

## HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT STRES PADA PASIEN KANKER DI YAYASAN KANKER INDONESIA CABANG JAWA TIMUR

Ima Nadatien<sup>1)</sup>, Mulayyinah<sup>2)</sup>  
Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya  
email: iman.69@unusa.ac.id

### Abstrak

Stres yang dialami oleh pasien kanker bisa dikarenakan pasien tidak bisa mengatasi masalah yang dihadapi dan menjadi beban pikiran sehingga terjadi stres. Di Yayasan Kanker Indonesia tahun 2017 mencatat 399 orang menderita kanker yang akan menjadi penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres pada pasien kanker di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur. Desain penelitian ini menggunakan analitik observasional dengan rancangan Cross Sectional. Populasi penelitian ini pasien kanker sebesar 32 pasien. Sampel sebesar 32 pasien dengan teknik Simple Random Sampling. Variabel independen mekanisme koping dan variabel dependen tingkat stres. Pengambilan Data menggunakan kuesioner. Analisis menggunakan uji statistik exact fisher didapatkan nilai  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan dari 32 responden sebagian besar (78,6%) memiliki mekanisme koping adaptif, sebagian besar (40,6%) memiliki tingkat kecemasan berat. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,000$  yang membuktikan bahwa mekanisme koping berhubungan dengan tingkat stres pada pasien kanker di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur. Semakin tinggi mekanisme koping maladaptif maka semakin tinggi tingkat stres pada pasien kanker. Disarankan tenaga kesehatan mampu memberikan penyuluhan atau konseling dan pasien kanker hendaknya lebih banyak membaca, melihat, mendengar untuk mengetahui dan mengatasi apa penyebab terjadinya stres.

**Kata kunci :** mekanisme koping, tingkat stres.

### Abstract

Stress experienced by patients with cancer may be resulted from the inability to overcome the problems which become the burdens in their mind and eventually creating stress. In the Indonesian Cancer Foundation, 399 people are recorded in 2017 to suffer from cancer which will become the leading cause of death in Indonesia. Hence, this study was purposed to identify the correlation between coping mechanism and stress level in patients with cancer in the Indonesian Cancer Foundation, East Java branch. This analytical observational study was conducted by using cross sectional design. It involved 32 patients with cancer in which 32 patients were chosen by using total sampling technique. The independent variable was coping mechanism, whereas the dependent variable was stress level. Questionnaire was used to collect the data which were analyzed using Fisher's exact test with the significance level or  $\alpha = 0.05$ . The results of this study conducted to 32 respondents, most of them (78.6%) had adaptive coping mechanism, whereas most of them (40.6%) experienced severe level of stress. Moreover, the results of statistical test showed that the value of  $p = 0.000$  which proved that coping mechanism was correlated with level of stress experienced by the patients in the Indonesian Cancer Foundation, East Java branch. The higher the maladaptive coping mechanism is, the higher the level of stress in patients with cancer. The health workers are suggested to be able to give them counseling. On the other hand, the patients with cancer should read, watch, and listen more to find out and avoid the causes of stress.

**Key words:** coping mechanism, stress level.

### 1. PENDAHULUAN

Kanker dapat mengakibatkan masalah yang kompleks bagi penderitanya baik dari segi fisik,

psikologis, sosial dan spiritual. Penderita kanker akan mengalami perubahan, secara fisik rasa nyeri dan disfungsi fisik akan dirasakan (Greenwald & Mc Corkle (2007) dalam Dahlia

(2009)). Penderita kanker juga akan mengalami anemia yang disebabkan oleh faktor fisiologis dan fisik. Faktor fisiologis seperti kehilangan darah, hemolisis, defisiensi vitamin A, C dan E juga zat besi. Penyebab dari faktor situasional antara lain gangguan tidur, semua masalah yang dialami menyebabkan pengurangan aktivitas, imobilisasi serta mengalami efek samping dari pengobatan.

Pasien kanker akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru ketika mereka memasuki tahap pengobatan lanjutan. Hal ini dapat menimbulkan stresor tersendiri yang akan menghambat proses penyembuhan pada pasien kanker. Pasien kanker dapat menjadi cemas saat harus menghadapi masa pengobatan. Kondisi ini mengakibatkan munculnya rasa tidak percaya diri saat berhadapan dengan realita dan pasien kanker mudah sekali mengalami stres. Tingkatan stres yang terjadi pada pasien kanker bisa berbeda-beda tergantung dari kemampuan individu dalam menghadapi stres. Kondisi stres ini harus dicarikan solusi penanganan lebih dini agar tidak berkembang menjadi stres yang hebat (Sunaryo, 2005). Tindakan inilah yang kemudian dikenal dengan mekanisme koping terhadap stres.

Berdasar *World Health Organization* (WHO) tahun 2007, diperkirakan lebih dari 500.000 kasus kematian wanita terjadi akibat kanker leher rahim ditemukan di dunia dan 90% dari seluruh kasus tersebut terdapat di negara-negara berkembang. WHO memperkirakan pada tahun 2030, kanker akan menjadi penyebab kematian tertinggi di Indonesia (Departemen Kesehatan (Depkes), 2013). Data Departemen Kesehatan RI tahun 2008, bahwa sesuai *International Agency for Research on Cancer* (IARC) diketahui insiden kanker leher rahim di Indonesia sebesar 16 per 100.000 perempuan. Berdasarkan Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) pada tahun 2010, di Indonesia kanker menjadi penyebab kematian nomor 3 dengan kejadian 7,7% dari seluruh penyebab kematian. Angka kematian akibat penyakit kanker diperkirakan juga akan terus bertambah, karena kecenderungan pasien memulai pengobatan ketika penyakit kanker sudah pada stadium lanjut (Luwina, 2006). Data dari Yayasan Kanker Indonesia (YKI) cabang Jawa Timur pada tahun 2012 mencatat banyak 3.813 orang menderita kanker. Penderita tersebut 70% penderita kanker baru berobat ke rumah sakit ketika memasuki stadium lanjut, sehingga memperkecil kemungkinan untuk bertahan hidup (Dinkes, 2012). Sedangkan pada tahun 2017 Yayasan Kanker Indonesia (YKI) mencatat 399 orang menderita kanker.

Pengobatan kanker memberikan efek fisik dan psikologisnya pada penderitanya, dimana individu tersebut dituntut untuk dapat beradaptasi.

Dengan demikian, efek psikologis yang dialami penderita dalam pengobatan kanker dapat mempengaruhi mekanisme koping. Apabila penderita dalam proses mekanisme koping tidak terintegrasi dengan positif, maka dapat mengakibatkan kejadian stres. Penderita kanker akan mengalami stres dengan tingkat stres yang bervariasi tergantung pada proses mekanisme koping yang dilakukan penderita.

Tingkat stres yang terjadi pada pasien kanker pasien kanker bisa berbeda-beda, tergantung dengan kemampuan individu dalam menghadapi stres. Kondisi stres ini perlu dicarikan solusi penanganan lebih dini agar tidak berkembang menjadi stres yang hebat. Hal ini bisa dilakukan dengan pengenalan dan kewaspadaan tentang stres secara tepat sehingga nantinya individu menganggap stres adalah bagian dari tantangan dan bukanlah akhir dari segalanya yang tidak bisa dipecahkan. (Sunaryo, 2005). Tindakan inilah yang kemudian dikenal dengan mekanisme koping terhadap stres.

Mekanisme koping merupakan mekanisme yang muncul akibat terjadinya stres pada diri individu yang akan mempermudah terjadinya proses adaptasi. Mekanisme koping sebagai suatu cara yang dilakukan individu menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan dan respon terhadap situasi yang mengancam. Namun demikian setiap orang mempunyai pendekatan yang berbeda dalam menanggulangi dan mengatasi stres. Secara umum koping terjadi secara otomatis ketika individu merasa adanya situasi yang menekan atau mengancam, maka individu dituntut untuk sesegera mungkin mengatasi ketegangan yang dialaminya. Individu akan melakukan evaluasi untuk seterusnya memutuskan mekanisme koping apa yang harus ditampilkan. Reaksi koping terhadap permasalahan bervariasi antara individu yang satu dengan yang lain dan dari waktu ke waktu pada individu yang sama (Stuart & Sundeen, 2000). Bila mekanisme penanggulangan ini berhasil, maka individu dapat beradaptasi dan tidak menimbulkan gangguan kesehatan, tetapi bila mekanisme koping gagal artinya individu gagal untuk beradaptasi maka akan timbul gangguan kesehatan baik berupa gangguan fisik, psikologi maupun perilaku (Kaliat, 2006). Solusi untuk mencegah terjadinya koping maladaptif yang dilakukan oleh individu dalam mengatasi stres yang dirasakan, tenaga kesehatan dapat memberikan penyuluhan dan koeling pada pasien kanker, fungsinya untuk menambah pengetahuan tentang cara pemilihan koping dan menunjukkan koping yang adaptif sehingga tidak

menimbulkan dampak yang buruk bagi pasien kanker serta memberikan motivasi pada pasien kanker serviks bahwa koping yang maladaptif dapat berdampak buruk bagi kesehatan baik untuk kesehatan fisik maupun psikologik. Dengan memberikan penyuluhan tentang pemilihan koping yang baik guna menambah pengetahuan pasien sehingga pasien dapat mengatasi, mengurangi gejala stres dan mau melakukan koping efektif untuk mencegah stres yang berkepanjangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak mekanisme koping dengan tingkat stres pasien kanker yang menjalani pengobatan di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur.

## 2. METODE

Desain dalam penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah rata-rata semua pasien kanker yang melakukan pengobatan di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur pada bulan Januari sampai dengan Desember 2017 sebesar 34 pasien, sehingga sampel sebesar 32 pasien. Cara Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *Simple Random Sampling*.

Penelitian dilakukan bulan Maret sampai dengan April 2018. Pengambilan data secara langsung kepada pasien Yayasan Kanker Indonesia dengan menggunakan instrumen kuesioner. Analisis data menggunakan uji kolerasi *Chi-square*, dengan  $\alpha = 0,05$ .

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil penelitian pada identifikasi responden dalam distribusi frekuensi berdasarkan mekanisme koping, adalah bahwa dari 32 responden sebagian besar (56,2%) pasien kanker mempunyai mekanisme koping maladaptif, dan hampir setengah dari responden (40,6%) pasien berada pada stres tingkat berat.

Pada proses analisis *Chi-square*, didapatkan 2 sel (50%) mempunyai  $EF < 5$ , maka dilakukan uji lanjutan *exactfisher*, diperoleh nilai  $p = 0,006$ . Artinya terdapat hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres pada pasien kanker di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur.

### Pembahasan

Mekanisme koping merupakan cara yang dilakukan oleh individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri terhadap perubahan, respon terhadap situasi yang mengancam. Pasien di

Yayasan Kanker Indonesia, sebagian besar menggunakan mekanisme koping maladaptif dalam menghadapi stres. Pasien yang mempunyai mekanisme koping maladaptif sekitar menyatakan bahwa dalam menghadapi masalah selalu berdiam diri dan melamun, memilih lebih banyak tidur atau melampiaskan dengan menangis terus menerus.

Mekanisme koping merupakan suatu strategi terhadap tekanan yang timbul akibat situasi atau lingkungan yang bisa menimbulkan stres. Teknik penggunaan mekanisme koping ini banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor, apabila kehilangan satu atau lebih faktor-faktor pendukung tersebut bisa menimbulkan kegagalan dalam penggunaan mekanisme koping dan dampaknya adalah stres yang berkepanjangan dan kemungkinan juga bisa menimbulkan perilaku-prilaku maladaptif sehingga mengganggu interaksi sosial masyarakat (Sarwono, 2011). Menurut Mubarak (2015), faktor koping seseorang terdiri dari dua faktor yaitu dari dalam (internal dan faktor dari luar (eksternal) yaitu : a. Faktor internal meliputi : pengalaman masa lalu, pengetahuan, motivasi, konsep diri dan kepercayaan, b. Faktor eksternal meliputi : dukungan sosial, dukungan emosional, sosial budaya, lingkungan, keuangan dan penyakit. Penggunaan mekanisme koping maladaptif dengan singkat dapat diartikan bahwa pasien kanker tersebut tidak mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi. Secara psikologi mereka belum mampu memenuhi tuntutan dari situasi stres secara realistis. Mereka belum mampu mengatur respon emosional terhadap stres dan menemukan solusi pada pemecahan masalah.

Pasien di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur memiliki tingkat stres berat. karena pasien kanker dalam masa proses pengobatan. Adanya tingkat stres berat yang dirasakan oleh pasien kanker di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur seperti tertekan, sedih dan mudah marah yang tertuang dan mengalami rasa tertekan dalam menghadapi fase pengobatan. Alimul (2008), tahap kelima ditandai dengan kelelahan fisik yang sangat tidak mampu menyelesaikan pekerjaan ringan dan sederhana, gangguan pada sistem pencernaan semakin berat, serta semakin meningkatnya rasa takut dan cemas. Adanya tingkat stres berat yang dialami oleh pasien kanker di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur karena pasien berada pada fase pengobatan dimana fase tersebut sangat lah berat dilalui apalagi tanpa orang-orang terkasih, dengan pasien jauh dari orang-orang terkasih pasien akan mengalami

ketidak nyamana, ketidak berdayaan bila tanpa suport dari mereka yang terkasih.

Hasil penelitian menunjukkan hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres pada pasien kanker di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur. Pasien yang mengalami mekanisme koping adaptif sebagian besar dengan tingkat stres ringan, sedangkan pasien kanker dengan menggunakan mekanisme koping maladaptif sebagian besar mempunyai tingkat stres berat. Hal ini dikarenakan pada saat rasa tertekan itu tidak bisa terselesaikan dengan baik, maka sering timbul perasaan emosi, jika intensitas berlebih maka bisa terganggu terhadap keadaan fisik dan psikologi pada individu tersebut. Jadi rasa tegang dan tertekan yang dialami oleh pasien kanker pada umumnya dialami mereka yang kurang siap dalam menghadapi fase pengobatan. Seperti yang dikemukakan oleh Mubarak (2015).

Kecemasa respons yang paling umum tanda bahaya yang menyatakan diri dengan suatu penghayatan yang khas, yang sukar digambarkan adalah emosi yang tidak menyenangkan dengan istilah khawatir, tegang, prihatin, takut seperti jantung berdebar-debar dari dalam diri individu sehingga sistem saraf otonom dalam tubuh akan berespon secara tidak efektif dengan sendirinya, jika saraf otonom dari dalam individu tidak berespon

## 5. REFERENSI

- Alimul, Hidayat, A. A. (2008). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dahlia, Dwi. (2009). *Pengalaman Spiritual Perempuan Dengan Kanker Servik di RSUPN dr. Cipto Mangunkusumo*, Tidak diterbitkan, Tesis, Universitas Indonesia, Jakarta
- Departemen Kesehatan Indonesia. (2013). *Seminar Sehari dalam Rangka Memperingati Hari Kanker Sedunia 2013*. Retrived from <http://www.depkes.go.id/index.php?vw=2&id=2233> Date: 10 April 2014 time: 15.00
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2012). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2011*. Surabaya. Diakses dari [www.dinkes.surabaya.go.id](http://www.dinkes.surabaya.go.id). Pada tanggal 21 April 2019 pukul 21.20 WIB.
- Greenwald, H.P., & McCorkle, R. (2007). *Remedies life change among invasive cervical cancer survivor*. *Urology Nursing*, 27 (1), 47-53. (PMID: 17390927).
- Kaliat, B. A. (2006). *Proses Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Luwina, N. S. (2006). *Stres meningkatkan risiko timbulnya kanker payudara*. Dikutip dari <http://www.kalbe.co.id/index.php?mn=news&tipe=detai&detail=19759>.
- Mubarak, Wahit Iqbal; Indrawati, Lilis; Susanto, Joko. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar, Buku 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sarwono. (2011). *Psikologi Remaja. Edisi Revisi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Stuart, G.W., and Sundeen, S.J. (2000). *Principles and practice of psychiatric nursing. Sixth edition*. St. Louis: Mosby Year Book
- Sunaryo. (2005). *Management Stress*. Jakarta: Gramedia
- World Health Organization. (2007). *International Agency for Research on Cancer. IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans: Human Papillomaviruses. Vol. 90*. Lyon, France: