

JURNAL SOSIAL HUMANIORA DAN PENDIDIKAN

Halaman Jurnal: <http://journal.stiestekom.ac.id/index.php/Education>

Halaman Utama : <http://journal.stiestekom.ac.id/index.php>

Doi : <https://doi.org/10.51903/education.v3i2.334>



Pengaruh Penerimaan Diri dan Religiusitas Terhadap Resiliensi Pada Pasien Kanker

Robertus Surjoseto

Universitas Muhammadiyah Jakarta
Jl. KH. Ahmad Dahlan, Cirendeude - Ciputat

Devy Sofyanty

Universitas Bina Sarana Informatika Jakarta
Jl. Kramat Raya No.98, Senen - Jakarta Pusat

Korespondensi penulis: robertussurjoseto@umj.ac.id

Abstract. Resilience can be defined as the ability to flexibly respond to change situational need and ability to rise from a negative emotional experience. Everyone must have good resilience to avoid problem like happened cancer patients who have known they got depression easily. People who have resilience will be more able to survive with their serious problems than people who do not have resilience. An important factor that can affect the resilience of person with cancer is self acceptance and religiosity. This research aims to examine and analyze the effect of self acceptance and religiosity on resilience at anxiety and depression on the quality of life of cervical cancer patients at cancer patient in the Hospital Dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta. The research design uses a quantitative descriptive design, sampling technique using the purposive sampling used in this research were 50 persons. Data collection was carried out through questionnaires, interviews and observation. Data analysis using multiple linear regression. Based on the results of the research, it was concluded self acceptance and religiosity in patients cancer have affect the cancer patients resilience. From the result it recommended the strategies for cancer patient to increase self acceptance and religiosity to achieve positive adaptation to their disease.

Keywords : self acceptance, religiosity, resilience

Abstrak. Resiliensi dapat diartikan sebagai kemampuan merespon secara fleksibel dalam mengubah kebutuhan situasional dan kemampuan untuk bangkit dari pengalaman emosional yang negatif. Setiap orang harus memiliki resiliensi yang baik agar terhindar dari segala permasalahan begitu juga pada pasien kanker yang rentan mengalami depresi. Seseorang yang memiliki resiliensi akan lebih mampu bertahan dan kuat dalam menghadapi suatu masalah yang berat dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki resiliensi. Faktor penting yang dapat mempengaruhi kemampuan resiliensi pasien kanker adalah penerimaan diri dan religiusitas. Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis pengaruh penerimaan diri dan religiusitas terhadap resiliensi pada pasien kanker di Rumah Sakit Umum Dokter Cipto Mangunkusumo Jakarta. Desain penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif, teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah 50 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran angket, wawancara dan observasi. Analisa data menggunakan regresi linier berganda. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa penerimaan diri dan religiusitas mempengaruhi resiliensi pasien kanker. Adanya hasil penelitian ini perlunya strategi bagi pasien kanker untuk meningkatkan penerimaan diri dan religiusitas sebagai upaya mencapai adaptasi positif terhadap penyakitnya

Kata kunci : penerimaan diri, religiusitas, resiliensi

LATAR BELAKANG

Kanker selain menimbulkan dampak fisik, juga dapat menimbulkan dampak psikologis, keluhan-keluhan yang lazim dialami oleh pasien kanker, diantaranya: stres sedih, syok, kecewa, putus asa, cemas, tertekan, harga diri rendah, tidak percaya diri, tidak berdaya, frustrasi, hingga depresi. Kondisi tersebut mencerminkan rendahnya penerimaan diri yang rendah sehingga berpengaruh kesehatan mental pasien dan motivasi pasien untuk sembuh yang akan mempengaruhi proses penyembuhan. Penerimaan diri pada pasien kanker menggambarkan kemampuan pasien kanker untuk bisa berdamai dengan diri sendiri, optimis dan berpikiran positif terhadap kondisi kesehatannya. Penerimaan diri sangat penting dimiliki oleh pasien kanker, agar mereka lebih bersikap positif, sabar dan ikhlas menerima kondisi sakit mereka sekarang sehingga akan sangat membantu ketika pasien menjalani terapi pengobatan. Pasien melaksanakan terapi disertai dengan rasa tenang, optimis, tabah, disiplin dan berkomitmen kuat untuk menjalani pengobatan sampai sembuh. Sebaliknya pasien dengan penerimaan diri yang rendah dipenuhi dengan emosi negatif, pasien merasa bahwa kehidupannya tidak berharga, putus asa, lebih mudah dan sering mengalami stres atau kecemasan, kurangnya motivasi untuk melawan penyakit, manajemen stres dan kesehatan yang buruk sehingga mengabaikan pengobatan atau baru datang ke dokter ketika rasa sakit bertambah parah. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap pasien kanker, diperoleh kesimpulan bahwa sebagian besar pasien tidak dapat menerima dirinya. Kondisi tersebut ditandai dengan timbulnya rasa bersalah dan menyesal atas perilaku pasien di masa lalu yang menurut mereka menjadi penyebab dari kanker, seperti : tidak menjaga kesehatan, malas berolahraga, sering mengkonsumsi makanan cepat saji, jarang mengkonsumsi sayuran, sering mengkonsumsi daging merah, menyenangi makan makanan yang dibakar, sering begadang, merokok, tidak memperhatikan kesehatan organ reproduksi, tidak mau menyusui anaknya karena khawatir mengalami kegemukan. Selain itu mereka juga mengaku menjadi semakin takut dengan stigma-stigma yang ada di masyarakat bahwa kanker adalah penyakit yang tidak dapat disembuhkan, menyakitkan, karma, menguras harta benda, terapi yang lama dan menyakitkan dan berujung pada kematian. Stigma tersebut menciptakan persepsi buruk bagi pasien kanker yang membuat mereka tidak bisa menerima dirinya dengan baik.

Agama atau religiusitas memiliki peran penting dalam kehidupan manusia, selain menjadi nilai moral juga menjadi media pemulihan bagi umatnya baik secara fisik maupun psikologis maka tidaklah mengherankan jika pasien dengan masalah kesehatan yang kronis cenderung lebih religius. Religiusitas dapat mempertahankan kesehatan mental pasien karena

mengurangi stres, ketegangan, kegelisahan, kecemasan, frustrasi maupun depresi pada pasien kanker sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pasien kanker. Religiusitas menumbuhkan sikap positif pasien sehingga penyakit atau terapi yang dijalani tidak membuat pasien takut, khawatir, pasien menjadi lebih tenang, sabar, ikhlas dan tabah dalam menghadapi permasalahan bahkan dapat membuat pasien lebih siap dalam menghadapi kematiannya. Pasien yakin, percaya dan menerima kenyataan bahwa penyakitnya merupakan cobaan yang datang dari Tuhan sebagai bentuk kasih sayang Tuhan kepadanya, kondisi sakit justru membuat pasien merasa semakin dekat dengan Tuhan sehingga tercipta suasana batin yang tenang, nyaman, damai, pasrah dan lebih menikmati makna hidupnya. Pasien juga menjadi lebih menghargai dan bersyukur telah diberikan kehidupan sehingga harus mengisinya dengan beribadah dan berbuat baik. Pasien mempersepsikan sakit bukan hanya sekedar sakit secara fisik yang menyerang badan atau sel kanker yang menggerogoti tubuhnya namun juga sakit sebagai bentuk cobaan dari Tuhan karena yakin bahwa dirinya mampu menghadapi dan menjalani permasalahan tersebut. Pasien menjadi semakin rutin menjalankan aktivitas keagamaan seperti beribadah, berdoa, berpuasa, meditasi untuk berjuang melawan penyakitnya.

Dalam keadaan terpuruk, tertekan, ketidakberdayaan dan ketidakmampuan dalam menghadapi permasalahan, penting bagi individu untuk memiliki resiliensi dalam dirinya. Resiliensi merupakan kecakapan seseorang dalam menanggapi trauma atau kesulitan secara sehat, produktif dan positif untuk meningkatkan diri atau mengubah dirinya dari keterpurukan atau kesengsaraan hidup. Resiliensi inilah yang menjadikan pasien kanker lebih tangguh dalam menghadapi persoalan hidup termasuk yang terkait dengan penyakitnya, kemampuan beradaptasi, memproteksi dari gangguan psikologi, menyelesaikan berbagai macam permasalahan serta membuat kehidupan seseorang lebih sejahtera karena memicu transformasi positif. Individu yang resilien dapat menemukan cara untuk memandang ketidakberuntungan secara berbeda, banyak pasien kanker yang menemukan makna baru dalam hidup mereka dan memandang kanker sebagai pengalaman pembelajaran dan tantangan untuk dapat diatasi. Pasien mengetahui bahwa kanker dapat membuat mereka mati, namun mereka dapat mengatasi ketakutannya dan memiliki harapan positif terhadap masa depannya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Pengaruh Penerimaan Diri dan Religiusitas terhadap Resiliensi Pada Pasien Kanker. Perumusan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah penerimaan diri dan religiusitas berpengaruh terhadap resiliensi pasien kanker.

KAJIAN TEORITIS

Masalah fisik dan psikologis yang dialami pasien kanker akan berdampak pada rendahnya tingkat penerimaan diri dan pada akhirnya akan mempengaruhi keinginan pasien kanker untuk berjuang melawan penyakit. Penerimaan diri adalah kemampuan seseorang secara keseluruhan baik pada masa lalu atau masa kini. Seseorang yang menilai positif diri sendiri adalah individu yang memahami dan menerima berbagai aspek diri termasuk didalamnya kualitas baik maupun buruk, dapat mengaktualisasikan diri, berfungsi optimal dan bersikap positif terhadap kehidupan yang dijalannya. Sebaliknya individu yang menilai dirinya negatif terhadap dirinya sendiri, merasa kecewa dengan apa yang telah terjadi pada kehidupan masa lalu, bermasalah dengan kualitas personalnya dan ingin menjadi orang yang berbeda dari diri sendiri dan tidak menerima dirinya apa adanya. Penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalannya. (Supatmi et al., 2021). Selain dari faktor fisik dan psikologis dari pasien, terdapat beberapa faktor eksternal yang memengaruhi penerimaan diri pasien terhadap penyakitnya yaitu: sosial ekonomi, pendidikan, tempat tinggal dan lamanya proses pengobatan. Sosial ekonomi dari responden maupun keluarga mempunyai pengaruh terhadap penerimaan penyakit, semakin tinggi pendapatan maka semakin tinggi tingkat penerimaan diri. (Merlin, 2022)

Glock dan Stark mendefinisikan religiusitas sebagai tingkat pengetahuan seseorang terhadap agama yang dianutnya serta suatu tingkat pemahaman yang menyeluruh terhadap agama yang dianutnya. Religiusitas merupakan tingkat keyakinan (*belief*) dan sikap (*attitudes*) seseorang terhadap ajaran agama yang dianutnya dan praktik ritual (*ritual practices*) baik dalam konteks hubungan dengan Allah secara vertikal dan horizontal sebagai upaya untuk mencari makna kehidupan dan kebahagiaan. (B. Suryadi & Hayat, 2021). Religiusitas merupakan faktor religi yang sudah dihayati dan diyakini seseorang dalam hati, dimaknai seberapa jauh pengetahuan, kuatnya keyakinan, pelaksanaan ibadah/ akidah dan penghayatan atas agama yang dianutnya ke dalam bentuk sosial sebagai bentuk dari ibadah. (Reza, dkk, 2022)

Resiliensi merupakan kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, mendapatkan kekuatan dan bahkan mampu mencapai transformasi diri setelah mengalami kesengsaraan, penderitaan, trauma, kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam

kehidupan. Individu dengan resiliensi yang baik adalah individu optimis dan percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik. Individu mempunyai harapan terhadap masa depan dan percaya bahwa ia dapat mengontrol arah kehidupannya. Menurut Reivich dan Shatte, Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan, bangkit dan menyesuaikan dengan kondisi yang sulit. Resiliensi adalah kapasitas merespons secara sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma yang diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari. (D. Suryadi, 2018). Resiliensi bukan hanya untuk mereka yang mengalami keterpurukan saja tetapi menyangkut semuanya baik yang telah mengalami trauma ataupun belum sehingga resiliensi adalah kesehatan emosional yang dilengkapi dengan kesuksesan dalam menghadapi tantangan dan menyembuhkan dalam keterpurukan. (Faruq & Sukatin, 2021). Menurut (Lestari et al., 2022) Resiliensi dapat dicapai melalui beberapa komponen sumber daya, yaitu : (1) pengembangan ekonomi (volume sumber daya dan keanekaragaman, keadilan dan kerentanan sosial); (2) modal sosial (Struktur jejaring dan keterkaitan), dukungan sosial, ikatan, akar (root) dan komitmen; (3) informasi dan komunikasi (sistem dan infrastruktur); (4) kompetensi kelompok (pengambilan keputusan, keefektifan dan pemberdayaan kolektif).

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Diduga penerimaan diri memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi pada pasien kanker
2. Diduga religiusitas memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi pada pasien kanker
3. Diduga penerimaan diri dan religiusitas memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi pada pasien kanker

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif yang bersifat eksplanatif, yang bertujuan untuk mengungkap hubungan antara variabel-variabel penelitian dan menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 50 orang pasien yang terdiagnosis kanker dan masih menjalani perawatan pengobatan atau pemulihan di Rumah Sakit dr Cipto Mangkunkusumo Jakarta. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner/

angket dan interview.

Ada 3 skala yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala penerimaan diri, skala religiusitas dan skala resiliensi. Skala penerimaan diri terdiri dari 27 aitem, diukur berdasarkan teori Berger, yaitu : 1) nilai-nilai dan standar diri yang tidak dipengaruhi lingkungan luar, 2) keyakinan dalam menjalani hidup, 3) bertanggungjawab terhadap apa yang dilakukan, 4) mampu menerima kritikan dan saran seobjektif mungkin, 5) tidak menyalahkan diri atas perasaannya terhadap orang lain, 6) menganggap dirinya sama dengan orang lain, 7) tidak ingin orang lain menolaknya dalam kondisi apapun, 8) tidak menganggap dirinya berbeda dari orang lain, 9) tidak malu atau rendah diri. Sedangkan skala religiusitas terdiri dari 15 aitem, yang diukur berdasarkan teori Glock & Stark yaitu : 1) keyakinan keagamaan, 2) praktek keagamaan, 3) pengamalan keagamaan, 4) penghayatan keagamaan, 5) pengetahuan keagamaan. Adapun skala resiliensi, terdiri dari 21 aitem, yang diukur berdasarkan teori dari Reivich dan Shatte, yaitu : 1) pengaturan emosi, 2) kontrol terhadap suatu keinginan, 3) optimisme, 4) kemampuan menganalisis masalah, 5) empati, 6) efikasi diri, 7) pencapaian. Data yang diperoleh dari kuesioner dianalisis menggunakan teknik statistic regresi linier berganda dengan bantuan aplikasi program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)

a. Uji Validitas

Uji validitas aitem dalam penelitian ini dilakukan dengan cara membandingkan antara nilai r hitung dengan r tabel, dengan asumsi setiap indikator harus memiliki nilai r hitung lebih besar dibandingkan dengan r tabel.

Tabel 1
Uji Validitas dan Reliabilitas

Variabel	Uji Validitas	Uji Reliabilitas
Penerimaan Diri	0.298 – 0.415	0.873
Religiusitas	0.320 – 0.458	0.858
Resiliensi	0.342 – 0.571	0.869

Sumber: Data yang diolah (2023)

Berdasarkan *output* dapat ditarik kesimpulan bahwa bahwa seluruh aitem dalam skala penerimaan diri adalah valid, aitem mempunyai nilai daya beda yang bergerak dari 0.298 sampai 0.415. Sedangkan untuk skala Religiusitas diperoleh hasil bahwa seluruh aitem adalah valid, dengan daya beda yang bergerak dari 0.320 sampai 0.458, demikian halnya

dengan variabel Resiliensi diperoleh bahwa seluruh aitem valid dengan nilai daya beda yang bergerak dari 0.342 sampai 0.571.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat keterandalan instrumen penelitian. Berdasarkan output diperoleh koefisien reliabilitas dari masing-masing variabel lebih dari 0.6 sehingga dapat disimpulkan bahwa ketiga instrumen tersebut reliabel sebagai alat ukur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Gambaran Umum Responden

Sebelum hasil penelitian disajikan, terlebih dahulu diuraikan karakteristik responden dalam penelitian ini.

Tabel. 2
Gambaran Umum Responden

Variabel	n	(%)
Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	9	18
b. Perempuan	41	82
Usia		
a. 20 – 30 tahun	5	10
b. 31 – 40 tahun	43	86
c. ≥ 60 tahun	2	4
Pendidikan Terakhir		
a. SMA	6	12
b. Diploma	39	78
c. Sarjana	5	10
Status Pernikahan		
a. Menikah	42	84
b. Cerai	8	16
Pekerjaan		
a. Ibu Rumah Tangga	7	14
b. Karyawan swasta	24	48
c. Wiraswasta	16	32
d. Pegawai Negeri Sipil	3	6
Penerimaan Diri		
a. Tinggi	7	14
b. Sedang	25	50
c. Rendah	18	36
Religiusitas		
a. Tinggi	29	58
b. Sedang	12	24
c. Rendah	9	18
Resiliensi		
a. Tinggi	8	16
b. Sedang	31	62

Sumber: Data yang diolah (2023)

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 41 (82%), sedangkan berdasarkan pada usia responden terbanyak berada pada kategorisasi dewasa madya yaitu sebanyak 43 orang (86%). Berdasarkan tingkat pendidikan dapat ditarik kesimpulan bahwa responden paling banyak pada jenjang pendidikan diploma yaitu 39 orang (78%), terdapat 42 orang (84%) dengan status menikah serta pekerjaan sebagai karyawan swasta memiliki frekuensi tertinggi yaitu sebanyak 24 orang (48%). Hasil distribusi frekuensi sebagaimana tercantum pada Tabel 2, menunjukkan bahwa mayoritas penerimaan diri responden adalah sedang, yang terdiri dari 25 orang (50%) dengan tingkat religiusitas yang tinggi lebih banyak daripada religiusitas rendah yakni sebesar 29 orang (58%) serta mayoritas responden yakni 31 orang memiliki resiliensi sedang (62%)

b. Uji Normalitas

Pengujian normalitas bertujuan untuk menguji apakah model regresi, variabel bebas dan variabel terikat, keduanya memiliki distribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah data yang berdistribusi normal atau mendekati normal.

Tabel 3
Uji Statistik

Uji Statistik	Indikasi	Output
Kolmogorov-Smir	Z	379
Multikolinearitas	Tollerance	X1 = 0.853 X2 = 0.827
	VIF	X1 = 1.343 X2 = 1.438
Glejser	Sig	X1 = .341 X2 = .352
Koef. Determinasi	R ²	0.815
Uji F	F skor	41.138
	Sig	.002

Sumber: Data yang diolah (2023)

Uji normalitas yang digunakan oleh peneliti adalah *Kolmogorov – Smirnov Test*. Ketentuan yang digunakan adalah apabila nilai signifikansi (0.05 atau 5%), maka artinya residual berdistribusi normal. Berdasarkan Tabel 3, nilai signifikansi bernilai 0.379 sehingga dapat dipastikan nilainya lebih besar dari 0.05. Dengan demikian maka artinya residual

berdistribusi normal sehingga model regresi yang dihasilkan dapat digunakan untuk pengambilan keputusan

c. Uji Multikolinearitas

Hasil uji multikolinearitas menunjukkan nilai *tollerance* variabel *independen*, yaitu penerimaan diri dan religiusitas > 0.10 . Sedangkan nilai VIF yang didapat < 10 . Ini berarti model persamaan regresi terbebas dari kasus multikolinearitas sehingga mempertegas kelayakan model regresi yang dijalankan.

d. Uji Heteroskedastisitas

Pengujian heteroskedastisitas dengan menggunakan Uji Glejser menunjukkan bahwa model uji terbebas dari heteroskedastisitas, hal ini terlihat dari nilai signifikansi yang lebih besar dari $\alpha 5\%$.

e. Koefisien Determinasi (R^2)

Berdasarkan output diperoleh nilai R sebesar 0.857 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara penerimaan diri dan religiusitas terhadap resiliensi pada pasien kanker. Angka R Square (R^2) sebesar 0.815 artinya persentase sumbangan pengaruh penerimaan diri dan religiusitas sebesar 81,5% sedangkan sisanya sebesar 18,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini.

f. Uji Signifikansi Simultan (Uji Statistik F)

Hasil uji F diperoleh nilai 41.138 dengan nilai signifikansi $0.002 < 0.05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri dan religiusitas secara bersama-sama mempengaruhi resiliensi. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat penerimaan diri dan religiusitas layak digunakan untuk memprediksi resiliensi pada pasien kanker.

g. Uji Parameter Individual (Uji t)

Tujuan dari Uji t adalah untuk mengetahui apakah secara parsial variabel bebas berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat.

1) Hipotesis 1 : Pengaruh penerimaan diri terhadap resiliensi

Variabel penerimaan diri memiliki nilai t hitung sebesar 1.237 dengan nilai signifikansi $0.002 < 0.05$. Dengan demikian H_0 ditolak, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel penerimaan diri memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi.

2) Hipotesis 2 : Pengaruh religiusitas terhadap resiliensi

Variabel religiusitas memiliki nilai t hitung sebesar 1.568 dengan nilai signifikansi $0.001 < 0.05$. Dengan demikian demikian H_0 ditolak, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel religiusitas berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi.

h. Analisis Regresi Linier Berganda

Persamaan linier antara penerimaan diri dan religiusitas terhadap resiliensi adalah sebagai berikut:

$$Y^{\wedge} = 2.432 + 0.153 + 0.165$$

Persamaan linier tersebut memberi arti sebagai berikut:

Konstanta α sebesar 2.432 bernilai positif, yang berarti apabila penerimaan diri dan religiusitas pasien kanker dianggap konstan atau bernilai tetap, maka rata-rata resiliensi pada pasien kanker adalah 2.432. Dengan demikian dapat diasumsikan bahwa resiliensi pasien tergolong tinggi, untuk itu semua variabel bebas yang mempengaruhi resiliensi dalam penelitian ini sebaiknya menjadi fokus perhatian untuk memodifikasi perilaku pasien dalam proses pengobatan. Pasien disarankan untuk mengembangkan atau meningkatkan resiliensi agar lebih kuat dan tangguh dalam menghadapi tantangan, stres, tekanan, trauma, kesakitan atau kesulitan hidup selama menjalani perawatan atau terapi pengobatan. Resiliensi dapat membantu pasien untuk menjaga kesehatan mental pasien, mampu meregulasi emosi dengan baik, beradaptasi terhadap perubahan kondisi tubuhnya, mampu manajemen stres dengan mengembangkan mekanisme koping yang efektif. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan resiliensi adalah dengan melakukan konseling. Teknik konseling realita dapat diterapkan mengingat teknik konseling ini dinilai efektif untuk pasien kanker karena fokusnya adalah pada perilaku saat ini, pasien diajak berpikir realistis, memiliki perencanaan dan tanggung jawab terhadap semua tindakan demi kesembuhan penyakitnya. Dalam proses mencapai resiliensi, pasien juga membutuhkan dukungan sosial untuk mencegah dari gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan, frustrasi atau depresi. Berbagai macam bentuk dukungan sosial yang dapat diberikan diantaranya bisa berupa rasa kepedulian, perhatian, empati, semangat, informasi, bantuan moril maupun materil. Dukungan sosial membuat pasien merasa bahwa dirinya dicintai, diperhatikan sehingga memotivasi pasien untuk bangkit dari keterpurukan dan semangat untuk menjalani proses terapi pengobatan. Dukungan sosial dapat diperoleh dari anggota keluarga, rekan, komunitas penderita maupun penyintas kanker maupun dari tenaga medis. Kepada para medis disarankan untuk lebih memperhatikan kepedulian, sikap empati serta memotivasi pasien untuk peningkatan resiliensi dengan mengadakan sosialisasi, edukasi, seminar terkait penyakit kanker dan pengobatannya.

Koefisien regresi variabel penerimaan diri (b1) bernilai + 0.153, menyatakan apabila penerimaan diri meningkat satu satuan dan variabel religiusitas bernilai tetap maka resiliensi pada pasien kanker akan meningkat sebesar 0.153. poin. Hasil dari pengujian tersebut menunjukkan hubungan positif dan signifikan yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi penerimaan diri maka akan diikuti dengan meningkatnya resiliensi pasien kanker, demikian pula sebaliknya. Pasien kanker diharapkan dapat lebih positif terhadap dirinya sendiri maupun terhadap proses pengobatan, berpikir dan bersikap positif yang didukung dengan sikap optimisme akan kesembuhan. Penerimaan diri sangatlah penting untuk dimiliki oleh pasien kanker, karena pasien dapat menerima diri dan keadaannya dengan baik sehingga pasien dapat melewati segala terapi dan dampaknya, tetap berkomitmen, sabar, tenang dan optimis terhadap kesembuhan. Berbeda halnya dengan pasien kanker dengan penerimaan diri yang rendah akan merasa bahwa kehidupannya tidak berharga, putus asa, tidak berdaya, sering mengeluh, mudah marah, bersikap tidak kooperatif terhadap tenaga medis hingga memutuskan untuk berhenti menjalani pengobatan. Mengatasi atau mengantisipasi kondisi tersebut disarankan agar pasien dapat meningkatkan rasa percaya diri dengan menerima kondisi sakit yang sedang dialami tanpa merasa malu, bersalah, atau menyesal terhadap diri maupun lingkungannya. Pentingnya peranan dari keluarga, komunitas, atau sesama pejuang kanker untuk memberikan dukungan sosial yang positif agar pasien menerima dirinya dengan baik. Saat seorang pasien kanker mendapatkan dukungan sosial baik yang baik, maka konsep dirinya positif. Konsep diri pasien kanker akan menentukan tingkat penerimaan diri, apabila pasien memiliki konsep diri yang positif maka tingkat penerimaan diri sedang bahkan tinggi. Untuk itulah peranan dukungan sosial sangat dibutuhkan untuk mencapai penerimaan diri. Tenaga medis diharapkan mampu mensupport pasien kanker dengan terciptanya hubungan yang harmonis, komunikasi yang hangat dan terbuka serta pentingnya dukungan dari tenaga medis dalam bentuk hubungan interpersonal yang dilandasi dengan kepercayaan, empati, kekeluargaan untuk mendukung penerimaan diri pasien. Intervensi psikologis semakin banyak digunakan untuk perawatan pasien kanker dan efektif mengurangi atau mengatasi kecemasan, gangguan mood, mengurangi gejala psikologis atau psikosomatis. Salah satu intervensi psikologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan penerimaan diri pasien adalah teknik relaksasi.. Beberapa intervensi termasuk teknik relaksasi yaitu pencitraan, relaksasi progresif, biofeedback, self hypnosis, meditasi dan latihan pernapasan dalam.

Koefisien regresi variabel religiusitas (b2) bernilai + 0.165, menyatakan apabila religiusitas meningkat satu satuan dan variabel penerimaan diri bernilai tetap maka resiliensi pada pasien kanker akan meningkat sebesar 0.165 poin. Hasil dari pengujian tersebut

menunjukkan hubungan positif dan signifikan yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi religiusitas maka akan diikuti dengan meningkatnya resiliensi pasien kanker. Religiusitas menjadi faktor pendukung tercapainya resiliensi, dengan melakukan banyak ibadah dan berdoa membuat pasien tetap tenang dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah serta memiliki lebih banyak efek positif seperti dalam memberikan makna kehidupan yang dapat melindungi atau mengurangi emosi-emosi atau pikiran-pikiran negatif seperti stres, rasa takut, kecemasan, frustrasi, depresi hingga kecemasan terhadap kematian. Secara psikologis peningkatan religiusitas dapat membantu pasien untuk memperbaiki diri, menguatkan tumbuhnya harapan dan keimanan pasien serta membantu individu memaknai pengalaman sakitnya secara positif bahkan dapat meningkatkan rasa kebersyukuran kepada Tuhan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa penerimaan diri dan religiusitas secara parsial maupun simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi pada pasien kanker. Pada penelitian berikutnya dapat dikembangkan dengan menggunakan kombinasi dari metode kualitatif dan kuantitatif serta dengan melibatkan variabel yang belum tercantum dan menambah jumlah sampel. Selain itu data dapat lebih diperkaya dengan menggunakan teknik wawancara mendalam yang dikombinasikan dengan tes psikologi sehingga dapat mengungkap banyak wacana dengan sudut pandang yang lebih luas.

DAFTAR REFERENSI

- Faruq, M. S. S. Al, & Sukatin. (2021). *Psikologi Perkembangan*. Deepublish.
- Lestari, R., Windarwati, H. D., Setyawan, F. E. B., & Hidayah, R. (2022). *Stres, Resiliensi dan Tata Laksana Masalah Kesehatan Jiwa Tenaga Kerja Setelah Pandemi Covid-19*. UB Press.
- Merlin, N. M. (2022). *Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Pasien Kanker Payudara*. Feniks Muda Sejahtera.
- Supatmi, Santoso, B., & Yunitasari, E. (2021). *Social Support Berbasis Spiritual terhadap Psychological Well Being pada Pasien Kanker Serviks Dengan Kemoterapi*. Rena Cipta Mandiri.
- Suryadi, B., & Hayat, B. (2021). *Religiusitas (Konsep, Pengukuran dan Implementasi di Indonesia)*. Bibliosmia Karya Indonesia.
- Suryadi, D. (2018). *Melenting menjadi Resilien*. Andi.

