Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker merupakan salah satu penyakit kronis yang mematikan di dunia. Pada tahun 2015 terdapat 1.658.370 kasus kanker dengan 589.430 orang berakhir pada kematian, pada tahun 2016 terdapat 1.685.210 kasus kanker dengan 595.690 orang berakhir pada kematian. Pada tahun 2017 diperkirakan sekitar 1.688.780 kasus kanker terdapat 600.920 orang berakhir pada kematian (*Data American Cancer Society* 2015; 2016; 2017). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa penderita kanker dari tahun ke tahun semakin meningkat, maka hal ini menunjukkan perlu adanya perhatian yang serius. Jika tidak diambil tindakan pengendalian yang memadai, diperkirakan terjadi peningkatan kejadian kanker di dunia sebanyak 300 persen pada tahun 2030 (Kemenkes, 2016).

Salah satu jenis kanker yang mengalami peningkatan adalah kanker payudara. *World Health Organization* (WHO) mengungkapkan terjadi peningkatan jumlah kanker payudara disetiap tahunnya mencapai 6,25 juta orang dan dua pertiganya berasal dari negara berkembang termasuk Indonesia (Kemenkes, 2013). Berdasarkan data dari rekam medik RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau, kanker payudara merupakan jenis kanker dengan insiden tertinggi menduduki peringkat pertama dibanding jenis kanker lainnya. Pada tahun 2015 terdapat 5.459 jumlah kunjungan dengan 614 kasus baru, kemudian mengalami peningkatan ditahun 2016 menjadi 6.917 jumlah kunjungan dengan 356 kasus

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

baru, sedangkan pada tahun 2017 terhitung dari januari hingga oktober sebanyak 6.809 jumlah kunjungan dengan 351 kasus baru.

Jumlah kematian akibat kanker payudara juga cenderung mengalami peningkatan disetiap tahunnya. Pada tahun 2015 tercatat 10 orang yang mengalami kematian akibat kanker payudara, kemudian mengalami peningkatan menjadi 42 orang pada tahun 2016. Pada tahun 2017 terhitung dari bulan januari sampai Oktober sebanyak 41 orang (*Medical Record* RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau, 2017).

Kanker payudara mengakibatkan terjadinya masalah dalam kondisi fisik, sosial dan psikologis. Masalah fisik yang dialami penderita kanker payudara seperti kesulitan dalam melakukan aktivitas berat, kesulitan berolahraga, dan merasa cepat lelah dibandingkan dengan keadaan sebelum sakit (Guntari & Suariyani, 2016). Selanjutnya hasil penelitian Smith (2015) memaparkan bahwa gejala fisik yang tejadi seperti terdapat perubahan pada payudara, rambut rontok dan diikuti dengan hilangnya bulu alis pada saat melakukan kemoterapi. Penampilan perubahan citra tubuh tersebut menjadi sumber ketidakpuasan bagi wanita penderita kanker payudara.

Penderita kanker payudara yang akan ataupun sudah melakukan *mastektomi* (pengangkatan payudara) memiliki kepuasan hidup yang rendah. Hal ini karena tindakan *mastektomi* mengharuskan untuk mengangkat seluruh kelenjar payudara yang dapat menyebabkan penderita kanker payudara memiliki citra tubuh yang negatif, terutama karena payudara merupakan salah satu simbol

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

feminitas bagi perempuan, sehingga hal ini sangat berpengaruh dengan kepuasan hidup (Harlianty & Ediati, 2016).

Secara sosial, penderita kanker payudara yang telah melakukan mastektomi memiliki rasa malu yang tinggi (Moreira & Canavarro,2010). Hal ini menyebabkan penderita kanker payudara mengalami masalah dalam proses interaksi sosial seperti pergaulan yang terbatas karena individu menarik diri dari keluarga dan teman sebaya serta individu akan sulit menghidupkan kembali hubungan sosial yang normal (Taylor, 2006).

Permasalahan yang mendasar lainnya adalah masalah psikologis. Penderita kanker payudara akan mengalami perubahan psikis yang nyata ketika mengetahui bahwa dirinya divonis menderita kanker payudara. Malik dan Kiran (2013) dari hasil review 17 literatur memaparkan mengenai dampak psikologis penderita kanker payudara menunjukkan prevalensi tertinggi yaitu depresi dan kecemasan. Selain itu hasil penelitian Baqutayan (2012) melaporkan tingginya level stres pada penderita kanker payudara.

Penderita kanker payudara yang mengalami stres dapat menurunkan fungsi kekebalan tubuh dan dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan sel kanker (Smith, Lutgendorf & Sood, 2010). Selain stres, kondisi depresi juga memperburuk keadaan dan kesehatan penderita kanker payudara. Sesuai dengan Blazer (dalam Arjadi, 2012) memaparkan bahwa salah satu dampak serius dari depresi adalah penurunan fungsi keseharian yang dapat mempercepat kematian.

Beberapa penelitian di atas menunjukkan bahwa penderita kanker payudara mengalami kepuasan hidup yang rendah dan banyak mengalami afek

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

negatif daripada afek positif didalam kehidupan penderita kanker payudara. Kepuasan hidup, afek positif dan negatif tersebut merupakan komponen kebahagiaan (Diener, Scollon & Lucas, 2003). Dengan demikian, penderita kanker payudara perlu mengupayakan kebahagiaan yang optimal karena dapat berdampak baik pada kesehatan dan umur panjang (Danner, Snowdon dan Friesen; 2001, Roysamb, Neale, Tambs, Kjennerud dan Harris; 2003). Menurut Martin, Ryffdan Steptoe (dalam Sadler, Miller, Christiaensen & McGue, 2011) kebahagiaan dapat memperpanjang umur karena memicu terjadinya peningkatan fungsi neuroendokrin dan sistem kardiovaskular (Presman & Cohen dalam Sadler, Miller, Christiaensen & McGue, 2011). Individu yang memiliki kebahagiaan yang tinggi dilaporkan bahwa memiliki kesehatan yang baik dan hanya memiliki sedikit gejala fisik yang tidak menyenangkan (Roysamb, Neale, Tambs, Kjennerud dan Harris, 2003).

Seligman (2002) menyatakan bahwa emosi positif layak untuk dipelihara, karena menjadi sarana untuk mencapai pertumbuhan psikologis. Ketika penderita merasa bahagia dengan kehidupan yang dijalani maka akan mendapatkan banyak manfaat, baik berkenaan dengan kesehatan mental maupun fisiknya. Salah satu manfaat kebahagiaan yang diperoleh oleh penderita kanker payudara adalah dapat meningkatkan kesehatan individu. Sebagaimana hasil penelitian Mayo Clinic (dalam Seligman, 2002) mengungkapkan bahwa orang-orang bahagia cenderung lebih sehat dan memiliki sistem kekebalan tubuh yang lebih kuat dibandingkan orang yang tidak bahagia.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

Kebahagiaan individu tentunya dipengaruhi oleh aspek fisik dan psikologis. Cara berpikir merupakan aspek psikologis yang memainkan peran penting dalam kehidupan manusia. Mousavi, Esmaeili dan Saless (2015) menjelaskan berpikir positif sebagai cara untuk memperbaiki berbagai aspek kehidupan manusia. Lebih lanjut Mousavi, Esmaeili dan Saless (2015) memaparkan berpikir positif dapat meningkatkan kualitas hidup dan ketahanan pada penderita kanker dan akan memperbaiki kehidupan penderita. Hal ini disebabkan Carver (dalam Naseem & Khalid, 2010) pemikir positif menghadapi keadaan dengan optimisme dan jika mereka menghadapi situasi stres, maka akan mengontrol dan menggunakan strategi penanggulangan yang fungsional, efisien dan fokus pada masalah. Kehidupan pemikir positif berjalan dengan baik, tujuan terpenuhi dan sumber daya yang memadai.

Menurut Dian (2016) berpikir positif adalah sumber kebahagiaan. Berpikir positif mampu menghasilkan enzim endogen yang dibutuhkan oleh tubuh untuk regenerasi sel baru. Pikiran positif juga menghasilkan pola perilaku yang mendorong pada sikap hidup sehat. Selain itu bisa mendorong pada berbagai cara pandang yang menyebabkan jiwa terasa penuh. Berbagai kualitas yang dimiliki oleh pikiran positif itulah yang membawa individu menemukan kebahagiaan di dalam diri.

Hasil penelitian yang dilakukan Thatcher (2014) memperlihatkan bahwa berpikir positif selama 3 minggu menghasilkan kebahagiaan dan kebugaran fisik sehari-hari serta dapat menjadi kebiasaan yang sehat. Sebagaimana juga dikemukakan oleh Keshavarz dan Vafaeian (dalam Panahi Mozhgan, 2016)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyatakan bahwa ada hubungan berpikir positif antara kesehatan tubuh, hubungan sosial dan keluarga, optimisme tentang masa depan dan kebahagiaan. Selain itu penelitian juga menunjukkan bahwa keterampilan berpikir positif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan (Moaser, 2016; Panahi, 2016).

Berpikir positif memberikan kontribusi dalam memunculkan afek positif dan kepuasan untuk mencapai kebahagiaan dalam hidup. Dengan demikian perlu benar-benar memanfaatkan kekuatan pikiran yang individu miliki. Dian (2016) dengan mengasup pikiran positif dalam jumlah banyak, maka individu dapat menjaga stabilitas emosi dan perasaan. Dengan demikian, berfikir positif sangat penting untuk dilakukan oleh penderita penyakit kanker payudara untuk tetap hidup bahagia meskipun dalam keadaan sakit.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu apakah terdapat hubungan antara berpikir positif dengan kebahagiaan pada penderita kanker payudara?

C. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara berpikir positif dengan kebahagiaan pada penderita kanker payudara.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

D. Keaslian Penelitian

Penelitian yang berkaitan dengan kebahagiaan telah banyak diteliti sebelumnya, namun masih sedikit yang menghubungkannya dengan berpikir positif. Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Ismuniar (2013) meneliti gambaran kebahagiaan penderita kanker serviks pada dewasa awal. Hasil penelitian menunjukkan gambaran kebahagiaan penderita kanker serviks pada usia dewasa awal di Yayasan Kanker Indonesia yang berlokasi di Surabaya didukung oleh aspek-aspek kebahagiaan yaitu terjalinnya hubungan yang positif dengan orang lain, keterlibatan penuh, penemuan makna dalam keseharian, optimisme yang realistis, dan resiliensi.

Penelitian lainnya yang membahas kebahagiaan yaitu dilakukan oleh Serena Thatcher (2014) dengan judul *Making a Habit of Happiness: A Three Week Lived Experience of Positive Thinking* menunjukkan bahwa kebahagiaan dapat ditingkatkan dengan berpikir positif. Terdapat 3 poin kunci yang dapat membuat kebahagiaan menjadi kebiasaan. pertama, memulai komitmen untuk bersikap positif. Kedua, menggunakan afirmasi positif untuk mencapai kebahagiaan dan dapat menghentikan pikiran negatif yang datang. Ketiga, hanya dengan bernafas. Hembusan nafas yang dalam dapat membuat kembali pada jalur positif.

Penelitian selanjutnya Muchamad Mutohar (2015) juga meneliti kekuatan berpikir positif untuk mencapai kesembuhan yang menggunakan studi kualitatif terhadap pasien kanker payudara RS Kuriadi Semarang. Hasil penelitian ini menunjukkan berpikir positif memberi kontribusi dalam proses meraih

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kesembuhan karena apa yang dipikirkan berpengaruh pada seluruh anggota tubuh pasien. Dengan berpikir positif memunculkan kepasrahan, ketabahan, kepercayaan diri untuk sembuh yang pada akhirnya menghantarkan kesembuhan dari penyakit yang dideritanya dalam waktu singkat.

Selain itu Moaser (2016) meneliti *Effectivenes of positive thinking skills Training on Hamedan Students Anxiety and Happines.* Hasil dari penelitian yang dilakukan Moaser menunjukkan bahwa pelatihan keterampilan berpikir positif efektif dalam meningkatkan kebahagiaan siswa dan metode yang diterapkan dalam penelitian ini dapat menjadi metode yang tepat untuk intervensi psikologis, pendidikan, konseling dan terapi.

Panahi (2016) juga meneliti hal yang sama yang berjudul *Impacts of positive thinking skils up on happines and academic performance of first level high school girls of Shirvan.* Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan berpikir positif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan dan prestasi akademik pada siswa sekolah menengah pertama.

Penelitian-penelitian yang dipaparkan di atas akan dijadikan referensi untuk mengembangkan sebuah penelitian yang berbeda dari penelitian yang sebelumnya. Perbedaannya pada penelitian sebelumnya terletak pada metode dan subjek yang digunakan. Pada penelitian sebelumnya ada yang menggunakan metode studi kualitatif dan eksperimen sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Penelitian sebelumnya juga ada yang menggunakan siswa sebagai subjek penelitiannya namun pada penelitian ini menggunakan subjek penelitian penderita kanker payudara.

UIN SUSKA RIAU
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
UIN SUSKA RIAU

E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan dalam psikologi, khususnya psikologi positif mengenai berpikir positif dan kebahagiaan pada penderita kanker payudara. Selain itu hasil penelitian ini juga dapat dilanjutkan dengan penelitian lain yang dilakukan pada kelompok subjek dengan karakteristik yang berbeda.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi penderita kanker payudara, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi sehingga penderita kanker payudara senantiasa berpikir positif untuk meningkatkan kebahagiaan subjektifnya.

2) Bagi rumah sakit, dapat menjadi sarana inspirasi untuk membuat suatu program kegiatan yang dapat meningkatkan kebahagiaan penderita kanker payudara. Misalnya dalam bentuk psikoedukasi ataupun latihan berpikir positif.