu layanan yang diberikan oleh seorang pendamping yaitu dengan tujuan agar penyintas kanker dapat memantau serta memahami perkembangan diri mereka sendiri, dan materi yang diberikan oleh konselor tersebut seputar penguatan untuk dapat bertahan dengan keadaan yang dialami. Berikut deskripsi proses pelaksanaan konseling individu untuk meningkatkan self-efficacy pada penyintas kanker di RSSR Gondokusuman Yogyakarta sebagai berikut:

Dalam hal ini Mba Ari selaku tim medis dan konselor membuka jalannya proses konseling dan memberikan salam kepada penyintas. Kemudian menanyakan kabar penyintas untuk mencairkan suasana. Setelah itu konselor mengajak penyintas untuk duduk dengan posisi yang nyaman agar penyintas nyaman dan proses konseling berjalan lancar.<sup>15</sup>

<sup>13</sup> Departemen Agama, *Pedoman Kegiatan Pengembangan Diri*, (Jakarta : 2005), hlm. 5-6.

<sup>14</sup> Bandura, A, *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, (New York: W.H Freeman and Company, 1997), hlm.3.

<sup>15</sup> Wawancara dengan Ariana staf Medis dan Konselor, pada tanggal 11 Januari 2023 di Kantor Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusuman Yogyakarta

Menurut mba Ari selaku konselor menyatakan bahwa:  
“ pemutaran video kami lakukan untuk menumbuhkan ransangan penyintas untuk melawan penyakitnya sekaligus berguna sebagai hiburan penyintas yang tidak hanya di kamar saja dan hal tersebut juga untuk menjalin keakraban dengan kami agar penyintas tidak merasakan takut”.<sup>16</sup>

Sedangkan menurut penyintas yang bernama RPG bahwa:  
“ saya senang sekali mba melihat video tadi, karena baru kali ini bisa merasakan suasana barukan tidak jenuh, biasanya pulang kontrol dari RS. Sardjito langsung ke kamar mba”.<sup>17</sup>

Hal tersebut dilakukan agar terjalin hubungan dengan baik antara staf atau konselor dan penyintas. Setelah itu konselor memberikan pengarahan tentang layanan konseling individu yang akan dilaksanakan untuk membahas permasalahan yang berkaitan dengan meningkatkan self-efficacy pada penyintas kanker. Di sini dijelaskan bahwa konseling individu adalah seorang konselor yang membantu penyintas untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapinya.

Dalam proses konseling individu penyintas menceritakan berbagai masalah yang dialaminya, di sini konselor dapat menyimpulkan bahwa penyintas harus mendapatkan semangat dari orang tua dan orang-orang sekitarnya. Selain itu, konselor juga memberikan semangat dan dorongan kepada penyintas supaya selalu semangat saat menjalani proses kemoterapi. Disisi lain penyintas harus terus semangat untuk mencapai kesembuhan dan menjalani kehidupan yang cerah masa yang akan datang.<sup>18</sup>

Konselor berusaha meyakinkan penyintas agar selalu tetap semangat dan selalu memiliki pikiran yang positif dan apabila penyintas tidak memiliki pikiran yang positif maka penyintas akan terus bermasalah dan akan membuat perasaan mereka tidak tenang. Dan tentunya konselor mengingatkan bahwa hidup di dunia ini pasti akan diuji dengan rasa sakit. Dengan begitu penyintas harus menjalani proses kesembuhan dengan semangat agar dapat menjalani proses tersebut. Selanjutnya konselor juga menyarankan kepada klien apabila bosan saat melakukan kemoterapikita harus tetap semangat dan harus menghibur diri agar tidak timbul rasa kebosanan tersebut.<sup>19</sup>

## **B. Respon Penyintas Kanker Menyikapi Pelaksanaan Program Layanan Pengembangan Diri di RSSR Gondokusuman Yogyakarta**

Mengutip dari Bandura di dalam buku Desmita mendefenisikan self-efficacy sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan-tindakan untuk mencapai tujuan yang ditetapkan, dan berusaha untuk menilai tingkatan dan kekuatan di seluruh kegiatan dan konteks. Khalifah pernah berkata “orang-orang yang banyak memikirkan soal resiko, beliau menjadi seseorang yang tidak berani”. Sifat yakin ataupun tidaksebenarnya terletak pada diri sendiri. Kita boleh memiliki keyakinan dan kita juga boleh melenyapkannya daripada diri kita.<sup>20</sup>

Self-efficacy juga dapat dipandang sebagai sesuatu yang muncul dari interaksi struktur pengetahuan (apa yang diketahui orang tentang dirinya dan dunia) dan proses penilaian dimana seseorang terus menerus mengevaluasi situasinya. Self-efficacy mempengaruhi bentuk tindakan yang akan mereka pilih untuk dilakukan, sebanyak apa usaha yang mereka berikan kedalam aktivitas ini, selama apa mereka akan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, serta ketangguhan mereka mengikuti adanya kemunduran.<sup>21</sup>

RSSR Gondokusuman Yogyakarta memberikan pengobatan kepada penyintas kanker tidak hanya dilihat dari segi fisik (obat dari dokter) saja tetapi di RSSR Gondokusuman Yogyakarta juga memperhatikan dari segi psikis juga. Pengobatan dari segi psikis di RSSR Gondokusuman

<sup>16</sup> Wawancara dengan Ariana staf Medis dan Konselor, pada tanggal 11 Januari 2023 di Kantor Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusman Yogyakarta

<sup>17</sup> Wawancara dengan RPG, pada tanggal 11 Januari 2022 di Kantor Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusman Yogyakarta

<sup>18</sup> Wawancara dengan Ariana staf Medis dan Konselor, pada tanggal 11 Januari 2022 di Kantor Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusman Yogyakarta.

<sup>19</sup> Ibid

<sup>20</sup> Desmita, Psikologi Perkembangan, (Bandung:PT. Remaja Rosdakarya, 2010), hlm, 46.

<sup>21</sup> Ibid

Yogyakarta diberikan layanan pengembangan diri untuk meningkatkan self-efficacy penyintas kanker. Melalui layanan pengembangan diri tersebut memberikan berbagai layanan sesuai kebutuhan penyintas. Penyintas juga diberikan materi terkait aqidah, akhlak, dan ibadah. Dengan demikian diharapkan penyintas mampu menerima kondisinya dan memotivasi diri sendiri untuk sembuh dengan cara terus berikhtiar serta terus berdo'a meminta kesembuhan kepada Allah SWT.<sup>22</sup>

Perasaan penyintas kanker ketika pertama kali mengetahui kondisinya terkena kanker rata-rata merasa shock, kecewa, cemas, takut, dan perasaan-perasaan negatif lainnya. Sehingga, penyintas yang menderita kanker mengalami masalah-masalah pada dirinya. Masalah yang dialami penyintas kanker tidak hanya dari segi fisik saja, tetapi mereka juga mengalami masalah pada segi psikis. Masalah pada segi psikis penyintas kanker menyebabkan reaksi mental berupa tidak percaya diri, kecemasan, ketakutan, kekecewaan atas beban penyakit yang di deritanya yang termasuk salah satunya kanker. Hal demikian itu merupakan ciri-ciri penyintas yang tidak percaya diri kalau dirinya masih bisa sembuh atau penyintas yang kurang mampu menerima penyakitnya. Dari berbagai problem psikis penyintas kanker tersebut, timbul reaksi tubuh atau reaksi fisik yang berupa susah tidur, tidak nafsu makan, mengalami masalah pencernaan, sering melamun, dan menangis.

Hal ini dibuktikan ketika peneliti datang dan masuk ke lokasi RSSR Gondokusuman Yogyakarta untuk melakukan observasi. Pernyataan tersebut juga diungkapkan oleh Mba Ari:

"Ada beberapa penyintas yang tidak bisa menerima kondisinya, merasa shock, kehilangan arah, dan ketika diajak untuk berobat para penyintas merasa bermalasmalasan karena para penyintas merasa sia-sia jika berobat, namun ketika kami berikan layanan pengembangan diri para penyintas merasa lega, semakin percaya diri, dan kami berikan juga layanan untuk mendekatkan penyintas kepada Allah Swt. Setelah adanya layanan tersebut sangat terlihat perubahan yang sangat luar biasa, penyintas mulai banyak melakukan perubahan hal-hal positif dan percaya kalau penyakit yang mereka alami bisa sembuh."<sup>23</sup>

Keadaan penyintas sebelum mendapat layanan pengembangan diri juga di ungkapkan oleh mba Ratna sebagai staf kurir di RSSR Gondokusuman Yogyakarta. Kebanyakan penyintas kanker merasakan kegelisahan dan kecemasan seperti yang telah dikatakan dibawah ini:

"Menurut Mba Ratna rata-rata semua penyintas kanker sebelum mendapat layanan pengembangan diri dan bimbingan penyintas merasa gelisah, tidak percaya diri dan putus asa. Menurutnya para penyintas merasa tidak ada jalan lain lagi selain menunggu keajaiban."<sup>24</sup>

Dalam penelitian ini peneliti mengambil 3 orang contoh sebagai perumpamaan perasaan para penyintas kanker ketika sebelum memperoleh layanan pengembangan diri dan setelah memperolehnya.

Tabel 1.1 Data Diri Informan

No.	Nama Informan Penyintas Kanker	Umur	Alamat	Nama Penyakit
1.	RPG	55 Tahun	Temanggung	Kanker Cervix
2.	VTA	18 Tahun	Gunung Kidul	Kanker Darah
3.	JSR	56 Tahun	Gunungkidul	Kanker Payudara

Sumber: Dokumen RSSR Gondokusuman Yogyakarta, 05 Januari 2023

<sup>22</sup> Wawancara dengan Ari pada tanggal 17 Januari 2023 di Kantor Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusman Yogyakarta

<sup>23</sup> Wawancara dengan Mba Ari, pada tanggal 10 Januari 2023 di Kantor Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusman Yogyakarta..

<sup>24</sup> Wawancara dengan Ratna Staf Kurir, pada tanggal 17 Januari 2023 di Kantor Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusman Yogyakarta.

## 1. Ibu RPG berusia 55 Tahun

RPG sejak lahir dan besara di Magelang, sekarang ia tinggal bersama suaminya di Jawa Tengah tepatnya di daerah Temanggung. Sekarang RPG bekerja sebagai sebagai Ibu Rumah Tangga. Kondisi psikis penyintas kanker sebelum menerima program layanan pengembangan diri di RSSR Gondokusuman Yogyakarta antara lain adalah penyintas merasa sangat takut dan sedih terlihat dari cara bicara penyintas yang sangat pelan sekali seperti orang yang sudah tidak punya semangat lagi untuk hidup. Penyintas (Ibu RPG) berbicara dengan sambil meneteskan air mata. Ketika peneliti melihat ekspresi dan tingkah laku penyintas, menurut peneliti Ibu RPG sangat shock, sangat terpuak, takut dengan penyakit kanker ganas yang dideritanya. Karena penyakit Ibu RPG tergolong baru. Tentu hal yang sangat wajar kalau Ibu RPG belum bisa menghadapi penyakitnya. Ketakutan-ketakutanpun muncul, seperti takut tidak bisa melayani suaminya lagi dengan sempurna dan takut dengan kematian. Masalahmasalah psikis tersebut mempengaruhi kondisi fisik penyintas seperti lemas karena masih sering kepikiran penyakitnya, sulit untuk tidur dan sulit untuk makan sampai-sampai penyintas juga sulit untuk berbicara saking lemahnya.<sup>25</sup>

" awalnya ketika saya datang ke RSSR Gondokusuman Yogyakarta disuruh sama keponakan saya mba, awalnya saya nggak mau, karena saya merasa penyakit saya ini tidak akan sembuh, saya merasa tidak berguna.<sup>26</sup>

Namun, setelah RPG mengikuti layanan pengembangan diri penyintas menyebutkan bahwa dengan adanya layanan tersebut menjadikannya dapa berfikir positif, lebih tenang, dan lebih berserah diri pada Allah. Seperti yang dikatakan RPG:

" Nek menurut saya ya mbak sangat membantu ya mbak, saya sangat senang dengan adanya layanan pengembangan diri, karena kita dikasih wejangan buat bersabar mungkin segala sesuatu yang Allah berikan adalah ujian, saya semakin semangat mba ketika memperoleh layanan pengembangan diri, saya semakin semangat untuk menjalani kehidupan khususnya lebih rutin kontrol dan rutin minum obat.<sup>27</sup>

Respon positif menandakan bahwa layanan pengembangan diri dalam meningkatkan self-efficacy para penyintas berhasil menumbuhkan semangat untuk sembuh dan meningkatkan untuk lebih menerima segala takdir yang Allah SWT berikan.

## 2. VTA Berusia 18 tahun

VTA berasal dari Gunungkidul, Penyintas ini adalah penyintas yang kurang mampu menerima penyakitnya dan mempunyai iman yang sangat lemah sekali. Penyintas ini kaget dan takut ketika pertama kali mengetahui penyakitnya, penyintas ini juga tergolong penyintas yang baru terkena penyakit kanker leukimia. Kondisi dan perilaku penyintas VTA bersifat negatif di tandai dengan rasa takut, gugup, dan kaget. Selain itu VTA juga malas untuk berbicara dilihat dari mimik wajahnya. Kemudian dilihat dari ibadahnya VTA ini sering menyepelkan sholatnya. Ketidakpedulian penyintas perihal ibadah ini disebabkan kondisi rendahnya self-efficacy yang dialami karena beban penyakit yang dideritanya yang cukup tinggi dan kurangnya pengetahuan tentang agama terutama dalam hal ibadah kepada Allah SWT.<sup>28</sup>

Namun setelah dibujuk penyintas mau diajak berbicara, berikut ungkapan VTA:

" Sebelum saya mengikuti layanan pengembangan diri ini saya kesal banget mba, kenapa penyakit ini dikasih ke saya, padahal saya masih muda, saya masih ingin bermain mba dan menikmati masa muda saya.<sup>29</sup>

Dan setelah mendapatkan layanan pengembangan diri VTA merasa:

"Mba saya kan kemarin selalu merenung dan mengeluh, tapi ketika saya mengikuti layanan pengembangan diri ini saya semakin terbuka, dan menerima apa yang ditakdirkan Allah, yaa sebisanya saya berusaha mba, saya yakin dari penyakit ini yang akan membawa saya menjadi yang lebih baik lagi, do'akan ya mba supaya saya selalu semangat dan percaya kalau saya pasti bisa sembuh Terimakasih ya mba telah menyedarkan saya hehehe."<sup>30</sup>

<sup>25</sup>

<sup>27</sup> Ibid

<sup>28</sup> Wawancara pribadi dengan VTA, RSSR, pada tanggal 12 Januari 2023, pukul 19.00.

<sup>29</sup> Ibid.

<sup>30</sup> Wawancara pribadi dengan JSR RSSR, pada tanggal 12 Januari 2023, pukul,20.00.

### 3. JSR 56 Tahun

JSR berasal dari Gunungkidul. Penyintas yang kondisi psikisnya sangat kurang bagus yaitu JSR. Penyintas ini sampai tidak mampu berbicara karena ketika peneliti menanyakan perihal sakitnya penyintas langsung menangis tersedu-sedu. Jadi peneliti kurang mampu menggali kondisi penyintas lewat wawancara atau lewat ungkapan perasaan penyintas. Tetapi dengan sikap JSR yang terus menangis juga gemeteran badannya maka peneliti mampu menyimpulkan bahwa penyintas ini sangat terpukul dengan kondisinya. Ini artinya JSR merupkan penyintas yang mengalami self-efficacy yang rendah akibat kanker. Penyintas yang seperti ini sangat memerlukan untuk mendapatkan bimbingan rohani guna memperbaiki psikisnya.<sup>31</sup>

Setelah mendapatkan Layanan Pengembangan diri apa yang ibu JSR rasakan, lalu ibu JSR menjawab:

“Sebelumnya saya hampir tidak percaya diri dan berputus asa karena penyakit saya, saya sudah tidak tahu harus bagaimana lagi. Tapi Alhamdulillah setelah adanya kegiatan pengembangan diri yang telah disediakan oleh Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusuman Yogyakarta mengingatkan saya kalau semuanya ini pasti akan kembali kepada yang menciptakan. Dengan adanya layanan pengembangan diri yang ada di RSSR RPG lebih nyaman dan lebih pasrah kepada Tuhan bahwa semuanya akan kembali kepadaNya. Seperti ungkapannya bahwa setelah mendapat layanan pengembangan diri “perasaan saya pertamanya sih biasa aja ya dan saya sedikit tenang, cuman saya jadi mikir kalau semuanya itu kan bakal kembali kepada Allahya.”<sup>32</sup>

Dari berbagai respon penyintas kanker di atas merupakan penyintas yang memiliki kondisi dan perilaku self efficacy yang rendah. Kepercayaan diri yang rendah menyebabkan berbagai masalah fisik pada penyintas. Seperti; kehilangan nafsu makan, sulit untuk tidur, gemeteran, tekanan darah naik, memiliki masalah dalam pencernaan, kurangnya semangat hidup dan sebagainya. Penyintas yang mengalami masalah-masalah pada fisik dan psikisnya. Diakibatkan karena keadaan yang tidak sesuai dengan keinginan seseorang yang menderita kanker. Jadi penyebabnya imunitas penyintas menurun. Hal ini karena penyintas tidak mampu menerima penyakitnya dalam artian melemahnya kepercayaan penyintas untuk sembuh, dan merasa terpuruk karena merasa dengan adanya penyakit tersebut, penyintas merasa tidak berguna dengan segala sesuatu yang dilakukan. Oleh sebab itu proses penyembuhan menjadi lebih lama.

Berdasarkan wawancara di atas, maka dapat dilihat bahwa beberapa penyintas yang telah diwawancarai ternyata sudah membantu proses dalam kesembuhan secara fisik maupun psikis walaupun dengan layanan yang berbeda-beda.

---

<sup>31</sup> Ibid

<sup>32</sup> Wawancara pribadi dengan RPG, RSSR, pada tanggal 12 Januari 2023, pukul,18.15.

Penyintas Kanker	Penyintas Memiliki Self- Efficacy Rendah Sebelum Mendapatkan Layanan Pengembangan Diri Di RSSR	Self-Efficacy Penyintas Meningkat Setelah Mendapatkan Layanan Pengembangan Diri Di RSSR
RPG	Penyintas sangat <i>shock</i> , sangat terpuak, takut dengan penyakit kanker ganas yang dideritanya dan penyintas merasa tidak berguna.	Penyintas semakin semangat ketika menjalani kehidupan dan percaya kalau penyintas dapat sembuh dengan begitu penyintas lebih rutin control dan rutin minum obat.
VTA	Penyintas bersifat negatif di tandai dengan rasa takut, gugup, dan kaget. Selain itu VTA juga malas untuk berbicara dilihat dari mimik wajahnya. Kemudian dilihat dari ibadah VTA ini sering menyepelkan perihalnya sholatnya.	Penyintas semakin terbuka, dan menerima apa yang ditakdirkan oleh Allah Swt. dan penyintas semakin yakin dari penyakit yang sedang di deritanya dan penyintas mempunyai harapan akan menjadi lebih baik lagi, dan dengan adanya layanan pengembangan diri ini penyintas semakin meningkat ibadahnya.
JSR	merasa dirinya yang paling tidak berguna ketika menjalani kehidupan,	lebih nyaman dan lebih pasrah kepada Tuhan bahwa semuanya akan
	merasa berputus asa dan merasa kebingungan menjalani kehidupan.	kembali kepadaNya

Tabel 1.2  
Tingkat  
Self-Efficacy

Matriks  
Keberhasilan

Sumber: diolah dari hasil penelitian di RSSR Gondokusuman Yogyakarta tahun 2022-2023

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai layanan pengembangan diri dalam meningkatkan *self-efficacy* bagi penyintas kanker di Rumah Singgah Sedekah Rombongan Gondokusuman Yogyakarta maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

**C. Kesimpulan**

Dalam pelaksanaan meningkatkan *self-efficacy* bagi penyintas kanker dibutuhkan program layanan pengembangan diri karena berdasarkan penelitian, sebelum para penyintas mendapatkan layanan pengembangan diri di RSSR Gondokusuman Yogyakarta, *self-efficacy* para penyintas dikategorikan sangat rendah. Setelah diberikan layanan pengembangan diri *self-efficacy* penyintas merasa tenang dan percaya diri dan adapun bentuk-bentuk program layanan

pengembangan diri yang ditawarkan oleh RSSR Gondokusuman Yogyakarta meliputi; layanan konseling (layanan konseling individu dan layanan konseling kelompok), layanan *client centered therapy*, layanan bimbingan rohani (bimbingan dzikir dan do'a bersama, bimbingan mental, pengajian rutin).

#### DAFTAR PUSTAKA

- A, Bandura, *Self Efficacy : The Exercise of Control*, New York: W.H Freeman and Company, 1997.
- A. J, Belcher, "Daily support in couples coping with early stage breast cancer: Maintaning intimacy during adversity", *Health Psychology*. 30(6), Juni, 2011.
- A Juntika Nurihsan dan Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan danKonseling*, Bandung: Program Pascasarjana UPI dengan PT.Remaja Rosdakarya, 2005.
- Aggarwal , B. B, Kunnumakkara, A. B and P. Annd, C. Sundaram, S. Jhurani, Curcumin and cancer: An "old-age"disease with an "age-old" solution. *Cancer Lett.* in press,2008.
- WHO, "Cancer", <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/en/>, diakses pada tanggal 21 Januari 2019.
- W, J, Santrock, *Life Span*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006.
- Y.T, Fu, Hou, W. K., Yin, Law, C. C., "Resource Loss, Resource Gain, Anad Psychological Resilience and Dysfunction Following Cancer Diagnosis: A Growth Mixture Modeling Approach.", *Health Psychology*, 29 (5), Mei, 2010.
- Yayasan Sayap Ibu "Sejarah Yayasan Sayap Ibu", diakses pada 24 Desember 2019 dari <http://yayasansayapibu.or.id/cabang/d-i-yogyakarta/sejarah-ysi-cabang-d-i-yogyaarta/>
- Sugiharto Sapturi, "Komunitas Sedekah Rombongan:", diakses pada 24 Desember 2019 dari <http://www.sedekah- rombongan.com/apa-itu-sedekahrombongan www.sedekahrombongan.com>.
- Dokumen Pribadi Rumah Singgah Sedekah RombonganGondokuman, Yogyakarta, 03 Januari 2020.
- J, A, Belcher, "Daily support in couples coping with early stage breast cancer: Maintaning intimacy during adversity", *Health Psychology*. 30(6), (Juni, 2011).