

INTISARI

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran optimisme hidup sehat pada wanita penderita kanker payudara, serta mengetahui proses optimisme hidup sehat pada wanita penderita kanker payudara. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara yang dilakukan subjek dan *significant other* dan didukung oleh dokumentasi. Subjek penelitian yaitu 2 orang wanita penderita kanker payudara, masing-masing berumur 35 tahun dan 40 tahun. Hasil penelitian menunjukkan gambaran perilaku optimisme hidup sehat yang dimiliki kedua subjek yakni memiliki ciri-ciri mampu mencari pemecahan sebagian permasalahan, memungkinkan terjadinya pembaharuan secara teratur, menghentikan pemikiran negatif, meningkatkan kekuatan apresiasi, menggunakan imajinasi untuk melatih sukses, selalu gembira meskipun sedang tidak bahagia, merasa yakin bahwa memiliki kemampuan yang hampir tidak terbatas untuk diukur, suka bertukar berita baik, membina cinta dalam kehidupan, dan menerima apa yang tidak bisa diubah. Kedua subjek memiliki 3 aspek gaya penjelasan optimisme yang sesuai dalam menanggapi peristiwa buruk, yakni temporer, spesifik, dan eksternal. Proses optimisme hidup sehat pada wanita penderita kanker payudara berlangsung dari awal kondisi subjek tidak mampu menemukan pemecahan masalah, hingga subjek mampu menemukan pemecahan masalah. Dari awal kondisi subjek berpikir negatif akan penyakit yang derita, hingga menjadi berpikir positif atas penyakit yang diderita. Dari kondisi awal tidak mampu menerima kenyataan menderita kanker payudara, menjadi mampu menerima kenyataan menderita kanker payudara. Terjadi perubahan pola pikir pesimisme menjadi optimisme pada subjek.

Kata kunci: Optimisme hidup sehat, kanker payudara

ABSTRACT

The aim of this research is to understand the portrayed healthy life optimism of the women with breast cancer and to understand the process of the healthy life optimism of the women with breast cancer. This research uses qualitative method and case study approach. The data collection of this research uses observation method and interview that has been done between the subject and *significant order* and supported by the documentation. The subjects of research are 2 women with breast cancer, each aged 35 years old and 40 years old. The result of the research shows the description of the healthy life optimism behavior of the two subjects that has the characteristics of being able to solve some problems, allowing regular renewal, stopping negative thinking, increasing the power of appreciation, using imagination to train success, always being happy even when unhappy, convinced that it has an almost unlimited ability to measure, love to exchange good news, build love in life, and accept what cannot be changed. Both subjects have 3 aspects of an optimist explanatory style in respons bad events; temporary, specific, and external. The process of the healthy life optimism of the women with breast cancer take place from the beginning of the subject's condition that is not able to find the solution of the problem, until the subjects are able to find the solution of the problem. From the beginning, the subjects have been thinking of her condition negatively until subject thinks of the disease positively. From the beginning the subjects are not able to accept the reality of breast cancer. There is a change of mindset of pessimism into optimism in the subjects.

Key words: Healthy life optimism, breast cancer