

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Kanker Payudara

1. Definisi kanker payudara

Kanker payudara (*Carcinoma mammae*) merupakan suatu kondisi sel-sel dalam jaringan payudara telah kehilangan pengendalian sehingga mulai tumbuh secara abnormal dan berkembang dengan cepat menyebar ke jaringan disekitarnya bahkan dapat menyebar ke organ lainnya. Kanker payudara merupakan kanker yang berasal dari kelenjar payudara, saluran kelenjar, dan jaringan penunjang payudara (Rochmawati, Prabawati, and Djalaluddin 2021).

2. Karakteristik kanker payudara

a. Karsinoma *in-situ*

Karsinoma *in-situ* merupakan kondisi sel-sel epitel ganas ditemukan di dalam pembuluh darah atau lobulus. Karsinoma *in-situ* tidak menyebar melampaui membran dasar. Pada umumnya terdapat 2 jenis karsinoma *in situ* menurut pola pertumbuhannya yaitu karsinoma ductal *in-situ* (DCIS) dan karsinoma lobular *in-situ* (LCIS) (Krisdianto 2019). Adapun uraian masing – masing komponen yaitu sebagai berikut :

1) Karsinoma Ductal In-Situ (DCIS)

Karsinoma Ductal In-Situ (DCIS) merupakan lesi berukuran kecil biasanya tidak dapat diraba maupun dirasakan yang dapat menyebar menginfeksi semua pembuluh darah dan lobulus pada payudara (Krisdianto 2019).

2) Karsinoma Lobular In-Situ (LCIS)

Karsinoma Lobular In-Situ (LCIS) merupakan kondisi sel yang bersifat klonal (terus memperbanyak diri atau berkembang) yang tumbuh pada membran dasar payudara (Krisdianto 2019).

b. Karsinoma invasif

Karsinoma invasif atau disebut karsinoma infiltrasi merupakan kondisi kanker yang terus tumbuh dan menyebar melewati jaringan membran dasar. Pertumbuhan dapat terus berlanjut sampai menembus jaringan parenkin payudara, menuju ke ruang limfatik, dan menyebar ke kelenjar getah bening atau jaringan sekitar. Karsinoma invasif dibagi berdasarkan sitologi, pola pertumbuhan sel, sekresi, fitur arsitektural, dan perilaku biologis (Krisdianto 2019).

1) *Invasive (Infiltrating) Ductal Carcinoma (IDC)*

Invasive (Infiltrating) Ductal Carcinoma (IDC) dimulai dari saluran susu kemudian menyerang dinding saluran dan tumbuh di jaringan lemak payudara. IDC dapat menyebar ke bagian tubuh lainnya melalui getah bening dan aliran darah (Savitri 2015).

2) *Invasive (Infiltrating) Lobular Carcinoma (ILC)*

Invasive (Infiltrating) Lobular Carcinoma (ILC) dimulai dari lobulus, jaringan yang menghasilkan susu, dan menyebar ke bagian tubuh lainnya (Savitri 2015).

3. Faktor resiko kanker payudara

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kejadian kanker payudara yaitu usia, jenis kelamin, hormonal, keturunan dan gaya hidup. Adapun uraian dari masing – masing komponen yaitu sebagai berikut :

a) Usia

Usia merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi perkembangan kanker payudara. Berdasarkan data epidemiologi, Wanita yang berusia di atas lima puluh tahun memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengidap kanker payudara (Ashariati 2019).

b) Jenis kelamin

Kanker payudara beresiko lebih tinggi terjadi pada perempuan dibandingkan pada laki-laki. Menurut penelitian di Inggris menunjukkan bahwa insiden kasus kanker payudara terjadi pada perempuan sebanyak 99%, dan kasus kanker payudara pada laki laki sebanyak 1% (Ariani 2015).

c) Hormonal

Riwayat menstruasi seperti menarche dini atau menopause lanjut memiliki risiko yang lebih tinggi. Penggunaan hormon estrogen selama delapan hingga sepuluh tahun atau lebih lama dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya kanker payudara. Selain itu, kehamilan pertama yang terjadi pada usia di atas 35 tahun dapat meningkatkan resiko kanker payudara hingga empat kali lipat dibandingkan dengan wanita yang hamil pada usia 20 – 34 tahun (Ashariati 2019).

d) Keturunan

Risiko terkena kanker payudara dapat meningkat sekitar 3 kali lipat pada wanita yang memiliki orang tua atau saudara yang menderita kanker payudara, terutama pada wanita usia premenopause. Selain itu, keluarga yang memiliki riwayat menderita kanker ovarium, kanker rahim, atau kanker kolorektal juga cenderung beresiko lebih tinggi terkena kanker payudara (Ashariati 2019).

e) Gaya Hidup

Kebiasaan mengonsumsi makanan yang tidak sehat dapat beresiko mengalami kanker payudara. Jumlah dan jenis diet lemak makanan berhubungan dengan pertumbuhan kanker payudara. Wanita yang mengonsumsi alkohol memiliki risiko lebih tinggi terkena kanker payudara daripada wanita yang tidak mengonsumsi alkohol. Kurangnya aktivitas fisik dan obesitas setelah menopause juga dapat meningkatkan risiko kanker payudara (Ashariati 2019).

4. Tanda dan gejala kanker payudara

Terdapat beberapa tanda dan gejala kanker payudara yaitu mengalami perubahan ukuran payudara, perubahan kulit payudara, terdapat benjolan pada payudara dan ketiak, perubahan pada puting susu (Krisdianto 2019). Adapun uraian dari masing-masing tanda dan gejala kanker payudara yaitu sebagai berikut :

a. Perubahan ukuran payudara

Ukuran payudara dapat mengalami perubahan, yang membuat payudara terlihat lebih besar atau lebih kecil, dan tampak condong ke arah tertentu secara tidak wajar (Krisdianto 2019).

b. Perubahan pada kulit payudara

Perubahan yang terjadi pada kulit payudara yaitu kondisi kulit yang mengkerut atau terdapat cekungan. Terjadi penebalan pada kulit dan terlihat seperti kulit jeruk. Kulit payudara berwarna kemerahan, payudara bengkak, terdapat tanda-tanda infeksi dan rasa gatal (Krisdianto 2019).

c. Terdapat benjolan pada payudara

Benjolan pada payudara selalu ada dan tidak hilang setelah siklus menstruasi berakhir. Benjolan terasa keras atau terasa lunak dan tidak nyeri (Krisdianto 2019).

d. Terdapat benjolan pada ketiak

Benjolan pada ketiak umumnya berukuran sangat kecil dan tidak nyeri. Pada kondisi ini menandakan bahwa kanker payudara telah menyebar ke kelenjar getah bening (Krisdianto 2019).

e. Perubahan pada puting susu

Perubahan yang terjadi yaitu puting susu tertarik ke arah dalam, atau terdapat lekukan. Keluarnya cairan dari puting susu disertai darah merupakan tanda tumor jinak. Puting susu menjadi keras, timbul luka atau borok, dan kulit pada puting susu terkelupas (Krisdianto 2019).

5. Stadium kanker payudara

Ada dua cara untuk menentukan stadium kanker payudara yaitu stadium klinis dan stadium patologis. Stadium klinis ditentukan berdasarkan hasil pemeriksaan fisik oleh dokter, pemeriksaan radiologis, dan hasil PA dari biopsy. Stadium patologis ditentukan berdasarkan hasil pembedahan dan lebih akurat

daripada stadium klinis (Sobri et al. 2020). Untuk menentukan stadium kanker payudara diuraikan sebagai berikut :

T (*tumor* atau benjolan) : ukuran benjolan kanker

N (*nodes* atau kelenjar getah bening) : penyebaran ke kelenjar getah bening yang lokasi di sekitar kanker.

M (metastasis) : penyebaran kanker ke organ yang lokasinya jauh dari payudara seperti tulang, hati, atau paru – paru.

Stadium kanker adalah tahap yang menggambarkan kondisi kanker berdasarkan lokasinya, seberapa jauh penyebarannya, dan seberapa besar pengaruhnya terhadap organ lain dalam tubuh. Kanker payudara memiliki stadium atau tingkatan yang menunjukkan tingkat keparahan kanker. (Krisdianto 2019). Adapun uraian dari masing – masing komponen yaitu :

a) Stadium 0

Pada tahap ini, kanker tidak menyebar atau belum menyebar melampaui pembuluh darah, saluran susu, dan kelenjar (lobulus) pada payudara. Tahap ini dikenal dengan sebutan karsinoma duktal in-situ (Krisdianto 2019).

b) Stadium I

Kanker payudara stadium 1 umumnya sudah mulai terbentuk. Stadium 1 dibagi menjadi dua subkategori berdasarkan ukuran tumor dan faktor lainnya. Stadium IA terjadi ketika tumor berukuran 2 cm atau lebih kecil dan belum menyebar ke luar payudara. Sementara itu, stadium IB terjadi ketika tumor berukuran sekitar 2 cm dan telah menyebar ke kelenjar getah bening (Savitri 2015).

c) Stadium II

Pada umumnya kanker payudara stadium II telah berkembang dan mulai membesar. Kanker payudara pada stadium II dibagi dalam dua bagian. Stadium IIA yaitu kanker berukuran 2-5 cm dan ditemukan pada 3 lajur kelenjar getah bening. Stadium IIB menunjukkan bahwa kanker berukuran antara 2 hingga 5 cm dan telah menyebar ke 1 hingga 3 kelenjar getah bening yang terletak dekat tulang dada (Savitri 2015).

d) Stadium III

Pada tahap ini, kanker dibagi menjadi 3 stadium yaitu :

- 1) Stadium IIIA yaitu kanker berukuran lebih dari 5 cm dan telah menyebar pada 4 hingga 9 lajur kelenjar getah bening yang terletak di dekat tulang dada.
- 2) Stadium IIIB yaitu ukuran kanker sangat beragam dan umumnya telah menyebar ke dinding dada hingga mencapai kulit sehingga menimbulkan infeksi pada kulit payudara.
- 3) Stadium IIIC yaitu ukuran kanker sangat bervariasi dan pada umumnya telah menyebar ke dinding dada dan kulit payudara sehingga mengakibatkan pembengkakan atau luka. Kanker juga mungkin sudah menyebar ke kelenjar getah bening yang terletak di bawah tulang selangka atau tulang dada (Savitri 2015).

e) Stadium IV

Kanker stadium IV merupakan kondisi yang parah dan sangat kecil kemungkinan dapat disembuhkan. Kanker payudara stadium IV yaitu tidak bisa menentukan ukuran tumor, dan sudah menyebar ke tempat yang jauh seperti

pada tulang, paru-paru, liver, tulang rusuk, atau organ lain pada tubuh (Krisdianto 2019).

6. Penatalaksanaan kanker payudara

Penatalaksanaan kanker payudara dapat dilakukan dengan cara pembedahan, terapi radiasi, kemoterapi dan imunoterapi (Krisdianto 2019).

Adapun uraian dari masing – masing komponen yaitu sebagai berikut :

a) Pembedahan

Pembedahan merupakan cara terbaik untuk menyembuhkan tumor dan meringankan penderitaan pasien. Jika tumor masih dalam tahap awal, ada kemungkinan tumor dapat diangkat secara keseluruhan. Jika tumor telah menyebar atau ganas, perawatan bedah dapat digunakan untuk meringankan rasa sakit pasien yang disebabkan oleh penyebaran tumor dan tekanan pada saraf di sekitarnya. Tindakan pembedahan untuk pasien kanker harus dipertimbangkan berdasarkan karakteristik tumor dan karakteristik pasien, seperti usia, status kesehatan, prioritas pengobatan, riwayat medis sebelumnya, dan kondisi emosional, dan harus dievaluasi sebelum operasi (Krisdianto 2019).

b) Terapi radiasi

Dalam terapi radiasi, sel tumor dihancurkan dengan radiasi pengion. Terapi radiasi biasanya digunakan sebagai tambahan pembedahan untuk mengurangi ukuran tumor. Efek samping dari terapi radiasi mungkin berupa kematian sel-sel sehat. Selain itu, jaringan parut dapat terbentuk pada jaringan sehat, yang menyebabkan fibrosis dan penurunan fungsi organ (Krisdianto 2019).

c) Kemoterapi

Kemoterapi melibatkan pemberian obat antikanker dalam bentuk kapsul atau melalui infus, pengobatan kemoterapi dilakukan untuk membunuh sel kanker dan mengurangi metastasis. Perawatan ini dapat menyebabkan penekanan sumsum tulang, yang mengakibatkan rasa lelah, anemia, cenderung mengalami pendarahan, dan dapat meningkatkan terjadinya resiko infeksi. Pengobatan kemoterapi adalah bertujuan untuk menghancurkan sel-sel tumor tanpa menyebabkan kerusakan berlebihan pada sel-sel sehat (Krisdianto 2019).

d) Imunoterapi

Imunoterapi adalah jenis perawatan kanker yang digunakan untuk mengidentifikasi tumor dan mendeteksi metastasis tersembunyi. Imunoterapi dapat merangsang sistem imun untuk merespons tumor secara lebih agresif, yang kemudian dapat diserang oleh antibodi (Krisdianto 2019).

B. Konsep Spiritualitas

1. Definisi spiritualitas

Istilah spiritual dalam bahasa arab mengacu pada semua hal yang bersifat ruhani dan maknawi (Faidza 2021). Spiritualitas adalah pencarian dan renungan terdalam pada diri manusia yang menyadari bahwa kehidupan tidak hanya berisi hal-hal negatif, tetapi juga mengandung kebaikan yang mencerminkan adanya kehadiran Tuhan dalam kehidupan (Nasrudin and Jaenudin 2021). Spiritualitas merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang ditandai dengan adanya perasaan keterikatan dengan Tuhan, dan merupakan suatu kebutuhan untuk menemukan makna dan tujuan hidup (Carolina and Yanra 2021).

2. Karakteristik spiritualitas

Spiritualitas memiliki empat karakteristik yang disajikan sebagai kebutuhan esensial untuk spiritualitas yaitu meliputi keyakinan terhadap sistem kepercayaan, pencarian makna dan tujuan, keterkaitan dengan orang lain, transendensi diri (Israfil 2020). Adapun uraian dari masing – masing komponen yaitu sebagai berikut :

a) Keyakinan terhadap sistem kepercayaan (*Belief system*).

Spiritualitas harus mencakup sistem kepercayaan, atau setidaknya keinginan untuk percaya. Setiap orang memiliki keyakinan mendasar tentang apa yang mereka yakini sebagai kebenaran, dan agama melibatkan kerangka keyakinan yang dipikirkan secara matang yang membutuhkan iman dan disiplin untuk membentuk pikiran dan tindakan seseorang (Israfil 2020).

b) Pencarian makna dan tujuan (*The search for purpose*)

Karakteristik kedua dari spiritualitas adalah pertanyaan eksistensial yang paling mendasar, aspek umum dari banyak sistem kepercayaan, dan diformalkan sebagai misteri utama yang diungkapkan kepada pengikut agama tertentu melalui ritual, meditasi, dan doa (Israfil 2020).

c) Keterkaitan dengan orang lain (*Connection*)

Mengenali dan menerima diri sendiri, orang lain, dunia, serta koneksi dan hubungan kita dengan orang lain sering dicapai melalui refleksi diri dalam pencarian makna hidup. Hubungan yang harmonis dapat diungkapkan sebagai kekaguman dan rasa hormat terhadap kehidupan yang tidak ada kaitannya dengan agama. Dari sudut pandang agama, kualitas ini adalah rasa hubungan

dan harmoni dengan alam semesta, termasuk hubungan dengan Tuhan (Israfil 2020).

d) Transendensi-diri (*Self-transcendence*)

Transendensi adalah keyakinan bahwa segala sesuatu di luar diri sendiri adalah mungkin dan tidak terbatas. Karakteristik ini sebagian besar tidak terlihat dan dianggap baik atau harmonis. Transendensi juga dapat merujuk pada pengalaman yang melampaui aspek biasa persepsi manusia atau metafisik (Israfil 2020).

3. Tipe spiritualitas

Terdapat beberapa tipe spiritualitas yaitu spiritualitas heteronomi, spiritualitas otonom, dan spiritualitas interaktif (Nasrudin and Jaenudin 2021).

Adapun uraian dari masing – masing komponen yaitu sebagai berikut :

a. Spiritualitas heteronomi.

Dalam pola spiritual ini, pencari atau praktisi spiritual cenderung menerima, memahami, memercayai, atau mempraktikkan referensi spiritual (nilai-nilai spiritual) yang berasal dari otoritas eksternal. Para praktisi ajaran spiritual heteronom bersifat mentaati dan menerima makna dan keabsahannya dalam wujud tindakan yang submisif (Nasrudin and Jaenudin 2021).

b. Spiritualitas otonom

Suatu bentuk spiritualitas yang lahir dari refleksi diri. Pola spiritualitas otonom yaitu mandiri dan tidak bergantung pada otoritas luar. Otonomi spiritual sebenarnya adalah nilai spiritual yang muncul melalui proses merenungkan kebesaran Tuhan dan ciptaan-Nya (Nasrudin and Jaenudin 2021).

c. Spiritualitas interaktif

Nilai-nilai spiritual atau psikis yang muncul melalui interaksi antara diri sendiri dan lingkungan. Spiritualitas interaktif tidak bersifat mutlak karena faktor internal atau eksternal. Namun merupakan proses dialektis antara potensi spiritual (mental, emosional, moral) di satu sisi dan otoritas eksternal berupa tradisi, adat istiadat, dan tatanan dunia sekitarnya di sisi lain (Nasrudin and Jaenudin 2021).

4. Aspek – aspek spiritualitas

Aspek spiritualitas mencakup dua dimensi yaitu dimensi Tuhan dan makhluk alam semesta (Underwood 2006). Adapun aspek spiritualitas dalam dua dimensi ini diuraikan sebagai berikut :

a) Hubungan

Hubungan manusia yang mempunyai kerohanian yang kuat dan mempunyai hubungan yang baik dengan Tuhan. Dalam segala aspek kehidupan, seseorang selalu merasakan keimanan dan kepercayaan yang mendalam kepada Tuhan. Tuhan adalah penuntun dalam hidup, dimanapun kita berada dan dalam situasi apapun. Hal ini menimbulkan gagasan bahwa manusia tidak hidup sendiri (Underwood 2006).

b) Aktivitas spiritual

Pengakuan akan keberadaan Tuhan diungkapkan melalui aktivitas spiritual seperti ritual pribadi umat beragama. Hal sederhana yang bisa dilakukan dengan aktivitas spiritual seperti berdoa dan meditasi. Melanjutkan aktivitas spiritual memastikan pengalaman dan hubungan yang kuat dengan Tuhan (Underwood 2006).

c) Rasa nyaman dan kekuatan

Rasa nyaman dan kuat yang ada dalam diri individu membentuk pribadi yang Tangguh dan mampu bertahan dalam situasi apapun. Dengan bermodal kekuatan, individu akan lebih berani menghadapi tantangan hidup dan kecil kemungkinannya untuk merasa lemah atau putus asa (Underwood 2006)

d) Kedamaian

Kedamaian dalam hidup merupakan buah dari perasaan tenang dalam diri seseorang. Ketika seseorang terlibat dalam kegiatan spiritual, seseorang akan memperoleh ketenangan pikiran. Perasaan gelisah, takut, stres, khawatir dan kecewa menyebabkan harapan – harapan duniawi tidak terpenuhi dan kedamaian hidup tidak tercapai. Sebab ketenangan hanya dapat diperoleh dengan merasakan dan menyerahkan harapan kepada Tuhan (Underwood 2006).

e) Merasakan pertolongan

Dalam hidup, seseorang pasti akan melewati masa sulit. Meminta pertolongan dan perlindungan kepada Tuhan menunjukkan betapa kuatnya spiritualitas seseorang. Aspek ini merupakan bagian dari upaya mempengaruhi kesehatan psikologis seseorang. Oleh karena itu, individu dapat selalu memiliki rasa percaya bahwa Tuhan akan selalu membimbing dalam menghadapi permasalahan hidup dan memberikan ketenangan pikiran (Underwood 2006).

f) Merasakan kasih sayang Tuhan

Individu yang dekat dengan Tuhan akan bisa merasakan rahmat dan kasih sayang Tuhan dalam kehidupannya. Pengalaman dan perjalanan hidup tidak lain adalah bentuk kasih sayang Tuhan yang tidak selalu dikemas dengan keindahan

atau hal baik. Namun kesadaran dalam menerima segala bentuk pengalaman hidup baik perasaan sedih maupun Bahagia merupakan wujud kasih sayang tuhan terhadap hambanya (Underwood 2006).

g) Kekaguman

Kekaguman muncul melalui persepsi manusia terhadap ciptaan Tuhan di alam semesta ini, membuat kita melihat keajaiban, segala peristiwa besar dan kejadian yang luar biasa, kekaguman melihat pemandangan alam yang ada. Sebagai makhluk ciptaan Tuhan, manusia sudah sewajarnya meyakini bahwa segala bentuk ciptaan Tuhan adalah makhluk yang patut kita nikmati dan hargai (Underwood 2006).

h) Kepedulian terhadap sesama

Aspek terpenting dalam kehidupan spiritual adalah sikap altruistik dan sensitif seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Ekspresi spiritualitas yang tinggi adalah rasa tanggung jawab terhadap eksistensi sosial. Untuk memiliki kehidupan sosial yang sehat, kita perlu lebih memperhatikan orang lain, membina hubungan baik, saling membantu dan mendukung. Hal itu agar seseorang tidak hanya menjalin hubungan dengan Tuhan, namun juga dengan ciptaan Tuhan (Underwood 2006).

i) Dekat dengan Tuhan

Aspek ini menunjukkan bahwa seseorang dekat dengan Tuhan, bukan hanya sekedar merasa dekat dengan Tuhan. Oleh karena itu, seseorang harus selalu melakukan aktivitas spiritual sebagai bentuk rasa bakti dengan Tuhan dan mentaati ajaran agama (Underwood 2006).

5. Faktor – faktor yang mempengaruhi spiritualitas

Spiritualitas dapat dipengaruhi oleh beberapa factor yaitu tahap perkembangan, keluarga, latar belakang budaya, pengalaman hidup, dan pendidikan spiritualitas (Nugroho 2022). Adapun uraian dari masing – masing komponen yaitu sebagai berikut :

a. Tahap perkembangan

Semakin efektif tingkat perkembangan spiritualitas maka akan berpengaruh terhadap proses mengembangkan potensi dan keyakinan dengan Tuhan (Nugroho 2022).

b. Keluarga

Keluarga merupakan aspek utama yang dapat berpengaruh terhadap spiritualitas seseorang. Spiritualitas dibentuk dan diciptakan dari lingkungan terdekat yaitu keluarga yang mencerminkan kualitas hidup seseorang (Nugroho 2022).

c. Latar belakang budaya

Sebagian besar masyarakat memiliki kepercayaan dan spiritual yang mereka anut yaitu dapat dibentuk dari tradisi daerah, nilai, perilaku, dan kepercayaan budaya yang ada di daerah sekitar mereka (Nugroho 2022).

d. Pengalaman hidup

Setiap peristiwa dalam kehidupan merupakan manifestasi dari kekuatan Tuhan, dan pengalaman-pengalaman tersebut yang membentuk spiritualitas seseorang (Nugroho 2022).

e. Pendidikan spiritualitas

Pada dasarnya pendidikan spiritual dalam agama adalah upaya untuk melestarikan ajaran agama demi memperkuat iman dan keyakinan, yang dilakukan baik oleh individu maupun komunitas agama yang bersangkutan. Pendidikan spiritual berfungsi sebagai sarana untuk menyampaikan ajaran agama dari satu generasi ke generasi lainnya, sementara spiritualitas mencakup kebutuhan untuk mencari makna dan tujuan hidup, kebutuhan untuk mencintai dan dicintai, serta kebutuhan untuk memberi dan menerima pengampunan (Nugroho 2022).

C. Konsep *Self-Acceptance*

1. Definisi *self-acceptance*

Penerimaan diri (*Self – Acceptance*) merupakan suatu pemahaman seseorang terkait keterbatasan diri mengacu pada kesadaran individu akan batasan atau kekurangan yang dimilikinya, serta kemampuan untuk mengatasi keadaan tersebut. Hal ini melibatkan kemampuan untuk mempertahankan perasaan positif meskipun menghadapi tantangan, serta memiliki tingkat toleransi yang tinggi terhadap stres (Merlin 2022). *Self-acceptance* merupakan suatu kondisi seseorang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, dapat menerima berbagai aspek diri termasuk kekurangan dan kelebihan pada diri, mengetahui kemampuan dan kelemahan diri, serta memandang positif terhadap kehidupan yang dijalani (Ziliwu et al. 2023).

2. Aspek – aspek *self-acceptance*

Terdapat beberapa aspek penerimaan diri yaitu diuraikan sebagai berikut :

a) Persepsi mengenai diri dan penampilan

Individu berpikir lebih realistis tentang penampilan mereka dan bagaimana orang lain menilai mereka. Ini tidak berarti bahwa penampilan individu harus sempurna, tetapi itu berarti bahwa individu dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik tentang kondisinya (Islami and Fitriyani 2022).

b) Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain

Individu dengan penerimaan diri melihat kelemahan dan kekuatan dirinya lebih baik jika dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki penerimaan diri. Individu akan lebih merasa menerima dirinya jika orang lain dan lingkungan juga menerima keadaannya serta memberikan dukungan (Islami and Fitriyani 2022).

c) Perasaan inferioritas sebagai gejala penerimaan diri

Perasaan rendah merupakan sikap tidak menerima diri sendiri dan menunggu evaluasi diri yang realistis terhadap dirinya. Semakin individu tersebut merasa inferior maka semakin menolak menerima dirinya dengan segala kekurangan yang dimiliki (Islami and Fitriyani 2022).

d) Respon atas penolakan dan kritikan

Individu yang menerima diri sendiri tidak terlalu menyukai kritik, akan tetapi mereka mampu menerimanya dan bahkan mengambil pelajaran dari kritik tersebut. Individu dengan penerimaan diri yang baik adalah mampu belajar dari pengalaman dan meninjau kembali sikapnya yang terdahulu untuk memperbaiki diri (Islami and Fitriyani 2022).

e) Keseimbangan antara “*real self*” dan “*ideal self*”

Individu dengan penerimaan diri adalah tentang bagaimana menjaga harapan dan tuntutan dalam kisaran kemungkinan di mana dirinya memiliki ambisi besar, akan tetapi tidak perlu juga menghabiskan energi untuk mencapainya dalam jangka panjang. Untuk memastikan bahwa dirinya tidak akan kecewa di masa depan (Islami and Fitriyani 2022).

f) Penerimaan diri dan penerimaan orang lain

Jika individu dapat menyukai diri mereka sendiri, mereka juga dapat menyukai orang lain. Jenis interaksi ini membuktikan bahwa individu merasa aman untuk berpartisipasi didalam lingkungan sosialnya (Islami and Fitriyani 2022).

g) Penerimaan diri, menuruti kehendak, dan menonjolkan diri

Menerima diri sendiri dan mengikuti diri sendiri adalah dua hal yang berbeda. Ketika individu menerima dirinya sendiri, bukan berarti mereka menyerahkan diri. Tetapi dia menerima dan bahkan menuntut kualifikasi dalam hidupnya. Individu yang menerima diri sendiri menghormati harapan orang lain dan merespons dengan bijak. Tetapi bukan serta merta mengikuti apa yang orang lain katakan kepada dirinya. Individu memiliki tingkat pemikiran, emosi, dan pengambilan keputusan tertinggi atas dirinya sendiri (Islami and Fitriyani 2022).

h) Penerimaan diri, spontanitas dan menikmati hidup

Orang yang menerima diri sendiri memiliki lebih banyak kebebasan untuk menikmati hal-hal didalam hidupnya (Islami and Fitriyani 2022)

i) Aspek moral penerimaan diri

Memiliki integritas untuk menerima dirinya secara apa adanya dan tidak suka berpura-pura. Individu dapat secara terbuka mengakui bahwa dia merasa khawatir, cemas, curiga, dan bimbang tanpa harus memanipulasi dirinya sendiri ataupun orang lain (Islami and Fitriyani 2022).

j) Sikap terhadap penerimaan diri

Individu yang mampu menerima hidupnya akan menampilkan sikap menerima kekurangannya tanpa merasa malu ketika berada didalam lingkungan sosialnya (Islami and Fitriyani 2022).

3. Tahap – tahap *self-acceptance*

Ada beberapa tahapan yang akan dilalui oleh pasien kanker payudara yaitu *denial, anger, bargaining, depression, acceptance* (Merlin 2022). Adapun masing-masing tahapan tersebut diuraikan sebagai berikut :

a) Tahap *denial* (penolakan)

Denial merupakan tahapan pertama yang dialami oleh individu saat mengalami kedukaan. Individu yang menghadapi kedukaan akan menyangkal bahwa apa yang dialaminya adalah hal yang tidak benar terjadi. Tahap *denial* pada pasien kanker payudara dimulai dari rasa tidak percaya saat menerima diagnosis dari dokter. Pasien akan menolak untuk percaya atas penyakit yang dialami dan tidak menerima kenyataan yang terjadi (Merlin 2022).

b) Tahap *anger* (marah)

Tahap *anger* ditandai dengan individu yang mulai yakin atas apa yang sedang dialami. Individu merasakan perasaan marah yang timbul karena kondisi

yang sedang dialami, merasa frustrasi dan menyalahkan diri sendiri atau orang lain atas situasi yang terjadi (Merlin 2022).

c) Tahap *bargaining* (tawar – menawar)

Tahap bargaining ditandai dengan individu yang mulai mencoba untuk menegosiasikan atau membuat kesepakatan untuk mengubah situasi yang ada. Pada pasien kanker payudara, tahap ini menunjukkan adanya sikap yang mulai tawar-menawar terhadap Tuhan, dokter, perawat dengan kondisi yang sedang dialaminya (Merlin 2022).

d) Tahap *depression* (depresi)

Tahap depresi ditandai dengan adanya perasaan sedih, kehilangan harapan, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Tahap depresi adalah tahap yang paling berat karena individu akan merasakan kondisi yang terpuruk. Individu biasanya akan menghabiskan waktu mereka dengan menangis dan berduka (Merlin 2022).

e) Tahap *acceptance* (penerimaan)

Tahap acceptance merupakan tahap akhir di mana individu mulai menerima kenyataan dan mampu berdamai dengan situasi yang ada. Individu mulai mengalami perkembangan ke arah yang lebih positif, mulai mampu menerima kenyataan dan merasakan hal yang positif karena bangkit dari rasa berdukanya (Merlin 2022).

Dalam tahap penerimaan diri pada pasien kanker payudara, tidak semua individu mengalami seluruh tahapan yang sesuai dengan urutannya. Ada beberapa individu melewati semua tahapan. Sebaliknya, ada individu yang mengalami urutan berbeda atau ada yang terjebak dalam satu tahapan.

4. Faktor yang mempengaruhi *self-acceptance*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-acceptance* pada pasien kanker payudara diuraikan sebagai berikut :

a) Keadaan fisik

Keadaan fisik yang tidak sesuai dapat menurunkan rasa percaya diri, sehingga muncul perasaan yang tidak puas terhadap keadaan fisik yang dimiliki dan dapat mempengaruhi *self-acceptance* (Merlin et al. 2021).

b) Status perkembangan dan kematangan emosional

Status perkembangan dan kematangan emosional individu berhubungan erat dengan rasa percaya diri. Pada individu dewasa, biasanya mereka lebih fokus pada keberhasilan dan kemampuan diri dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi (Merlin et al. 2021)

c) Faktor psikologis

Psikologis individu dapat berpengaruh terhadap penerimaan diri (*self acceptance*) karena berhubungan erat dengan cara individu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya (Merlin et al. 2021).

d) Pendidikan

Pendidikan individu yang lebih tinggi akan memiliki tingkat kesadaran yang lebih baik dibandingkan dengan status pendidikan individu yang kurang. Individu dengan tingkat pendidikan yang tinggi biasanya lebih sadar akan keadaan dirinya dan berupaya untuk mengatasi keadaan dirinya (Merlin et al. 2021).

e) Pekerjaan

Pekerjaan menjadi salah satu aspek yang berperan dalam mempengaruhi penerimaan diri seseorang. Individu yang memiliki pekerjaan dan disibukkan dengan aktivitas kerja umumnya lebih mampu menerima keadaan dirinya (Merlin et al. 2021).

f) Faktor kebudayaan

Faktor kebudayaan biasanya memberikan pengaruh kuat terhadap stabilitas dari individu tersebut sehingga menyebabkan kesulitan penyesuaian sosial yang berdampak pada *self-acceptance* (Merlin et al. 2021).

5. Ciri – ciri *self-acceptance*

Terdapat beberapa karakteristik yang membedakan antara individu dengan penerimaan diri yang baik dan individu dengan penerimaan diri yang kurang (Merlin 2022). Adapun uraian dari masing- masing komponen yaitu sebagai berikut :

a. Ciri-ciri individu yang mempunyai penerimaan diri baik :

- 1) Menerima kenyataan yang terjadi pada dirinya dan mampu mengatasi ketidakpastian.
- 2) Menerima diri sendiri dan orang lain apa adanya.
- 3) Bertindak dan berpikir secara alami dan tanpa ragu.
- 4) Menilai dan menghargai pengalaman hidup dengan baik.
- 5) Memiliki rasa humor yang menyenangkan.
- 6) Membangun hubungan interpersonal yang sehat dan positif.
- 7) Mampu mengelola dan mengontrol emosi dengan baik.

- b. Ciri-ciri individu mempunyai penerimaan diri yang kurang baik:
- 1) Merasa kurang puas dengan diri sendiri
 - 2) Selalu memandang negatif terhadap kondisi fisik yang dimiliki
 - 3) Memiliki perasaan iri terhadap keadaan orang lain yang dianggap lebih normal
 - 4) Merasa malu dengan keadaan pribadi yang dimiliki.

D. Hubungan Spiritualitas dengan Self-Acceptance Pasien Kanker Payudara

Kanker payudara merupakan penyakit terminal. Penyakit terminal merupakan penyakit progresif yaitu yang menuju kearah kematian. Pengobatan yang dapat dilakukan oleh individu yang terdiagnosis kanker payudara salah satunya yaitu dengan kemoterapi. Efek samping setelah menjalani pengobatan kemoterapi akan mengalami perubahan fisik, psikologis, sosial dan spiritual (Paji, Kewuan, and Febriyanti 2021). Perubahan fisik yang dialami pasien kanker payudara setelah kemoterapi yaitu seperti nyeri, kelelahan, rambut rontok, penurunan berat badan, penurunan nafsu makan, mual, muntah dan gangguan tidur (Rahmiwati 2023).

Pasien kanker payudara seringkali menghadapi masalah psikologis seperti rasa takut akan kambuhnya penyakit, ketidakpastian mengenai masa depan, serta kecemasan akan kematian. Selain itu, pasien juga bisa merasa tubuh mereka tidak lagi seperti sebelumnya, serta mengalami kesulitan dalam menerima perubahan tersebut. Proses pengobatan terapi kanker yang panjang juga mempengaruhi penerimaan diri pasien terhadap penyakitnya (Sembiring, Ferlan Ansye Pondaag, and Adriani Natalia M 2023). *Self-acceptance* yang

rendah dapat mempengaruhi status kesehatan mental dan kegagalan dalam proses pengobatan (Utami and Yani 2023).

Dalam proses pengobatan paliatif pasien kanker, spiritualitas dan religiusitas merupakan dua komponen penting (Wiksuarini et al. 2022). Pasien kanker yang menjalani kemoterapi biasanya memiliki tingkat spiritualitas yang rendah yang disebabkan karena pasien masih belum menerima penyakit dan pengobatan yang di jalannya (Haris Tolak, Sutrisno, Dwi, C.H. 2024). Seseorang yang memiliki spiritualitas rendah maka akan memiliki penerimaan diri yang rendah (Rusdiana, Atun Raudotul Ma'rifah, and Hanum 2024). Spiritualitas dapat mempengaruhi emosional penderita kanker sehingga dapat meningkatkan kesabaran, ketabahan, dapat membantu individu agar bisa menerima penyakitnya, menjadikan sumber kekuatan untuk menghadapi tantangan dan merasa dekat dengan Tuhan (Wiksuarini et al. 2022).

Pentingnya pemenuhan kebutuhan spiritual yaitu untuk meningkatkan proses penyembuhan yang dapat mempengaruhi proses penerimaan terhadap penyakit sehingga pasien merasa tenang dalam kehidupannya. Hal ini karena adanya peningkatan spiritualitas dalam diri pasien kanker yang dipengaruhi oleh adanya kepercayaan dengan Tuhan serta keyakinan agar dapat sembuh dari penyakit (Rusdiana, Atun Raudotul Ma'rifah, and Hanum 2024). Pasien kanker payudara yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi akan membantu pasien ke arah yang lebih positif (Haris Tolak, Sutrisno, Dwi, C.H. 2024).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa spiritualitas pada pasien kanker payudara dapat mempengaruhi proses penerimaan diri terhadap penyakit atau kondisi kesehatan yang sedang dialami. Dengan adanya dukungan

spiritualitas dapat membentuk persepsi pada pasien untuk berfikir bahwa penyakit yang dialami bukanlah suatu hal yang dapat mengancam hidup dan kelangsungan hidupnya serta dapat berfikir positif bahwa penyakitnya akan sembuh sehingga dapat meningkatkan penerimaan diri pasien terhadap penyakitnya.