

## **STRES DAN DAMPAK PSIKOLOGI PADA WANITA SINGLE PASCA OPERASI KISTA OVARIUM**

**Arif Dwi Cahyono**

Program Studi Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya  
Jl. Raya Kalirungcut, Kali Rungcut, Kec. Rungcut, Kota SBY, Jawa Timur  
60293arif.cahyono25@yahoo.com

### **ABSTRAK**

Badan yang sehat merupakan suatu hubungan antara kesehatan mental, fisik, dan sosial yang didapatkan dari lingkungan yang baik. Dalam kondisi saat ini, ada beberapa wanita yang mengalami tekanan hidup yaitu stres karena peran status sosial dari keluarga. Dalam hal ini, kesehatan mental terhadap wanita mempunyai kontribusi angka yang tinggi, terutama perihal stres. Stres merupakan proses dari situasi yang kurang sesuai dengan apa yang diinginkan sehingga menyebabkan perubahan perilaku baik psikis maupun psikologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang stres dan dampaknya pada wanita single pasca operasi kista ovarium. Metode kualitatif digunakan dalam penelitian ini. Informan dalam penelitian ini adalah seorang wanita single sebanyak 2 informan dengan teknik observasi dan wawancara dilakukan untuk mencari sumber dan jawab terkait penelitian ini. Hasil penelitian ini menunjukkan wanita mengalami stres yang dikaji dari sisi psikologis yaitu menunjukkan hasil yang tinggi dikarenakan adanya tekanan dari lingkungan sosial dan pekerjaan sedangkan wanita tersebut juga mengalami sakit pada kandungannya yaitu adanya kista yang menyebabkan fisiknya lemah. Dalam hal ini terdapat hasil kurangnya kesehatan baik mental maupun psikis yang terjadi pada kedua informan tersebut dan terdapat dampak dari berkurangnya kesehatannya tersebut. Kesimpulan pada penelitian ini yaitu dalam memenuhi tuntutan tersebut dan harus menjalani kehidupan yang sehat sekaligus bukan hal mudah. Dilihat dari kesehatan fisik, perempuan juga perlu memperhatikan kesehatan mentalnya sehingga bisa menikmati hidup dengan kesehatan yang bahagia.

***Kata Kunci: Kesehatan Fisik, Kesehatan Mental, Kista, Stres.***

**ABSTRACT**

*A healthy body is a relationship between mental, physical and social health that is obtained from a good environment. In current conditions, there are some women who experience life pressures, namely stress due to the role of social status from the family. In this case, the mental health of women has a high number of contributions, especially regarding stress. Stress is a process of a situation that is not in accordance with what is desired, causing changes in behavior both psychologically and psychologically. This study aims to determine the description of stress and its impact on single women after ovarian cyst surgery. Qualitative method was used in this study. The subject in this study was a single woman as many as 2 informants with observation and interviews were conducted to find sources and answers related to this research. The results of this study indicate that women experience stress from a psychological perspective, which shows high results due to pressure from the social and work environment, while these women also experience pain in the womb, namely the presence of cysts that cause physical weakness. In this case, there is a lack of health, both mental and psychological, that occurs in the two subjects and there is an impact from the reduced health. The conclusion of this study is that meeting these demands and having to live a healthy life is not an easy thing at the same time. Viewed from physical health, women also need to pay attention to their mental health so that they can enjoy life with happy health.*

**Keywords:** *Cyst, Mental Health, Physical Health, Stress.*

## **PENDAHULUAN**

Konsep Sehat menurut Undang-Undang no. 23 tahun 1992 kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Definisi sehat yang dikemukakan oleh WHO mengandung 3 karakteristik yaitu merefleksikan perhatian pada individu sebagai manusia, memandang sehat dalam konteks lingkungan internal dan eksternal, sehat diartikan sebagai hidup yang kreatif dan produktif. Sehat bukan merupakan suatu kondisi tetapi merupakan penyesuaian dan bukan merupakan suatu keadaan tetapi merupakan proses berupa adaptasi individu secara fisik dan lingkungan sosialnya.

Menurut (Latipun 2006 dalam Choirunisa, 2020) manusia tidak selamanya ada dalam kondisi sehat, pada saat tertentu manusia mengalami gangguan, baik gangguan fisik maupun gangguan mental. Gangguan fisik yang dialami oleh manusia dapat dengan mudah diketahui seperti panas, sakit gigi dan sakit fisik lainnya, sedangkan gangguan psikis pada prinsipnya dapat diketahui jika

kita memahami gejala-gejalanya, misalnya gejala apa yang bisa dilihat dari orang yang stres, depresi atau cemas. Latipun juga mengungkapkan bahwa pemahaman masyarakat terhadap gejala-gejala psikis yang dialami oleh seseorang menjadikan mereka paham bahwa tidak hanya ada sakit atau sehat secara fisik namun ada pula sakit atau sehat secara mental.

Sehat secara mental juga tidak hanya terbebas dari gangguan mental namun juga berkaitan dengan kesehatan fisik dan perilaku. Menurut (Goldberg 1984 dalam Choirunisa, 2020) ada tiga kemungkinan hubungan antara sakit secara fisik dan mental yaitu pertama, orang mengalami sakit mental disebabkan oleh sakit fisiknya karena kondisi fisik yang tidak sehat, ia tertekan sehingga menimbulkan gangguan mental. Kedua, sakit fisik yang diderita sebenarnya gejala dari adanya gangguan mental. Ketiga, antara gangguan mental dan sakit secara fisik saling menopang, artinya bahwa orang menderita secara fisik menimbulkan gangguan secara mental, dan gangguan mental tersebut memperparah gangguan fisiknya.

Menurut Pieper dan Uden (dalam Choirunisa, 2020) kesehatan mental terjadi jika seseorang mempunyai jiwa yang positif terhadap dirinya, mempunyai penilaian yang realistis terhadap dirinya sendiri dan bisa menerima kekurangannya, kemampuan mengatasi masalah dalam hidupnya, mempunyai kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta mempunyai unsur bahagia pada kehidupannya.

Pada penelitian ini penulis mengamati bahwasannya kesehatan reproduksi merupakan keadaan kesejahteraan fisik, mental, sosial yang utuh dalam segala hal yang berkaitan dengan sistem, fungsi-fungsi dan proses reproduksi (R. Alfina, 2021). Kesehatan reproduksi merupakan suatu kondisi sejahtera secara keseluruhan baik dari segi fisik dan mental serta sosial dan juga terbebas dari penyakit atau kondisi kecacatan dalam hal sistem dan fungsi serta proses reproduksi (R. Alfina, 2021).

Disimpulkan bahwa kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera secara menyeluruh mencakup fisik, mental,

serta sosial secara utuh terbebas dari penyakit atau kondisi kecacatan berkaitan dengan alat, fungsi serta proses reproduksi, misalnya gangguan kesehatan reproduksi dapat menyebabkan menurunnya kualitas hidup seseorang, menjadi tidak produktif dan juga dapat menjadikan gangguan untuk memanfaatkan alat reproduksinya dan mendapatkan keturunan (R. Alfina, 2021). Gangguan kesehatan reproduksi salah satunya yaitu kista ovarium.

Kasus kista ovarium merupakan suatu penyakit ginekologi yang secara umum bisa diartikan tumor jinak. Dalam beberapa tahun terakhir ini, adanya perubahan pada kehidupan sosial dan kebiasaan makan secara bebas, sehingga tingkat kejadian kista ovarium mengalami peningkatan yang signifikan. Wanita harus bisa mempertahankan proses endokrin sistem reproduksi normal untuk bisa bereproduksi. Seiring dengan hal tersebut, kista ovarium menyebabkan dampak pada sistem endokrin wanita dan bisa menyebabkan kemandulan. Kista ovarium menimbulkan ancaman yang sangat serius untuk kesehatan wanita (Farghaly SA, et al, 2014 dalam

Jiehan Xu, Hongfang Shao, Yan Yang, Xiaohong Shi and Minfang Tao (2019).

Pada penelitian sebelumnya *Culture and Comorbidity: Intimate Partner Violence as a Common Risk Factor for Maternal Mental Illness and Reproductive Health Problems among Former Child Soldiers in Nepal* yang menghasilkan data faktor risiko umum yang berkontribusi terhadap multi-morbiditas termasuk kemiskinan, pelecehan anak, bentuk lain dari trauma dan stres, patogen, racun, diet, dan perilaku tidak sehat seperti penyalahgunaan zat atau kurang olahraga. Studi yang menyelidiki efek samping pengalaman masa kanak-kanak (ACE) menunjukkan bahwa ACE meningkatkan risiko gangguan kesehatan fisik dan mental.

Penelitian sebelumnya terkait *Intersecting Mental Health and Sexual and Reproductive Health* yang menghasilkan data Artikel tersebut menyoroti pentingnya mengeksplorasi aspek lain seperti sebagai emosi, gender dan seksualitas yang terkait dengan Kesehatan Mental dan untuk mempelajari dan memahami konteks fisiologis dan

psikologis antara Kesehatan Mental dan Kesehatan Seksual dan Reproduksi. Juga menekankan perlunya penelitian lebih lanjut tentang persinggungan antara Kesehatan Mental dan Kesehatan Seksual dan Reproduksi.

Pada sebagian besar kasus, kista ovarium bersifat jinak dan asimtomatik sehingga tidak memerlukan penanganan lebih lanjut. Namun pada kasus-kasus tertentu, kista ovarium dapat menimbulkan komplikasi seperti torsi, ruptur, dan perdarahan (Helm William, dkk, 2016 dalam Putu Raka, 2020). Pada penelitian sebelumnya terkait Studi Fenomologi Kualitas Hidup pada Pasien Kista Ovarium di RS. Emanuel Purwareja Klampok Banjarnegara, yang menyatakan bahwa Hasil penelitian menunjukkan karakteristik penderita kista ovarium memiliki usia 20-45 tahun, belum menikah dan masih menstruasi. Secara umum kualitas hidup pasien kista ovarium dalam kategori baik. Pada domain kesehatan fisik penderita tetap bisa menjalankan aktivitas fisik. Pada domain psikologis pasien merasa puas terhadap hidupnya. Dalam domain hubungan sosial, pasien

mengungkapkan bahwa mereka telah mendapatkan dukungan yang baik. Dan di domain lingkungan, pasien mengalami rasa nyaman dengan tempat tinggal saat ini.

Pada penelitian sebelumnya juga membahas karakteristik penderita kista ovarium di rumah sakit Sanglah Denpasar periode 1 Januari sampai 30 Juni 2018 yang menghasilkan data penelitian didapatkan distribusi frekuensi kista ovarium tertinggi pada kelompok usia 40 – 47 tahun (23,52%), pendidikan terakhir SMA (51,96%), pekerjaan lain-lain (30,39%), ukuran diameter kista  $\geq 10$  cm (72, 55%), keluhan utama perut membesar (58,82%), status haid teratur (59,8%), terapi pembedahan (82,35%), dan tidak mencantumkan hasil pemeriksaan histopatologi (47,06%).

Penelitian sebelumnya juga membahas terkait Instrumen “Perceive Stress Scale” Online Sebagai Alternatif Alat Pengukur Tingkat Stress Secara Mudah Dan Cepat, yang menghasilkan data tersedianya instrument pengukuran tingkat stress secara online yang dapat digunakan untuk pengukuran tingkat stress oleh masyarakat.

Penggunaan instrumen oleh masyarakat tidak dilakukan melalui pelatihan tatap muka namun disampaikan melalui komunikasi secara online pada beberapa kelompok masyarakat dengan profesi kerja yang berbeda-beda. Respon masyarakat secara naratif/kualitatif melalui media online menjadi acuan penilaian instrumen yang dikembangkan. Disimpulkan bahwa instrumen mudah digunakan masyarakat dan dapat menyediakan basis data tingkat stress seseorang secara cepat dengan memanfaatkan teknologi informasi, sebagai salah satu metode pemberdayaan masyarakat dalam mengukur tingkat stress secara mandiri.

Stres merupakan ketidakmampuan individu menghadapi ancaman baik secara mental, fisik, emosional dan spiritual, yang pada suatu saat dapat berpengaruh pada kesehatan fisik manusia. Selain itu stres juga didefinisikan sebagai persepsi individu terhadap situasi atau kondisi yang ada disekitar lingkungan (Gaol, N. T. L. (2016). Stres sudah menjadi bagian dari kehidupan yang tidak dapat dihindari dan selalu muncul dalam kehidupan sehari-hari

baik di lingkungan keluarga, kerja, dan dimanapun individu berada (Gaol, N. T. L. (2016).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang stres dan dampaknya pada wanita single pasca operasi kista.

### **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif pendekatan fenomenologis. Pendekatan fenomenologis bertujuan untuk menjelaskan makna beberapa orang dalam kaitannya dengan pengalaman yang terkait dengan fenomena tertentu (Creswell & Poth, 2018). Pendekatan ini berusaha memahami aspek-aspek tertentu dari suatu fenomena atau peristiwa sesuai dengan pengalaman yang dirasakan (van Manen, 2014). Studi fenomenologi fokus pada pengalaman subjektif dari mereka yang secara langsung mengalami fenomena tersebut (La Kahija, 2017).

Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan wawancara rinci dengan dua informan penelitian. Wawancara adalah cara yang nyaman untuk mendapatkan berbagai informasi, termasuk pikiran,

perasaan, keinginan, fenomena dan perspektif hidup, dan informasi tentang masa lalu (Creswell & Creswell, 2018; Merriam & Tisdell, 2016). Karena masa pandemi, wawancara dilakukan melalui telepon atas permintaan informan. Selama wawancara, peneliti, dengan persetujuan informan, merekam percakapan yang terjadi pada perekam audio. Rekaman suara dibuat untuk memfasilitasi perekaman dalam format kata demi kata dan untuk memastikan bahwa semua percakapan tetap utuh untuk proses analisis. Selain itu, peneliti mencatat poin-poin penting yang muncul selama wawancara, baik dalam proses penelitian maupun analisis.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Informan penelitian ini adalah dua orang wanita Jawa berusia 42 dan 41 tahun. Pada tahap ini, peneliti secara informal menanyakan apakah informan bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Permohonan persetujuan ahli secara resmi dilakukan langsung pada wawancara pertama. Peneliti memberikan gambaran umum penelitian beserta

Kode Etiknya. Proses persetujuan antara peneliti dan informan dilengkapi dengan penandatanganan lembar informasi dan formulir informed consent oleh kedua belah pihak. Peneliti juga akan menyiapkan alat yang digunakan dalam proses wawancara yaitu *handphone*. Peneliti memastikan aplikasi berjalan dengan lancar dan *smartphone* memiliki ruang penyimpanan (memori) yang cukup.

Pelaksanaan Penelitian;

Pengambilan data dilakukan dengan melakukan wawancara via telepon karena masa pandemi dan sesuai permintaan informan. Wawancara via telepon dilakukan sebanyak satu kali untuk masing-masing informan. Pelaksanaan wawancara dilakukan pada tanggal 4 September 2022 di Kota Surabaya. Selama proses wawancara peneliti menggunakan perekam *handphone* dengan persetujuan informan. Perekaman suara dilakukan untuk memudahkan peneliti dalam menulis transkrip wawancara secara lengkap dan teliti.

#### Jadwal Pelaksanaan Wawancara

Informan	Hari, Tanggal	Waktu	Lokasi
Ibu FB	Minggu, 4 Sept 2022	15:55 – 16.25 WIB	Surabaya (Via Telpon)

  

Informan	Hari, Tanggal	Waktu	Lokasi
Ibu DY	Minggu, 4 Sept 2022	09:40 – 10.30 WIB	Surabaya (Via Telpon)

#### Identitas Ibu FB

Keterangan	Ibu FB
Umur	42 tahun
Etnis	Jawa
Keagamaan	Islam
Minat Kerja	Swasta
Sekolah terakhir	S2 Magister Administrasi Rumah Sakit

#### Identitas Ibu DY

Keterangan	Ibu DY
Umur	41 tahun
Etnis	Jawa
Keagamaan	Islam
Minat Kerja	Swasta
Sekolah terakhir	S1 Management

#### Deskripsi Ibu FB

Ibu FB adalah seorang wanita single berusia 42 tahun. Tinggal di



Surabaya dengan kedua orang tua beserta saudara kandungnya. Ibu FB adalah seorang pegawai swasta di sebuah sekolah di Surabaya. Aktivitas sehari-hari Ibu FB mengajar dan melakukan aktivitas di rumah bersama keluarganya.

#### Deskripsi Ibu DY

Ibu DY adalah seorang wanita single berusia 41 tahun. Tinggal di Surabaya dengan kedua orang tua. Ibu DY adalah seorang pegawai swasta di sebuah sekolah di Surabaya. Aktivitas sehari-hari Ibu DY adalah sekretaris di perusahaan swasta di Surabaya dan bekerja 9 jam dalam sehari

#### Hasil Analisis Data

Pada penelitian ini, penulis akan menganalisis hasil wawancara dengan informan yaitu ibu FB dan ibu DY. Penulis menggunakan teori Lazarus & Folkman, 1984 strategi

*coping* yang dapat dilakukan seperti *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping* untuk bisa mengidentifikasi stress dan dampak psikologi yang terjadi pada kedua informan tersebut, sehingga akan menghasilkan suatu jawaban dari penelitian ini. Kemudian penulis menggunakan teori dari Rasmus tentang strategi coping sebagai cara untuk merubah lingkungan atau situasi atau menyelesaikan masalah yang sedang dirasakan/dihadapi.

Dalam penelitian ini, ibu FB sudah mengalami sakit pada organ reproduksinya selama 21 tahun sejak Sekolah Menengah Atas (SMA). Penulis akan menyajikan hasil integrative dalam wawancara dengan informan berbentuk table dibawah ini:

**Tabel 1. Tabel Wawancara dengan Informan, Ibu FB**

<b>Topik</b>	<b>Konsep Teori</b>	<b>Pertanyaan Interview</b>	<b>Kesimpulan Integratif</b>
Strategi <i>coping</i> yang dilakukan dalam menghadapi Stres	Terdapat berbagai macam strategi <i>coping</i> yang dapat dilakukan seperti <i>emotion-focused coping</i> dan <i>problem-focused coping</i>	Bagaimana anda menghadapi situasi sulit yang anda ketahui adanya kista ovarium <i>Prompt:</i> a) Bagaimana cara anda untuk mengontrol stress ketika anda	a) Ibu FB sudah mengetahui kalau sudah mempunyaisakit pada perut bagian bawah sejak duduk di bangku SMA, selain itu informan merasa gatal-gatal pada organ reproduksinya, payudara mengalami kesakitan, dan

(Lazarus & Folkman, 1984). Cara yang dapat dilakukan sebagai strategi *coping* baik dalam bentuk positif maupun negatif (Pargament et al., 1998).

- mengetahui adanya kista ovarium dan harus dilakukan operasi dan apa yang terjadi setelah anda melakukan operasi kista ovarium dan apakah masih stres ?
- b) Bagaimana yang anda lakukan ketika anda sedih ?
  - c) Apa yang membuat anda sedih saat ini dan kenapa ?
  - d) Apakah anda merasa tidak berharga dalam kondisi saat ini?
  - e) Apakah anda pernah kehilangan percaya diri?
  - f) Apakah yang membuat anda bahagia ?

perut merasa sakit. Setelah dilakukan pemeriksaan ternyata informan mengidap kista ovarium, informan merasa tidak kuat dengan kondisi fisik yang terus sakit akibat kista ovariumnya, sehingga memutuskan untuk melakukan operasi. Operasi kista ovarium dilakukan menggunakan anestesi sebagian sehingga informan masih bisa melihat kondisi sekitar. Pada saat dilakukan operasi kista ovarium, informan mengalami stress yang tinggi dikarenakan pada saat operasi tekanan jantung meningkat tajam. Pada saat itu, informan sudah pasrah dalam hidupnya, dan informan berpikir, jika “saya meninggal di meja operasi, saya ikhlas karena saya sudah pasrah pada Tuhan”. Team medis berupaya keras untuk keselamatan informan. Dan hasilnya informan terselamatkan dalam operasi kista ovarium tersebut. Setelah dilakukan operasi informan tidak merasa stress dikarenakan sudah tidak merasakan sakit lagi dan sekarang informan sudah pasrah sama hidupnya. Dan informan selalu meningkatkan spiritualitasnya sehingga muncul pribadi yang ikhlas. Saya menjalani hidup ini dengan sendirian tanpa support dari pasangan bahkan pasangan saya hanya memberikan janji akan menikah tapi tidak pernah terealisasi bahkan saya hidup saya di gantung olehnya. Saya merasa kasihan juga terhadap orang tua saya terkait kondisi saya sehingga saya memutuskan untuk merawat diri saya sendiri. Selain itu harga obat-obata pasca operasi kista ovarium sangat mahal, ada yang dicover bpjs dan ada yang tidak di cover”.

- b) "Jika saya sedih maka saya makan dan jalan-jalan".
- c) "Saat ini saya tidak merasa sedih karena sakit saya sudah hilang, saya tidak pendarahan lagi, saya tidak ke PMI lagi untuk beli darah, saya tidak ngedrop lagi kondisi saya, saya sekarang tidak merasakan efek samping setelah dioperasi. Tapi saya sedih ketika mendengar tensi saya naik pada waktu operasi dan saya pasrah, jika saya meninggal saya ikhlas".
- d) "Stres saya ketika saya tidak berguna lagi sebelum operasi kista ovarium, saya waktu itu merasa mandul, tidak berguna karena ada pengangkatan Rahim saya, kesulitan punya anak". "Tapi untuk saat ini saya sudah pasrah dan ikhlas dengan jalan hidup saya saat ini".
- e) "Iya pernah ketika saya belum melakukan operasi kista ovarium".
- f) "Saya bisa melakukan hal yang terbaik untuk orang lain dan bisa membantu orang lain".

<p>Strategi Coping yang dilakukan untuk menyelesaikan stress</p>	<p>Strategi coping adalah cara yang dilakukan untuk merubah lingkungan atau situasi atau menyelesaikan masalah yang sedang dirasakan/dihadapi (Rasmun, 2004).</p>	<p>Bagaimana anda memaknai kehidupan anda sebagai single woman.</p> <p><i>Prompt:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Apa anda cemas dengan kehidupan masa depan anda setelah dilakukan operasi kista ovarium ?</li> <li>b) Apakah ibu pasrah dengan kondisi ini ?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) "Saya tidak merasa cemas dengan hidup saya saat ini karena saya sudah pasrah, saya bisa makan sesuka saya".</li> <li>b) "Iya saya sekarang lebih pasrah saya hidup saya".</li> </ul>
------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Setelah dilakukan wawancara terhadap Ibu FB, terdapat coping stres yang sudah terbentuk dalam hidupnya. Hal tersebut dilakukan supaya informan bisa melakukan kegiatan sehari-hari dengan

maksimal. Stres yang terjadi pada Ibu FB yaitu kesakitan yang sudah dialaminya selama 21 tahun, sering terjadi ketakutan yang terjadi pada hidupnya ketika sakit kista ovarium. Stres terjadi ketika emosi muncul

dalam menghadapi situasi yang tidak kondusif yaitu informan harus datang sendiri ke kantor PMI Surabaya untuk membeli darah karena informan mengalami pendarahan yang banyak sehingga berdampak pada psikis yang lemah dan berwajah pucat. Terdapat *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping* pada bu FB dalam mengatasi situasi yang sulit ketika badan mulai ngedrop dan kesakitan, informan tetap melakukan cara

supaya tetap bisa hidup, minum obat dan melakukan hal-hal yang bisa membuatnya senang sehingga muncul strategi coping stress yang bagus.

Wawancara selanjutnya dengan Ibu DY, informan juga mengalami rasa sakit pada perut pada masa SMA akan tetapi agak berbeda sama bu FB, dimana bu DY hanya merasakan perut tebal. Berikut hasil wawancara penulis dengan informan;

**Tabel 2. Tabel Wawancara dengan Informan, Ibu DY**

<b>Topik</b>	<b>Konsep Teori</b>	<b>Pertanyaan Interview</b>	<b>Kesimpulan Integratif</b>
Strategi coping yang dilakukan dalam menghadapi Stres	Terdapat berbagai macam strategi coping yang dapat dilakukan seperti <i>emotion-focused coping</i> dan <i>problem-focused coping</i> (Lazarus & Folkman, 1984). Cara yang dapat dilakukan sebagai strategi coping baik dalam bentuk positif maupun negatif (Pargament et al., 1998).	<p>Bagaimana anda menghadapi situasi sulit yang anda alami ketika anda mengetahui adanya kista ovarium</p> <p><i>Prompt:</i></p> <p>a) Bagaimana cara anda untuk mengontrol stress ketika anda mengetahui adanya kista ovarium dan harus dilakukan operasi dan apa yang terjadi setelah anda melakukan operasi kista ovarium dan apakah masih stres ?</p> <p>b) Bagaimana yang anda lakukan ketika anda sedih ?</p> <p>c) Apa yang membuat anda sedih saat ini dan kenapa ?</p> <p>d) Apakah anda merasa tidak berharga dalam kondisi saat ini?</p> <p>e) Apakah anda pernah kehilangan percaya diri?</p> <p>f) Apakah yang membuat anda bahagia ?</p>	a) “Waktu itu saya periksa ke dokter kandungan karena saya merasa perut saya tidak enak, setelah dilakukan pemeriksaan ternyata di kandungan saya ada kista berukuran besar. Saya sedih dan kaget mendengar hasil pemeriksaan saya. Saya berusaha tetap tegar meskipun waktu itu saya stres dan cemas, akhirnya saya memutuskan untuk menjalani operasi kista ovarium”. Setelah operasi kista ovarium saya tetap mengalami stress, saya takut jika tidak punya anak, saya takut nantinya akan muncul kista lagi di kandungan saya,takut nanti klo punya anak bisa cacat, nanti klo punya bayi akan mudah keguguran, dan saya harus banyak minum obat setelah operasi yang membuat saya makin stress dan khawatir masa depan saya jika ada hal-hal diluar kendali saya. Waktu itu saya punya calon pasangan hidup yang selalu

support saya bahkan jika susah punya anak, akan tetap menikah. Dan setelah operasi saya merasa tubuh saya kedinginan sehingga saya selama 3 minggu tidak melakukan aktivitas pekerjaan”. Oiya mas, saya waktu operasi kista ovarium sempat mengalami stress karena waktu itu saya mengetahui kalau ada pemotongan dinding perut bawah karena kista saya terlalu besar sehingga dilakukan pemotongan sampai mendekati pusar”.

- b) “Saya melakukan aktivitas di luar rumah, misalnya jalan-jalan dan bercerita ke orang tua”.
- c) “Saya masih blom mempunyai pasangan hidup sehingga saya merasa stress dan saya takut untuk memulai hubungan dengan orang lain dan takut mengecewakan jika suatu saat tidak bisa memberikan keturunan, meskipun hasil pasca operasi kandungan saya dinyatakan aman”.
- d) “Iya saya merasa masih blom bisa menjadi wanita seutuhnya karena saya takut klo gak bisa punya anak”.
- e) “Pernah ketika selesai operasi kista takut klo gak punya anak”.
- f) Saya punya keluarga yang menyanagi saya dan punya banyak teman yang selalu support saya”.

Strategi Coping yang dilakukan untuk menyelesaikan stress	Strategi coping adalah cara yang dilakukan untuk merubah lingkungan atau situasi atau menyelesaikan masalah yang sedang dirasakan/dihadapi (Rasmun, 2004).	Bagaimana anda memaknai kehidupan anda sebagai single woman. <i>Prompt:</i> a) Apa anda cemas dengan kehidupan masa depan anda setelah dilakukan operasi kista ovarium ? b) Apakah ibu pasrah dengan kondisi ini ?	a) “Iya saya cemas dan stress akan masa depan saya karena saya takut gak punya anak”. b) “Saya tidak pasrah dengan kondisi saya, saya tetap berjuang untuk karir saya dan keluarga saya”.
-----------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Dari hasil yang didapatkan, kedua informan melakukan coping stress untuk mengatasi sakit yang dialaminya. Pada penelitian ini terdapat perbedaan stres yang dialami oleh ibu FB dan ibu DY. Berdasarkan tabel hasil wawancara, Ibu FB tampak lebih ikhlas dan pasrah akan kehidupan setelah operasi, sedangkan Bu DY masih memiliki kekhawatiran karena masa depan tentang kemungkinan memiliki anak. Tingkat stres yang dialami ibu DY cukup besar dibandingkan dengan ibu FB. Untuk mengatasi kondisi tersebut kedua informan melakukan pendekatan *problem focus coping* berupa mengatasi dengan hidup bahagia, melakukan hal-hal yang disukai. Menurut Lazarus & Folkman (1984: 152-53) *Problem focus coping* merupakan strategi yang berfokus pada pemecahan masalah. Strategi yang digunakan lebih menekankan pada cara yang digunakan informan untuk menghadapi masalah dan bagaimana usaha yang dilakukan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi sebagai upaya untuk menghilangkan situasi dan kondisi yang dapat menimbulkan stres akibat situasi yang penuh tekanan. Menurut

Brannon & Feist (2010: 277) dalam Indah (2019) menjelaskan bahwa orang yang mengalami penyakit kronis cenderung melakukan sejumlah strategi coping untuk mengatasi penyakit mereka. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) fungsi coping dibagi menjadi dua yaitu *problem focus coping* (berorientasi pada masalah) dan *emotional focus coping* (berorientasi pada emosi). Berbagai penelitian psiko-onkologis telah menunjukkan bahwa sekitar sepertiga pasien kista ovarium mengalami stres psikologis yang serius dan sangat membutuhkan psikologis profesional mendukung. Antara 41 dan 64% dari semua pasien ditemukan memiliki secara signifikan meningkatkan tingkat depresi, kecemasan dan stres, dan antara 8 dan 40% mengalami trauma dengan diagnosis atau pengobatan onkologis (Tschuschke V, 2017). Hal ini terjadi pada 2 informan penelitian ini, mereka mengalami stres yang tinggi dikarenakan ketakutan dan kekhawatiran dampak pasca operasi kista ovarium yaitu sulit punya anak, takut akan munculnya kembali kista atau tumor yang lebih ganas lagi, harus minum obat yang intens dan

rutin, butuh uang banyak untuk membeli obat tersebut. Selain itu kasus pada ibu DY dimana terjadi stres yang tinggi karena ukuran kista yang besar. Dalam penelitian sebelumnya, definisi ovarium besar atau raksasa kista digambarkan sebagai kista berukuran lebih dari 10 cm diameter dalam pemindaian radiologis atau kista tersebut mencapai di atas umbilikus (S. P. Agrawal, S. K. Rath, G. S. Aher, and U. G. Gavali, 2015).

Cystadenoma, adenofbroma, dan papiloma permukaan adalah tumor serosa jinak. Tumor ini terjadi pada sekitar 25% dari semua neoplasma ovarium jinak dan 58% dari semua tumor serosa ovarium tumor (V. V. Sujatha and S. C. Babu, 2019).

Tumor serosa umumnya terlihat selama masa reproduksi dan 50% di antaranya terjadi sebelum usia 40 tahun.

Sebagian besar kista ini bersifat jinak dengan kemungkinan keganasan menjadi hanya 7% -13% pada premenopause dan 8% -45% pada wanita pascamenopause (M. Dey and N. Pathak, 2019). Dalam hal ini, informan melakukan operasi kista

yang bertujuan mengurangi rasa sakit dan bisa melakukan kegiatan sehari-hari tanpa ada tekanan sakit dan bisa lebih optimal lagi dalam bekerja, selain itu jika kista tersebut tidak segera di ambil maka akan bisa bertumbuh menjadi tumor yang lebih berbahaya.

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan dari kedua informan melakukan banyak strategi coping stress untuk mengatasi kista ovarium yang dipengaruhi oleh berbagai faktor untuk memutuskan suatu hal yang akan dilakukan kedepannya. Menurut Lazarus & Folkman (1984: 158-164) dalam Indah (2019) faktor yang mempengaruhi cara individu menanggapi situasi tekanan yang ditentukan oleh sumber daya individu yang meliputi : kesehatan dan energi, keyakinan atau pandangan positif, ketrampilan memecahkan masalah, ketrampilan sosiasl, dukungan sosial, dan sumber daya material.

Pada penelitian ini terdapat kekuatan yaitu bisa mengetahui stres yang muncul pada wanita pasca operasi kista ovarium. Penelitian ini baru pertama kali dilakukan. Sehingga penelitian ini dapat

dijadikan sebagai dasar dalam melakukan penelitian lain dengan topik yang sama, namun dengan metode yang berbeda. Penelitian ini juga merupakan salah satu yang dilakukan untuk melihat stres pada wanita pasca operasi kista ovarium. Selain itu, dikarenakan responden penelitian ini adalah wanita pasca operasi kista ovarium, sehingga hasil penelitian ini tidak dapat dimanipulasi. Sedangkan kelemahan dalam penelitian ini. Data yang diambil dalam penelitian ini hanya berasal dari dua pasien pasca operasi kista ovarium, sehingga data yang diambil hanya dari persepsi dua informan saja. Banyak sekali dampak stres yang terjadi pada wanita pasca operasi kista ovarium yang bisa dijadikan sumber penelitian lanjutan.

Pada penelitian ini terdapat keterbatasan penelitian dan dampaknya, misalnya keterbatasan wawancara yang tidak dilakukan secara *face to face* menyebabkan penulis tidak bisa mengetahui wajah dan gesture yang bisa terlihat bahagia atau sedih dari informan yang diteliti. Hambatan yang ditemui ketika melakukan proses wawancara melalui telepon tidak ada masalah. Untuk

penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang boleh menggunakan dua informan dalam penelitian.

### **KESIMPULAN**

Pasien yang mengidap penyakit kista ovarium yang dijadwalkan untuk menjalani operasi mengalami stres psikologis yang cukup besar dari pada mereka pertama kali menerima diagnosis. Situasi tersebut tidak hanya membuat perasaan tidak nyaman tetapi mereka mengalami stres ketika terjadi situasi yang tidak sesuai dengan prediksi yaitu tekanan jantung meningkat dan dilakukan proses pembedahan pada perut bawah sampai di bawah pusar, hal ini menyebabkan situasi yang kaget dan stres cukup tinggi. Hal Ini menjadi tantangan besar bagi perempuan yang terkena kista ovarium untuk berjuang sembuh selain itu mereka juga harus hidup dengan rasa takut akan ancaman yang terus-menerus dalam diri mereka sendiri. Situasi ini membutuhkan kekuatan yang kuat karena tidak semua wanita mampu menjalaninya. Tidak hanya itu saja wanita tanpa strategi koping yang aktif dan



membantu berada pada peningkatan risiko maladaptasi psikologis.

Skrining psiko-onkologis yang intens sehubungan dengan kemungkinan defisit psikososial atau kurangnya sumber daya coping di pihak wanita yang terkena sangat dianjurkan. Skrining harus dilakukan segera setelah diagnosis dan sebelum memulai pengobatan onkologis. Ini dapat digunakan untuk mendeteksi wanita yang berpotensi rentan dan mengatur dukungan psiko-onkologis yang sesuai.

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pola hidup yang sehat dimulai dari pikiran dan jiwa yang sehat. Dalam kondisi saat ini, ada beberapa wanita yang mengalami tekanan akibat stres karena peran status sosial dari keluarga bahkan pekerjaan yang selalu mempertanyakan status single dan ketidakpastian hubungan antara pasangannya sehingga menyebabkan kesehatan mentalnya berpengaruh ditambah dengan adanya penyakit kista ovarium sehingga membuat individu tersebut mengalami kelelahan fisik atau kesehatan fisiknya berpengaruh terhadap aktivitas sehari-hari.

## **SARAN**

Saran informan penelitian, diharapkan agar kedua informan tetap melakukan coping stress yang telah dilakukan berupa menjaga pola makan, gaya hidup dan hidup sehat agar bisa bahagia.

Bagi keluarga, dan orang-orang terdekat informan, dengan adanya dukungan-dukungan positif yang diberikan keluarga dan orang-orang terdekat merupakan hal yang sangat penting bagi wanita yang terdiagnosa untuk bisa mencapai coping stress jika tanpa ada dukungan dari semua orang dan memahami kondisi yang dialami informan.

Bagi masyarakat umum, penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber pengetahuan bagi masyarakat mengenai stres dan dampak psikologis wanita single pasca operasi kista. Dan penelitian ini bisa menjadikan pedoman pada masyarakat akan stigma negatif dari wanita yang mempunyai penyakit kista ovarium, diperlukan dukungan atau sosial support.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi informasi bagi penelitian selanjutnya mengenai stres dan dampak psikologis wanita

single pasca operasi kista ovarium. Dalam penelitian ini membutuhkan informan penelitian dalam ukuran yang banyak.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Saya berterima sekali kepada informan penelitian saya yaitu Ibu FB dan Ibu DY yang sudah berkenan memberikan informasi detail dan bermanfaat dalam penulisan ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

Akbar Hairil. (2021). *Teori Kesehatan Reproduksi by Hairil Akbar, Muhammad Qasim, Wuri Ratna Hidayani, Nyoman Sri Ariantini, Ramli, Ria Gustirini, Janner Pelanjani Simamora, Hasria Alang, Fitriah Handayani, Aysanti Yuliana (.pdf* (p. 127).

Benbella, A., Ktiri, F., Kasouati, J., Aboulmakarim, S., Hardizi, H., Zaidouni, A., & Bezaad, R. (2018). Depression and Anxiety Among Infertile Moroccan Women: A Cross-Sectional Study in the Reproductive Health Center in Rabat. *Journal of Depression and Anxiety*, 07(03). <https://doi.org/10.4172/2167-1044.1000312>

Chunyuan Guo<sup>1</sup>, Guie Dong<sup>1</sup>, Xinling Liang<sup>2</sup>, Zheng Dong<sup>1</sup>, <sup>1</sup>Department. (2017). 乳鼠心肌提取 HHS Public Access. *Physiology & Behavior*, 176(12), 139–148. <https://doi.org/10.1111/maq.12336>. Culture

Fatema, N., & Mubarak Al Badi, M. (2018). A Postmenopausal Woman with Giant Ovarian Serous Cyst Adenoma: A Case Report with Brief Literature Review. *Case Reports in Obstetrics and Gynecology*, 2018, 1–4. <https://doi.org/10.1155/2018/5478328>

Handayani, R. T., Kuntari, S., Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, J. T. (2020). Factors Causing Stress in Health and Community When the Covid-19 Pandemic. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 353. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.3.2020.353-360>

Levani, et al. (2020). Stress dan Kesehatan Mental di Masa Pandemi COVID-19. *Seminar Online Update on COVID-19 Multidiciplinary Perspective*, 134–144.

- Marlinda, M., Afiyati, Y., & Budiati, T. (2018). Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Kista Endometriosis Menggunakan Pendekatan Teori Comfort Dan Loss & Grief. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 6(2), 117. <https://doi.org/10.47218/jkpbl.v6i2.48>
- Masyah, B. (2020). Pandemi Covid 19 terhadap Kesehatan Mental dan Psikososial. *Mahakan Noursing*, 2(8), 353–362. <http://ejournalperawat.poltekkes-kaltim.ac.id/index.php/nursing/article/view/180/74>
- Ningsih, I. R. A. (2020). Dinamika Coping Stress Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Endometriosis. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.33508/exp.v8i1.2546>
- Organização Mundial de Saúde. (2022). *World health statistics 2022 (Monitoring health of the SDGs)*. <http://apps.who.int/bookorders>.
- Puastiningsih, S., & Wati, H. S. (2017). Penerimaan Diri pada Penderita Kista Ovarium. *Ir-Perpustakaan Universitas AIRLANGGA*, 2014, 12–31.
- Purnami, C. T., & Sawitri, D. R. (2019). Instrumen “Perceive Stress Scale” Online Sebagai Alternatif Alat Pengukur Tingkat Stress Secara Mudah Dan Cepat. *Seminar Nasional Kolaborasi Pengabdian Kepada MAsyarakat UNDIP-UNNES*, 311–314. <https://proceedings.undip.ac.id/index.php/semnasppm2019/article/download/119/138>
- Rukmana, D. (2019). *Program studi sarjana keperawatan universitas bhakti kencana bandung 2019*. 3–44.
- Savitri, P. R. S. S., Budiana, I. N. G., & Mahayasa, P. D. (2020). Karakteristik Penderita Kista Ovarium di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar Periode 1 Januari Sampai 30 Juni 2018. *Jurnal Medika Udayana*, 9(3), 82–86.
- Setyaningrum, W., & Yanuarita, H. A. (2020). Pengaruh Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Kota Malang. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(4).

<https://doi.org/10.36312/jisip.v4i4.1580>

Sinaga, D. R., Ulfah, M., & Dewi, F. K. (2021). Studi Fenomologi Kualitas Hidup pada Pasien Kista Ovarium di RS. Emanuel Purwareja Klampok Banjarnegara. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM)*, 679–685.

Sukardi, & Sulaiman, L. (2021). Dampak Physical Distancing dan Sosial Distancing pada Kesehatan Fisik dan Mental Masyarakat. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(3), 673–680.

Thaha, R. Y., & Yani, R. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi di SMPN 1 Buntao Kabupaten Toraja Utara Factors Affecting Adolescent Knowledge About Reproductive Health at SMPN 1 Buntao , North Toraja Regency. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 3(September), 52–74.

Timilsina, A. (2018). Intersecting Mental Health and Sexual and Reproductive Health. *Health Prospect*, 17(1), 18–20.

<https://doi.org/10.3126/hprospect.v17i1.20564>

Tschuschke, V., Karadaglis, G., Evangelou, K., Gräfin von Schweinitz, C., & Schwickerath, J. (2017). Psychological Stress and Coping Resources during Primary Systemic Therapy for Breast Cancer. Results of a Prospective Study. *Geburtshilfe Und Frauenheilkunde*, 77(02), 158–168. <https://doi.org/10.1055/s-0043-101237>

Xu, J., Shao, H., Yang, Y., Shi, X., & Tao, M. (2019). Improvement and effect of stress responses and ovarian reserve function in patients with ovarian cysts after laparoscopic surgery. *Journal of International Medical Research*, 47(7), 3212–3222. <https://doi.org/10.1177/0300060519851333>