

## GAMBARAN SKALA OPTIMISME INDIVIDU PADA PASIEN KANKER

*(Individual Optimism Scale in Cancer Patients)*

Arief Widya Prasetya<sup>1</sup>, Dwi Purwantini<sup>2</sup>, Agung Kurniawan Saputra<sup>3</sup>

STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo

Email: arief.stikesrkz@gmail.com

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Penyakit kanker menimbulkan banyak penderitaan bagi penderitanya tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga aspek psikologis, termasuk kecemasan, depresi, dan kelelahan emosional serta optimisme. Optimisme adalah sebuah keyakinan bahwa hal-hal yang baik akan terjadi di masa depan, bahkan dalam kondisi yang paling sulit. Aspek optimisme pada penderita kanker diyakini sebagai faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan pengobatan dan kualitas hidup pasien kanker. **Metode:** Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan skala optimisme individu pada penderita kanker. Studi ini menggunakan desain deskriptif dengan populasi penderita kanker di rumah singgah YKI Cabang Jawa Timur yang memenuhi kriteria. Penelitian ini menggunakan consecutive sampling dengan variabel adalah skala optimisme individu penderita kanker. Instrumen penelitian yang dipergunakan adalah *The 9-item Version of the Personal Optimism and Self-Efficacy Optimism Scales*. **Hasil:** Pada hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar (85%) responden memiliki skala optimisme individu yang tinggi. **Pembahasan:** Skala Optimisme individu yang lebih tinggi dijumpai pada penderita kanker yang berjenis kelamin perempuan, telah menikah, jenis kanker yang berprognosis baik serta diagnosis kanker pada stadium awal. **Kesimpulan:** Memperhatikan hal tersebut maka dukungan sosial dan psikologis, bersama dengan intervensi yang tepat, maka akan sangat membantu penderita kanker dalam menjaga optimisme dan meningkatkan kualitas hidup serta hasil pengobatan mereka yang lebih baik.

**Kata Kunci:** Aspek Psikologis; Dukungan Sosial; Optimisme; Penderita Kanker

### ABSTRACT

**Introduction:** Cancer causes much suffering not only in the physical aspect but also in the psychological aspect, including anxiety, depression, emotional exhaustion, and optimism. Optimism is a belief that good things will happen in the future, even in the most difficult conditions. The optimism aspect in cancer patients

is believed to be a factor that can affect the success of treatment and the quality of life of cancer patients. This study aims to describe the individual optimism scale in cancer patients. **Method:** This study used a descriptive design with a population of cancer patients at the YKI East Java Branch who met the criteria. This study used consecutive sampling with the variable being the individual optimism scale of cancer patients. The research instrument used is The 9-item Version of the Personal Optimism and Self-Efficacy Optimism Scales. **Result:** The results showed that most (85%) respondents had a high individual optimism scale. **Discussion:** A higher individual optimism scale is found in cancer patients who are female, married, a type of cancer that has a good prognosis and a cancer diagnosis at an early stage. **Conclusion:** Considering this, social and psychological support, along with appropriate interventions, will greatly help cancer patients maintain optimism improving their quality of life and better treatment outcomes.

**Keywords:** *Psychological Aspect; Social Support, Optimism, Cancer Patients*

## PENDAHULUAN

Kanker merupakan salah satu penyakit kronis yang paling mematikan dengan dampak yang luas yang tidak hanya dampak secara fisik tetapi memiliki dampak yang hebat pada mental penderita kanker. Menurut data Global Cancer Statistics (H et al., 2021) didapatkan lebih dari 19 juta kasus kanker baru didiagnosis di seluruh dunia pada tahun 2020. Penyakit kanker ini tidak hanya mengancam nyawa, namun juga menimbulkan penderitaan yang luar biasa bagi penderitanya akibat sulit dan kompleksnya proses pengobatan seperti kemoterapi, terapi radiasi, dan pembedahan. Pada saat penderita kanker berjuang melawan penyakit kanker yang kompleks ini, seringkali penderita kanker menghadapi tekanan psikologis termasuk kecemasan, depresi, dan kelelahan emosional (Smith, 2015). Dalam konteks ini, aspek psikologis penderita kanker,

khususnya optimisme, semakin mendapat perhatian sebagai faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan pengobatan dan kualitas hidup pasien kanker.

Optimisme adalah konsep psikologis yang mengacu pada sebuah keyakinan bahwa hal-hal yang baik akan terjadi di masa depan, bahkan dalam kondisi yang paling sulit. Pandangan ini dikaitkan dengan banyaknya dampak positif yang bisa timbul dan memberikan manfaat bagi kesehatan, terutama bagi penderita penyakit kronis seperti kanker (Segerstrom et al., 2017). Optimisme dapat bertindak sebagai mekanisme perlindungan psikologis yang membantu pasien mengatasi stres terkait penyakit, beradaptasi terhadap perubahan besar dalam hidup, dan meningkatkan ketahanan terhadap stres psikologis yang timbul selama proses pengobatan. Dalam sebuah penelitian (Gallagher et al., 2019)

menunjukkan bahwa optimisme dalam hal ini pada penderita kanker berkaitan erat dengan pengurangan gejala depresi dan peningkatan kesehatan mental, yang memiliki dampak positif pada hasil pengobatan. Selain itu, beberapa penelitian lain juga menunjukkan hasil yang serupa yakni optimisme tidak hanya berdampak pada kesehatan mental, namun juga memiliki dampak terhadap pada hasil klinis. Dalam sebuah studi oleh (Applebaum et al., 2014) didapatkan hasil bahwa penderita kanker yang memiliki skala optimisme yang tinggi memiliki kecenderungan untuk lebih patuh dalam hal pengobatan, sehingga hal ini berkontribusi positif pada hasil klinis. Studi tersebut juga menunjukkan bahwa pasien yang optimis memiliki sistem kekebalan yang lebih kuat, sehingga dapat mendukung kemampuan tubuh melawan kanker dan mengurangi risiko komplikasi serius. Optimisme bahkan dikaitkan dengan respons yang lebih baik terhadap pengobatan kanker, termasuk kemoterapi dan terapi radiasi (Wevers et al., 2020).

Tingkat optimisme pada penderita kanker tentu tidak seragam, terdapat berbagai faktor dapat mempengaruhi tingkatan optimisme, diantaranya adalah dukungan sosial, pengalaman hidup masa lalu, kondisi fisik, dan ciri kepribadian (Gallagher et al., 2019). Pasien yang memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat berupa keluarga dan teman lebih cenderung mengembangkan sikap optimis ketika menghadapi

penyakitnya. Sebaliknya, pasien yang mengalami isolasi sosial atau memiliki riwayat gangguan mental mungkin lebih rentan terhadap pesimisme, yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental dan fisik mereka (Smith, 2015).

Dalam konteks ini, penelitian yang bertujuan untuk memetakan ukuran optimisme pada pasien kanker menjadi sangat penting. Menilai optimisme pada pasien kanker dapat mengidentifikasi pasien yang memerlukan intervensi psikologis khusus untuk meningkatkan optimisme. Sebuah studi oleh (Mens et al., 2020) menunjukkan bahwa intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan optimisme dapat meningkatkan kualitas hidup pasien bahkan memperpanjang umurnya. Studi tersebut juga menemukan bahwa tingkat optimisme yang lebih tinggi berkorelasi dengan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah, yang merupakan masalah umum pada pasien kanker (Gallagher et al., 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan ukuran optimisme pada penderita kanker sehingga temuan ini tidak hanya untuk mengembangkan program dukungan psikososial yang lebih efektif bagi penderita kanker akan tetapi juga berguna untuk meningkatkan kondisi klinis, sehingga pada akhirnya dapat berkontribusi pada peningkatan efektivitas pengobatan pasien kanker serta peningkatan kualitas hidup.

## BAHAN DAN METODE

Studi ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif dengan populasi adalah seluruh penderita kanker yang berada di rumah singgah Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur di Surabaya yang memenuhi kriteria inklusi serta bersedia diteliti. Pada penelitian ini peneliti menggunakan *consecutive sampling* dan variabel dalam penelitian ini adalah skala optimisme penderita kanker. Sebelum pengambilan data telah dilakukan proses perijinan meliputi perijinan ke kepala LPPM dan ketua STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo Surabaya (STIKVINC) dimana sebelumnya telah dilakukan uji laik etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) STIKVINC Surabaya dan telah dinyatakan laik etik. Selanjutnya peneliti melakukan pengurusan surat ijin pelaksanaan penelitian ke Pengelola Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur di Surabaya. Setelah ijin penelitian diperoleh, peneliti melakukan pendekatan dengan calon responden dengan terlebih dahulu menjelaskan tentang tujuan, manfaat, prosedur penelitian dan resiko penelitian. Calon responden yang telah mengerti dan menyetujui, membubuhkan tanda tangan pada lembar *informed consent* sebagai tanda persetujuan. Pengambilan data dilaksanakan pada periode tanggal 29

Januari – 3 Februari 2024, jumlah sampel yang dikumpulkan pada periode ini adalah 40 responden. Pengumpulan data demografi dikumpulkan melalui kuesioner dan data skala optimisme dikumpulkan menggunakan alat ukur *The 9-item Version of the Personal Optimism and Self-Efficacy Optimism Scales* yang terbagi dalam 2 sub skala yakni sub skala *personal optimism* dan sub skala *self-efficacy optimism*. Kedua sub skala tersebut menjadi alat ukur untuk menilai optimisme individu. Jawaban setiap pertanyaan berupa skala likert (0 = sangat tidak setuju, 1 = tidak setuju, 2 = setuju, 3 = sangat setuju). Analisis data dilakukan dengan skoring yang dilakukan dengan menjumlahkan seluruh skor dengan ketentuan semakin tinggi skor merujuk ke arah optimisme dan skor yang semakin rendah memiliki kecenderungan ke arah pesimisme (Gavrilov-Jerković et al., 2014). Hasil uji validitas dan reliabilitas dari instrumen penelitian tersebut adalah Koefisien R = 0.847–0.956 and nilai Cronbach's alpha = 0.974. Pengambilan data dilaksanakan satu kali dengan meminta responden untuk melakukan pengisian informed consent, lembar demografi dan kuesioner. Peneliti telah melakukan prosedur perijinan dan prinsip etik telah diterapkan dalam penelitian ini.

**HASIL**

Hasil penelitian akan ditampilkan dalam bentuk tabel data karakteristik responden dan tabel data skala optimisme pada penderita kanker.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Demografi Responden

<b>Data Umum</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi (orang)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Usia (tahun)	<i>Mean ± SD</i>	50 ± 8,15	
Jenis kelamin	Perempuan	34	85%
	Laki-laki	6	15%
	<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>
Pendidikan	SD	10	25%
	SMP	13	33%
	SMA	15	38%
	Perguruan Tinggi	2	5%
	<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>
Status Pernikahan	Belum Menikah	2	5%
	Menikah	31	78%
	Janda	5	13%
	Duda	2	5%
	<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>
Stadium kanker	I	2	5%
	II	13	33%
	III	22	55%
	IV	3	8%
	<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>
Jenis kanker	Kanker serviks	20	50%
	Kanker payudara	7	18%
	Kanker nasofaring	2	5%
	Kanker paru	4	10%
	Kanker usus	1	3%
	Kanker endometrium	2	5%
	Kanker kelenjar getah bening	2	5%
	Kanker prostat	2	5%
	<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>
Terapi yang sudah pernah dijalani	Kemoterapi	7	18%
	Radiasi	1	3%
	Kemoradiasi	11	28%
	Operasi + Kemoradiasi	15	38%
	Operasi + Radiasi	1	3%
	Operasi + Kemoterapi	4	10%
	Operasi	1	3%

Data Umum	Kategori	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
	<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>
Lama terdiagnosa kanker	< 6 bulan	9	23%
	6 bulan – 1 tahun	13	33%
	1 – 3 tahun	9	23%
	4-6 tahun	7	18%
	>6 th	2	5%
	<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1. di atas, dapat kita temukan bahwa rerata usia responden adalah 50 tahun dan nilai simpangan baku  $\pm 8,15$ , dengan 85% dari mereka berjenis kelamin perempuan. 38 % dari responden memiliki pendidikan menengah atas, dan lebih dari setengah dari mereka tidak bekerja (80%). Sejumlah 78% orang yang menjawab telah menikah. Pada penelitian ini, sebagian besar

responden mengalami kanker serviks, yaitu 50%, dan sebagian besar berada pada stadium 3 yaitu 55%. Sebagian besar terapi pengobatan yang diterima responden adalah operasi dan kemoradiasi, yaitu 37.5%. Sebagian besar pasien yang baru mendapatkan diagnosis kanker, yaitu 33%, dengan lama terdiagnosa kanker pada 6 bulan hingga 1 tahun.

Tabel 2. Skala Optimisme Individu Responden

<i>Skala Optimisme individu</i>	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Tinggi	34	85%
Rendah	6	15%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Pada tabel 2. diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar (85%) responden memiliki skala optimisme individu yang tinggi.

## PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, peneliti melihat gambaran skala optimisme pada penderita kanker serta melihat kaitanya dengan beberapa faktor yang turut berkontribusi dalam memunculkan rasa optimisme pada penderita kanker. Pada penelitian ini di

temukan bahwa terdapat 85% dari 40 responden memiliki skala optimisme pada tingkat yang tinggi dan terdapat 85% responden berjenis kelamin perempuan. Optimisme merupakan faktor psikologis yang penting dalam proses penyembuhan dan pemulihan bagi penderita kanker. Namun, optimisme ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti persepsi diri, dukungan sosial, dan perbedaan hormonal yang sering kali terkait dengan jenis kelamin. Respons

penderita kanker yang berjenis kelamin pria dan wanita terhadap diagnosis kanker berbeda, baik secara emosional maupun psikologis. Pada penderita kanker berjenis kelamin pria memiliki kecenderungan untuk menghadapi tantangan kesehatan dengan pendekatan yang lebih rasional dan berfokus pada penyelesaian masalah. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa pria mungkin memiliki kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka, yang dapat menyebabkan tingkat optimisme yang lebih rendah dalam jangka panjang, terutama jika mereka tidak memiliki dukungan sosial yang memadai. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Shi et al., 2023) menunjukkan bahwa pria cenderung menahan kekhawatiran mereka dan seringkali merasa terisolasi secara emosional, yang dapat mengurangi tingkat optimisme mereka. Namun sebaliknya, wanita biasanya lebih terbuka dalam mengekspresikan emosi mereka dan lebih cenderung mencari dukungan sosial, yang membantu mereka dalam menjaga optimisme selama proses perawatan. Wanita sering mengandalkan kelompok dukungan, teman, dan keluarga, yang dapat berperan besar dalam meningkatkan sikap positif mereka terhadap penyakit. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Segerstrom et al., 2017) menunjukkan bahwa wanita yang menderita kanker cenderung memiliki tingkat optimisme yang lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Hal ini

disebabkan oleh kemampuan mereka dalam membangun jaringan dukungan emosional yang lebih baik.

Pada penelitian ini di temukan bahwa terdapat 85% dari 40 responden memiliki skala optimisme pada tingkat yang tinggi dan terdapat 78% responden memiliki status menikah, hal ini menunjukkan bahwa Skala optimisme penderita kanker terkait erat dengan status pernikahan. Status pernikahan responden dapat memengaruhi tingkat optimisme individu, yang kemudian memengaruhi proses penyembuhan dan kesejahteraan emosional mereka. Pada Penderita kanker yang sudah menikah dan memiliki hubungan pasangan yang stabil cenderung memiliki Skala Optimisme yang lebih tinggi. Hal ini mungkin karena mereka mendapatkan dukungan emosional dan sosial dari pasangan. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Chen et al., 2024) menunjukkan bahwa penderita kanker yang menikah cenderung memiliki pandangan positif terhadap prognosis dan kemampuan untuk menghadapi tantangan selama perawatan. Dukungan ini berperan penting dalam membentuk harapan dan motivasi pasien, yang dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup. Dukungan sosial yang kuat dari pasangan maupun jaringan sosial lain berperan penting dalam membentuk pandangan positif pasien terhadap proses penyembuhan mereka. Dengan pemahaman terhadap dinamika ini, dapat dirancang intervensi yang sesuai untuk meningkatkan

kesejahteraan pasien kanker. Di lain pihak, pasien kanker yang tidak memiliki pasangan atau lajang sering mengalami tingkat stres dan kecemasan yang lebih tinggi. Tanpa sistem dukungan yang kuat, mereka mungkin merasa terisolasi dan kurang optimis tentang kemampuan mereka untuk mengatasi penyakit itu. Menurut penelitian oleh (Krajc et al., 2023), pasien kanker tanpa pasangan cenderung mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi dan optimisme yang lebih rendah, yang dapat mengganggu proses penyembuhan mereka. Penelitian oleh (Bai & Lazenby, 2015) menekankan pentingnya kualitas hubungan, bahwa dukungan emosional yang negatif atau konflik yang berkelanjutan dapat menurunkan tingkat optimisme dan memperburuk kesejahteraan psikologis penderita kanker.

Pada penelitian ini di temukan bahwa terdapat 85% dari 40 responden memiliki skala optimisme pada tingkat yang tinggi jika ditinjau dari stadium kanker saat ini terdapat 88% responden didiagnosis pada stadium II dan III. Salah satu hubungan yang paling jelas antara stadium kanker dan optimisme terletak pada prognosis. Kanker yang didiagnosis pada stadium awal (yakni stadium I atau II) umumnya memiliki prognosis yang lebih baik, dengan tingkat kesembuhan yang tinggi dan pengobatan yang lebih efektif. Pasien yang didiagnosis pada tahap awal biasanya lebih optimis karena mereka yakin bahwa penyakitnya dapat disembuhkan melalui pengobatan

medis yang tepat (Wei et al., 2017). Sebagai contoh, penderita kanker payudara atau prostat yang didiagnosis pada stadium I memiliki tingkat kelangsungan hidup lima tahun yang mendekati 90%, yang meningkatkan keyakinan pasien terhadap kesembuhan (Lin et al., 2023). Namun, pasien yang didiagnosis pada stadium lanjut (stadium IV) memiliki prognosis yang lebih buruk karena kanker telah menyebar ke organ lain atau melibatkan jaringan yang lebih luas. Stadium IV atau kanker metastatik sering kali berhubungan dengan penurunan harapan hidup, yang menyebabkan penurunan optimisme pasien. Sebuah riset pada tahun menemukan bahwa pasien dengan kanker paru-paru stadium IV mengalami penurunan optimisme yang signifikan, yang disebabkan oleh tingkat kelangsungan hidup yang rendah dan keterbatasan dalam pilihan pengobatan (Schenk et al., 2021). Pasien yang merasa bahwa pengobatan lebih ditujukan untuk memperpanjang hidup, bukan menyembuhkan, cenderung memiliki tingkat optimisme yang lebih rendah. Gejala fisik yang dialami oleh pasien kanker sangat tergantung dari stadium kanker dan berdampak pada tingkat optimisme mereka. Pada tahap awal, gejala mungkin masih ringan atau bahkan tidak terasa, sehingga pasien masih dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan sedikit gangguan. Kondisi fisik yang relatif stabil ini memungkinkan pasien untuk menjaga pandangan optimis terhadap masa

depan mereka (Board, 2023). Pasien dengan kanker kulit atau kanker tiroid stadium awal sering kali memiliki sedikit atau bahkan tidak ada gejala fisik yang signifikan, yang memungkinkan mereka untuk lebih optimis terhadap pengobatan yang mereka jalani, namun sebaliknya, pada tahap lanjut, gejala fisik seringkali lebih parah dan mengganggu kualitas hidup pasien. Rasa sakit kronis, kelelahan ekstrem, dan penurunan fungsi organ adalah gejala umum pada pasien kanker stadium IV yang dapat mengurangi optimisme mereka (Crawford et al., 2021). Pasien dengan kanker tulang stadium lanjut sering merasakan nyeri yang parah dan penurunan mobilitas, yang mempengaruhi keyakinan mereka dalam proses pemulihan. Sebuah studi menemukan bahwa gejala fisik yang parah sering terkait dengan peningkatan kecemasan dan depresi, yang kemudian dapat mengurangi optimisme pasien (Obispo-Portero et al., 2022).

Pada hasil penelitian dapat dilihat bahwa terdapat 85% dari 40 responden memiliki skala optimisme yang tinggi, jika ditinjau dari jenis kanker maka dapat dilihat bahwa terdapat penderita kanker serviks mencapai 50%, kanker payudara 18% dan 5% penderita kanker prostat. Prognosis kanker sangat erat kaitannya dengan skala optimisme pasien, dimana kanker dengan prognosis baik, seperti kanker payudara stadium awal, kanker tiroid, dan kanker prostat, sering kali dikaitkan dengan skala optimisme

yang lebih tinggi. Tingkat kelangsungan hidup lima tahun bagi penderita kanker payudara pada stadium awal adalah di atas 90%, hal ini meningkatkan harapan pasien terhadap kesuksesan pengobatan dan pemulihan. Pasien yang didiagnosis kanker-kanker ini biasanya memiliki peluang kesembuhan yang tinggi, terutama saat diagnosis dilakukan dalam stadium awal (Ginsburg et al., 2020). Di sisi lain, kanker dengan prognosis lebih buruk seperti kanker pankreas, paru-paru, dan hati cenderung mengurangi optimisme pasien. Jenis kanker ini sering kali terdeteksi sudah berada pada tahap lanjut sehingga penderita yang di diagnosis kanker ini memiliki tingkat kelangsungan hidup yang rendah, membuat pasien merasa berada dalam situasi yang sulit. (Cipora et al., 2023) menemukan bahwa pasien dengan kanker pankreas memiliki tingkat optimisme yang rendah karena prognosis yang buruk dan pengobatan yang terbatas, yang pada akhirnya meningkatkan rasa cemas dan depresi (Cipora et al., 2023). Selain itu, kanker yang bersifat agresif, seperti kanker otak dan kanker ovarium, sering kali membawa gejala fisik yang lebih parah dan kemungkinan kekambuhan yang tinggi, sehingga memengaruhi keyakinan pasien terhadap efektivitas pengobatan. Pasien dengan jenis kanker ini sering kali merasa pesimis, karena meskipun pengobatan tersedia, kemungkinan kesembuhan masih rendah (Gallagher et al., 2019).

Pada hasil penelitian ini didapatkan 85% dari 40 responden memiliki skala optimisme yang tinggi, jika ditinjau dari lama terdiagnosis kanker, maka terdapat 79% responden terdiagnosis antara 6 bulan – 3 Tahun. Reaksi awal terhadap diagnosis kanker sering dipengaruhi oleh ketidakpastian masa depan, ketakutan akan rasa sakit, dan kekhawatiran mengenai efek pengobatan seperti kemoterapi atau radioterapi. Pada tahap ini, tingkat optimisme mungkin lebih rendah, karena penderita kanker masih dalam proses menerima diagnosis dan memahami dampak dari penyakit tersebut. Pada tahap awal setelah diagnosis, respons psikologis penderita kanker sering kali sangat bervariasi. Banyak penderita kanker merasakan shock, kecemasan, atau ketakutan yang intens saat pertama kali didiagnosis dengan kanker, yang dapat mengurangi tingkat optimisme mereka (Seiler & Jenewein, 2019). Namun, dalam beberapa kasus, penderita kanker yang didiagnosis dengan kanker stadium awal dapat menunjukkan optimisme yang lebih tinggi pada tahap awal diagnosis, terutama jika mereka merasa bahwa pengobatan memiliki peluang tinggi untuk berhasil (Forte et al., 2022). Penderita kanker yang mendapat rencana pengobatan jelas, dukungan sosial, dan informasi tepat sering merasa lebih optimis karena merasa lebih terkendali atas situasinya. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa pada penderita kanker payudara stadium awal cenderung

memiliki optimisme tinggi setelah diagnosis, terutama jika prognosinya baik dan didukung oleh keluarga dan tenaga medis yang kuat. Meskipun pengobatan jangka panjang bisa menurunkan optimisme pada sebagian penderita kanker, banyak yang mampu mempertahankan atau bahkan meningkatkan optimisme melalui proses adaptasi psikologis yang berkelanjutan (Alvarez-Pardo et al., 2022). Saat berlalu, penderita kanker belajar beradaptasi dengan kondisi mereka, mengembangkan mekanisme koping yang efektif, dan menerima bahwa kanker adalah bagian dari kehidupan mereka (Walshe et al., 2017). Penderita kanker yang berhasil mencapai remisi jangka panjang atau mempertahankan kualitas hidup yang baik sering menemukan harapan baru, yang meningkatkan optimisme terhadap masa depan. Penelitian oleh Forte menyatakan bahwa penderita kanker yang telah didiagnosis selama lebih dari dua tahun dan menunjukkan stabilitas penyakit cenderung memiliki tingkat optimisme yang lebih tinggi daripada penderita kanker yang baru didiagnosis (Forte et al., 2022). Penyebabnya adalah kemampuan mereka dalam mengelola stres yang terkait dengan penyakit, serta adanya dukungan sosial yang berkelanjutan dari keluarga, teman, dan komunitas penderita kanker. Keberhasilan dalam mengatasi tantangan fisik dan mental selama pengobatan juga dapat memperkuat rasa kendali penderita kanker atas

penyakit mereka, yang akhirnya meningkatkan optimisme.

Mengingat penderita kanker perempuan yang telah menikah dan penderita kanker yang terdiagnosis lebih awal serta penderita yang mempunyai prognosis lebih baik, mereka lebih optimis, maka intervensi psikososial yang sesuai dengan faktor-faktor tersebut mungkin bisa lebih ditingkatkan, berupa Program dukungan dan konseling psikososial yang berfokus pada penderita kanker yang memiliki prognosis buruk, didiagnosis pada stadium lanjut, atau penderita yang belum menikah. Kelompok dukungan dengan pendekatan berbasis terapi kelompok akan dapat membantu meningkatkan skala optimisme dengan memberikan harapan dan dukungan emosional pada penderita kanker.

## SIMPULAN DAN SARAN

Skala optimisme penderita kanker dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berinteraksi, seperti jenis kelamin, status perkawinan, jenis kanker, stadium kanker, dan lama terdiagnosis. Skala Optimisme yang lebih tinggi dapat dijumpai pada penderita kanker yang berjenis kelamin perempuan, telah menikah, jenis kanker yang memiliki prognosis baik serta diagnosis kanker pada stadium awal. Memperhatikan hal tersebut maka dukungan sosial dan psikologis, bersama dengan intervensi yang tepat, maka akan sangat membantu penderita kanker dalam menjaga optimisme dan meningkatkan kualitas hidup serta hasil pengobatan mereka yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alvarez-Pardo, S., Romero-Pérez, E. M., Camberos-Castañeda, N., de Paz, J. A., Horta-Gim, M. A., González-Bernal, J. J., Mielgo-Ayuso, J., Simón-Vicente, L., Fernández-Solana, J., & González-Santos, J. (2022). Quality of Life in Breast Cancer Survivors in Relation to Age, Type of Surgery and Length of Time since First Treatment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph192316229>
- Applebaum, A. J., Stein, E. M., Lord-Bessen, J., Pessin, H., Rosenfeld, B., & Breitbart, W. (2014). Optimism, Social Support, and Mental Health Outcomes in Patients with Advanced Cancer. *Psycho-Oncology*, 23(3), 299. <https://doi.org/10.1002/PON.3418>
- Bai, M., & Lazenby, M. (2015). A Systematic Review of Associations between Spiritual Well-Being and Quality of Life at the Scale and Factor Levels in Studies among Patients with Cancer. *Journal of Palliative Medicine*, 18(3), 286–298. <https://doi.org/10.1089/jpm.2014.0189>

- Board, P. S. and P. C. E. (2023). Adjustment to Cancer: Anxiety and Distress (PDQ®). *PDQ Cancer Information Summaries*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK65960/>
- Chen, Q., Zhu, X., Hu, Y., Chen, Y., Dai, R., Li, J., Zhuang, J., Lin, Y., Zeng, Y., You, L., Zeng, Y., & Huang, Q. (2024). A study on the impact of marital status on the survival status of prostate cancer patients based on propensity score matching. *Scientific Reports*, *14*(1), 1–11. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-56145-8>
- Cipora, E., Czerw, A., Partyka, O., Pajewska, M., Badowska-Kozakiewicz, A., Fudalej, M., Sygit, K., Kaczmarski, M., Krzych-Fałta, E., Jurczak, A., Karakiewicz-Krawczyk, K., Wieder-Huszla, S., Banaś, T., Bandurska, E., Ciećko, W., Kosior, D. A., Kułak, P., & Deptała, A. (2023). Quality of Life in Patients with Pancreatic Cancer—A Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(6), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph20064895>
- Crawford, G. B., Dzierżanowski, T., Hauser, K., Larkin, P., Luque-Blanco, A. I., Murphy, I., Puchalski, C. M., & Ripamonti, C. I. (2021). Care of the adult cancer patient at the end of life: ESMO Clinical Practice Guidelines. *ESMO Open*, *6*(4), 100225. <https://doi.org/10.1016/J.ESMOOP.2021.100225>
- Forte, A. J., Guliyeva, G., McLeod, H., Dabrh, A. M. A., Salinas, M., Avila, F. R., & Perlman, A. (2022). The Impact of Optimism on Cancer-Related and Postsurgical Cancer Pain: A Systematic Review. *Journal of Pain and Symptom Management*, *63*(2), e203–e211. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2021.09.008>
- Gallagher, M. W., Long, L. J., Richardson, A., & D'Souza, J. M. (2019). Resilience and Coping in Cancer Survivors: The Unique Effects of Optimism and Mastery. *Cognitive Therapy and Research*, *43*(1), 32–44. <https://doi.org/10.1007/S10608-018-9975-9/METRICS>
- Gavrilov-Jerković, V., Jovanović, V., Žuljević, D., & Brdarić, D. (2014). When Less is More: A Short Version of the Personal Optimism Scale and the Self-Efficacy Optimism Scale. *Journal of Happiness Studies*, *15*(2), 455–474. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9432-0>
- Ginsburg, O., Yip, C. H., Brooks, A., Cabanes, A., Caleffi, M., Yataco, J. A. D., Gyawali, B., McCormack, V., de Anderson, M. M. L., Mehrotra, R., Mohar, A., Murillo, R., Pace, L. E., Paskett, E. D., Romanoff, A., Rositch, A. F., Scheel, J. R., Schneidman, M., Unger-Saldaña, K., ... Anderson, B. O. (2020). Breast Cancer Early Detection: A Phased Approach to Implementation. *Cancer*, *126*(S10), 2379–2393. <https://doi.org/10.1002/cncr.32887>
- H, S., J, F., RL, S., M, L., I, S., A, J., & F, B. (2021). Global Cancer Statistics 2020: GLOBOCAN Estimates of Incidence and Mortality Worldwide for 36

- Cancers in 185 Countries. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*, 71(3), 209–249. <https://doi.org/10.3322/CAAC.21660>
- Krajc, K., Mirošević, Š., Sajovic, J., Klemenc Ketiš, Z., Spiegel, D., Drevenšek, G., & Drevenšek, M. (2023). Marital status and survival in cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *Cancer Medicine*, 12(2), 1685–1708. <https://doi.org/10.1002/cam4.5003>
- Lin, J., Noursome, D., Jiang, J., Chesnut, G. T., Shriver, C. D., & Zhu, K. (2023). Five-year survival of patients with late-stage prostate cancer: comparison of the Military Health System and the U.S. general population. *British Journal of Cancer*, 128(6), 1070–1076. <https://doi.org/10.1038/s41416-022-02136-3>
- Mens, M. G., Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2020). Optimism and Physical Health. *The Wiley Encyclopedia of Health Psychology*, 385–393. <https://doi.org/10.1002/9781119057840.CH88>
- Obispo-Portero, B., Cruz-Castellanos, P., Jiménez-Fonseca, P., Rogado, J., Hernandez, R., Castillo-Trujillo, O. A., Asensio-Martínez, E., González-Moya, M., Carmona-Bayonas, A., & Calderon, C. (2022). Anxiety and depression in patients with advanced cancer during the COVID-19 pandemic. *Supportive Care in Cancer*, 30(4), 3363–3370. <https://doi.org/10.1007/s00520-021-06789-3>
- Schenk, E. L., Patil, T., Pacheco, J., & Bunn, P. A. (2021). 2020 Innovation-Based Optimism for Lung Cancer Outcomes. *Oncologist*, 26(3), e454–e472. <https://doi.org/10.1002/onco.13590>
- Seegerstrom, S. C., Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2017). Optimism. In M. D. Robinson & M. Eid (Eds.), *The Happy Mind: Cognitive Contributions to Well-Be* (pp. 195–212). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-58763-9\\_11](https://doi.org/10.1007/978-3-319-58763-9_11)
- Seiler, A., & Jenewein, J. (2019). Resilience in cancer patients. *Frontiers in Psychiatry*, 10(April). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00208>
- Shi, X., Wang, F., Xue, L., Gan, Z., Wang, Y., Wang, Q., & Luan, X. (2023). Current status and influencing factors of spiritual needs of patients with advanced cancer: a cross-sectional study. *BMC Nursing*, 22(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12912-023-01306-9>
- Smith, H. R. (2015). Depression in cancer patients: Pathogenesis, implications and treatment (review). *Oncology Letters*, 9(4), 1509–1514. <https://doi.org/10.3892/ol.2015.2944>
- Walshe, C., Roberts, D., Appleton, L., Calman, L., Large, P., Lloyd-Williams, M., & Grande, G. (2017). Coping well with advanced cancer: A serial qualitative interview study with patients and family carers. *PLoS ONE*, 12(1), 1–25. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169071>

- Wei, W., Li, N., Sun, Y., Li, B., Xu, L., & Wu, L. (2017). Clinical outcome and prognostic factors of patients with earlystage epithelial ovarian cancer. *Oncotarget*, 8(14), 23862–23870. <https://doi.org/10.18632/oncotarget.13317>
- Wevers, M. R., Schou-Bredal, I., Verhoef, S., Bleiker, E. M. A., Hahn, D. E. E., Brouwer, T., Kieffer, J. M., Ausems, M. G. E. M., & Aaronson, N. K. (2020). Psychological distress in newly diagnosed breast cancer patients: an observational study comparing those at high risk of hereditary cancer with those of unknown risk. *Journal of Psychosocial Oncology Research & Practice*, 2(1), e18. <https://doi.org/10.1097/or9.00000000000018>