

## 5. KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan ketiga subjek penelitian telah mencapai tahap tertinggi dari lima sikap umum yang dilewati oleh seseorang yang mengalami peristiwa tragis. Dari lima sikap umum yang dikemukakan oleh dr. Kubler Ross, maka hanya dua dari tiga subjek yang mengawali respon dari penderitaan dengan tahap *denial*, yaitu sedang satu orang subjek mengawali dengan sikap *anger*. Satu dari tiga subjek mengawali responnya dengan *denial* kemudian dilanjutkan dengan sikap *anger*. Kemudian pada ketiga subjek ditemukan pula sikap *bargaining*. Setelah tiga sikap dilalui, maka ketiga subjek mulai mengembangkan sikap *acceptance*. Hal ini berarti ketiga subjek tidak pernah melalui sikap keempat, yaitu *depression* terhadap peristiwa tragis yang dialami. Untuk lebih jelasnya, maka peneliti menjabarkan dalam bentuk tabel dibawah ini.

Meskipun ketiga subjek tidak mengalami semua tahapan sikap yang dijabarkan oleh dr. Kubler Ross, namun tidak menghalangi ketiga subjek dalam meraih makna hidup. Berdasarkan hasil analisis, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa ketiga subjek telah memperoleh makna atas penderitaan yang dialami dan sesuai dalam Bastaman (2007), bahwa seseorang yang telah berhasil menemukan makna dalam hidupnya, maka dapat memperoleh *happiness* sebagai kompensasi atau akibat sampingannya.

Pemaknaan hidup yang berhasil dihayati kembali, diraih ketiga subjek dengan memaknai penderitaan tersebut sebagai suatu cobaan dalam hidup serta teguran untuk memperbaiki diri. Motivasi yang dimiliki subjek sebagai upaya mencapai kesembuhan, diperoleh ketiganya dengan menyadari peran ketiga subjek sebagai tulang punggung keluarga ataupun sebagai ibu dari anak-anak yang masih kecil.

Proses pencapaian makna hidup pada ketiga subjek dijabarkan melalui sumber-sumber nilai yang dihayati. Pada ketiga subjek ditemukan

dua dari tiga sumber nilai yang dikemukakan oleh Frankl dalam Bastaman (2007) dan satu sumber nilai yang ditambahkan oleh Bastaman, yaitu *hopeful values*.

Selain dari tiga sumber nilai yang membantu subjek dalam menemukan makna atas penderitaan yang dialami, berdasarkan hasil analisis peneliti berhasilnya para subjek dalam meraih kembali kebermaknaan hidup, juga merupakan hasil dari berbagai cobaan hidup yang pernah dialami sebelumnya. *Experiential values* dan *attitudinal values* yang berhasil dihayati oleh subjek, menurut ketiganya merupakan sikap yang dikembangkan dari berbagai penderitaan hidup sebelumnya tersebut.

## 5.2. Diskusi

Sebuah studi longitudinal mengenai kanker berespon oleh Epping-Jordan, Compas, & Howell (1994), menunjukkan bagaimana seseorang bereaksi terhadap *stressor* sama pentingnya dengan *stressor* itu sendiri dalam memprediksi efek-efek dari perubahan fisik dan emosional. Dalam penelitian tersebut dijelaskan pula reaksi penderita kanker dengan mengembangkan sikap *denial* atau *avoidant* terhadap penyakit yang diderita bukanlah hal yang tepat. Tipe *coping* jenis ini juga diungkapkan oleh Heim, Valach, & Schaffner, 1997, justru malah dapat lebih meningkatkan tingkat *stress*. Untuk lebih jauhnya sikap *denial* atau *avoidance coping* ini oleh Roesch & Weiner, 2001, dinyatakan sebagai metode yang paling tidak efektif dalam banyak kasus permasalahan (dalam Kring, Davidson, Neale, & Johnson, 2007).

Meskipun demikian, dalam literatur yang sama periode *denial* yang dialami seseorang pada masa awal penderitaan dapat berkembang menjadi suatu perilaku yang lebih sesuai dengan keadaan faktual. Hal ini juga dapat sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh dr. Ross mengenai lima tahapan sikap. Teori yang menjadi landasan peneliti dalam menganalisis kasus pada penelitian ini, menyatakan bahwa seseorang yang mengalami peristiwa tragis pada banyak kasus tidak dapat secara langsung mencapai

tahap *acceptance* dalam memaknai penderitaannya, melainkan harus melewati berbagai tahapan lainnya terlebih dahulu (dalam Bastaman, 1996).

Adanya berbagai tahapan sikap yang umum dilewati dalam berespon terhadap peristiwa tragis dalam teori dr. Ross tersebut, ternyata tidak semua subjek mengawali respon sikapnya sesuai dengan teori tersebut. Satu dari ketiga subjek dinyatakan tidak pernah mengalami periode *denial*.

Perbedaan sikap yang dikembangkan individu dalam berepon terhadap situasi *stress* yang dialami, dijelaskan dalam Kring, Davidson, Neale, & Johnson (2007), terkait dengan *individual differences*. Dalam literatur tersebut dipaparkan dua jenis *coping stress* yang dapat dilakukan oleh seseorang, yaitu *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping*. *Emotional focused coping* seperti mencari ketenangan melalui keimanan terhadap Tuhan, menjadi salah satu alternatif cara dalam mencapai tahap *acceptance*. Pada studi lainnya yang dilakukan oleh Epel, McEwen, & Ickovics, 1998, dikemukakan *spiritual growth* dalam menghadapi peristiwa tragis dapat berespon dengan lebih baik terhadap *stressor* dan mampu mengembangkan tingkah laku adaptif (dalam Kring, Davidson, Neale, & Johnson, 2007).

*Spiritual growth* yang menjadi pendorong individu dalam mengembangkan tingkah laku yang sesuai dengan penderitaan yang dialami, sesuai dengan ketiga kasus yang dianalisis dalam penelitian ini. Ketiga subjek memperoleh ketenangan dan berhasil meraih *acceptance* salah satunya dengan cara mengahayati satu dari tiga sumber nilai yang diungkapkan oleh Frankl dalam Bastaman 2007 sebagai *experiential values*.

Selain *spiritual growth* yang dapat menjadi motivator bagi individu dalam mencapai tahap *acceptance*, *seeking comfort from others* atau mencari *social supports* sering pula dilakukan oleh seseorang yang mengalami suatu penderitaan dalam hidupnya untuk mengurangi tingkat *stress* yang dialami. Penelitian yang dijelaskan pada Kaplan et. al., 1994,

juga menyatakan individu yang memiliki relasi yang lebih banyak, cenderung memiliki tingkat mortalitas yang lebih tinggi.

Dalam *American Journal of Psychotherapy* (Vol. 54, 2000), penderita kanker yang memiliki hubungan dekat dengan orang lain dapat membantu dalam meningkatkan motivasi untuk bertahan hidup. Pada kasus yang dialami pada ketiga subjek, diakui ketiganya, *social supports* merupakan salah satu hal yang membantu mereka dalam mencapai tahap *acceptance*.

Konflik pernikahan yang dialami oleh dua dari tiga orang subjek dalam penelitian ini diakui oleh keduanya memberikan dampak yang buruk terhadap keadaan emosional mereka. Konflik pernikahan seperti mengalami diselingkuhi oleh suami, Robles & Kiecolt-Glaser, 2004, masih dalam literatur yang sama, mengungkapkan bahwa hal tersebut dapat memberikan efek negatif terhadap *cardiovascular reactivity*, sistem imun, dan sistem endokrin. Keadaan sistem imun yang rendah seperti yang telah dijelaskan peneliti pada bagian tinjauan literatur dapat meningkatkan resiko individu untuk menderita kanker atau dapat memperburuk kondisi penderita.

Satu dari dua subjek yang mengakui memiliki konflik dalam rumah tangganya lebih berat dalam menjalani pengobatan tanpa adanya dukungan dari suami. Sedangkan, satu subjek lainnya yang pernah mengalami konflik serupa sudah dapat mengatasi permasalahan tersebut dan rumah tangganya kembali harmonis.

Meskipun berbagai penderitaan yang pernah dilalui ketiga subjek seperti mengalami konflik dalam rumah tangga, perselingkuhan, kematian suami, serta kemiskinan dapat menjadi *stressor*, sehingga dapat meningkatkan faktor resiko penyakit, namun hal-hal tersebut dapat membantu ketiga subjek dalam mencapai makna atas penderitaannya. Berbagai penderitaan yang dilalui oleh ketiganya dapat dijadikan sebagai sarana untuk 'melatih' diri menjadi lebih kuat menghadapi penderitaan dalam hidup.

Kesabaran serta meningkatkan keimanan pada Tuhan yang oleh ketiganya dijadikan sumber nilai dalam memaknai penderitaan yang dialami, merupakan hal-hal yang telah ia dapatkan dari berbagai penderitaan yang pernah dialami sebelumnya. Dengan memiliki berbagai penderitaan yang pernah dilalui dan mengingat kembali bagaimana seseorang pernah melalui penderitaan yang dialami, menurut studi mengenai proses kognitif yang dilakukan oleh Frederic Bartlett dalam *American Journal of Psychotherapy* (Vol. 54, 2000), merupakan suatu usaha untuk mencapai makna hidup.

Dalam sejumlah penelitian diungkapkan rendahnya tingkat sosial ekonomi dapat menyebabkan buruknya kesehatan individu. Pada kasus yang diangkat dalam penelitian ini, ketiga subjek juga menceritakan mereka bukanlah dari keluarga yang berkecukupan. Kondisi perekonomian yang buruk bahkan pada salah satu subjek diakui hal tersebut menjadi sumber stressor utama dan membuatnya kerap kali mengalami *insomnia*. Memperburuk kondisi emosional dan fisiknya. Lebih jauh lagi dalam penelitian yang dilakukan selama bertahun-tahun disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara tingkat mortalitas individu terhadap status sosial ekonomi (Kring, Davidson, Neale, & Johnson, 2007).

Buruknya kesehatan dapat pula terjadi karena pola hidup tidak sehat yang dapat meningkatkan faktor resiko terjadinya penyakit (Lantz et. al., 1998). Pada penyakit ca cx salah satu penyebab terinfeksi virus HPV terjadi karena melakukan hubungan seksual yang tidak sehat, seperti *multiple sexual partners*. Satu dari dua subjek yang mengidap penyakit tersebut mengakui suaminya berselingkuh dengan PSK, sebelum akhirnya menikahi selingkuhannya tersebut. Hal kemudian dapat menjadi penyebab terinfeksi virus tersebut pada subjek.

Selain itu, faktor pendidikan juga turut mempengaruhi cara subjek dalam berespon terhadap penyakitnya. Rendahnya tingkat pendidikan mengakibatkan subjek menganggap bahwa penyakit yang dideritanya merupakan suatu penyakit yang menular dan berbahaya. Bahkan ketidakpahaman mengenai penyakit ini, membuat salah satu subjek mengalami

periode isolasi diri. Taylor (1998), kondisi ini pada akhirnya dapat meningkatkan beban psikologis penderita, karena berkurangnya jumlah *significant others* yang dapat meningkatkan motivasinya dalam menghadapi penyakit yang diderita.

Rendahnya tingkat pendidikan tidak hanya berkaitan dengan *coping stress* yang dilakukan penderita, melainkan juga dapat lebih memperburuk keadaannya. Kurangnya pengetahuan ketiga subjek mengenai kanker serviks, mengakibatkan ketiganya terlambat ditangani, sehingga membutuhkan proses penyembuhan yang tidak mudah dan menyakitkan. Hal ini kemudian dapat mengakumulasi beban yang ditanggung penderita, yaitu beban emosional. Beban emosional, berupa rasa takut menghadapi kematian, proses pengobatan ataupun perasaan tidak berharga karena defisiensi fisik yang dialami menghambat ketiga subjek dalam menjalani berbagai peran dalam keluarga.

Kondisi penderita yang tidak dapat menjalani peran kembali di dalam keluarganya, kemudian menghambat penderita dalam menemukan kembali makna hidup melalui sumber nilai kreatif atau *creative values*, yaitu sumber makna hidup yang diperoleh melalui kegiatan berkarya, bekerja, dan melaksanakan tugas serta kewajiban sebaik-baiknya dengan penuh tanggung jawab (Bastaman, 2007). Ketiga subjek yang sebelum terdiagnosis turut ikut mencari pemasukkan keluarga, harus terpaksa berhenti bekerja setelah didiagnosis penyakit mematikan tersebut. Satu dari tiga subjek, bahkan karena menyadari dirinya yang tidak bisa menjalani perannya kembali demi kebahagiaan suami dan ketiga anaknya. Subjek tersebut juga untuk sementara membiarkan ibunya yang mengasuh dan merawat putra bungsunya, selagi ia menjalani proses pengobatan.

### 5.3. Saran

Peneliti menyadari penelitian yang dilakukan ini jauh dari kesempurnaan. Kekurangan-kekurangan yang dimiliki merupakan akibat dari keterbatasan peneliti sendiri, seperti keterbatasan waktu serta ruang lingkup dari teori yang mendasari penelitian itu sendiri. Oleh karena itu

untuk memperbaiki penelitian selanjutnya yang mengangkat tema serupa, peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat dilakukan, yaitu :

1. Dalam penelitian ini, peneliti tidak memberikan karakteristik sampel penelitian dengan membatasi tingkat pendidikan minimal dari subjek penelitian. Tidak dibatasinya hal tersebut, pada akhirnya mengakibatkan peneliti kesulitan dalam melakukan wawancara secara mendalam. Oleh karena itu, untuk penelitian selanjutnya yang ingin meneliti dengan topik yang serupa, hendaknya memberikan batasan tingkat pendidikan tersebut dengan batasan minimal tingkat SMU.
2. Penjalinan *rapport* merupakan hal yang paling esensial dalam membangun hubungan antara peneliti dan subjek agar dapat memudahkan peneliti dalam melakukan wawancara secara mendalam. Pada penelitian ini, karena keterbatasan waktu yang dialami oleh peneliti, *rapport* dijalin sehari sebelum dan atau sesaat sebelum wawancara dilakukan. Waktu yang sempit dalam penjalinan *rapport*, menyebabkan peneliti mengalami kesulitan dalam melakukan interview.
3. *Significant others* yang menurut ketiga subjek memiliki peranan yang penting dalam meraih kembali kebermaknaan hidup, pada selanjutnya dapat pula menjadi data tambahan bagi penelitian. Pada penelitian selanjutnya, hendaknya peneliti tidak hanya berfokus pada subjek penelitian, namun dapat pula menggali informasi melalui *significant others* subjek untuk memperoleh data yang lebih kaya. *Significant others* juga tidak hanya dapat digunakan sebagai narasumber tambahan, melainkan dapat pula dijadikan sebagai subjek pada penelitian berikutnya. Sehingga dapat dilihat bagaimana dinamika yang terjadi pada *significant others* dalam menghadapi orang terdekat yang mengalami peristiwa tragis.
4. Frankl menjelaskan dalam Bastaman (2007), bahwa berhasilnya seseorang dalam mencapai kembali kebermaknaan hidup, tidak dapat dilepaskan dari kepribadian individu tersebut. Dalam penelitian ini dimana peneliti menggunakan teori logoterapi sebagai landasan untuk menganalisis, belum mengaitkan hasil penelitian dengan teori-teori kepribadian. Oleh karena itu, pada penelitian berikutnya mengenai topik ini, penelitian dapat

difokuskan dengan melihat dinamika seseorang dalam meraih kembali kehidupan bermakna ditinjau dari kepribadian individu tersebut.

