

**Konseling *Logotherapy* dalam Pendampingan Pasien Kanker
di Rumah Singgah *Blood For Life Foundation***

**Ummu Hanik Thasa^{1*}, Nurul Fazria², Khairul Atiah³, Ica Salwana⁴, Nawfal Ibrar⁵,
Zahra Nelissa⁶**

^{1 2 3 4 5 6} Universitas Syiah Kuala, Aceh, Indonesia

* Penulis Korespondensi: zahranelissa@usk.ac.id

Abstrak: Kanker adalah penyakit kronis yang memiliki tingkat kesakitan dan kematian yang tinggi, menjadi penyebab kematian kedua terbanyak di Indonesia setelah penyakit jantung. Pada tahun 2020, diperkirakan terdapat 396.914 kasus baru kanker di Indonesia dengan 234.511 kematian akibatnya. Pasien kanker menghadapi berbagai tantangan fisik, seperti rasa sakit, kelelahan, mual, dan muntah. Selain itu, tantangan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan stres juga sering dialami. Di samping itu, pasien kanker juga menghadapi tantangan sosial, seperti diskriminasi dan stigma. Rumah Singgah merupakan tempat di mana pasien kanker menginap selama menjalani pengobatan rawat jalan, karena pengobatan kanker hanya dapat dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah. Pasien yang tinggal di Rumah Singgah berasal dari berbagai daerah. Salah satu tantangan psikologis yang sangat berat yang dihadapi pasien kanker adalah mencari makna di balik perjuangan mereka melawan penyakit ini. Mereka sering bertanya-tanya mengapa mereka harus menghadapi penyakit ini dan apa arti dari penderitaan mereka. Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Rumah Singgah melibatkan pemberian dukungan psikologis kepada pasien kanker melalui konseling *Logotherapy*. Konseling *Logotherapy* adalah pendekatan terapi yang menekankan pencarian makna hidup sebagai sumber kekuatan dan motivasi. Viktor Frankl, pendiri *Logotherapy*, berpendapat bahwa manusia memiliki kebutuhan dasar untuk menemukan makna dalam hidup mereka. Konseling *Logotherapy* membantu pasien kanker dalam menemukan makna hidup, yang dapat ditemukan dalam berbagai aspek seperti cinta, pekerjaan, agama, dan kreativitas. Ketika pasien memiliki makna hidup, mereka akan memiliki kekuatan dan motivasi yang lebih besar untuk menghadapi berbagai tantangan, termasuk penyakit kanker. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan pasien kanker dapat menerima kondisinya dengan lapang dada dan tetap bersemangat untuk sembuh karena mereka memiliki makna hidup. Ketika mereka memiliki makna hidup, semangat mereka untuk sembuh dari penyakitnya akan semakin besar, dan mereka dapat menjalani pengobatan dengan sukarela dan penuh semangat.

Kata kunci: Konseling, *Logotherapy*, Pendampingan, Pasien Kanker

Pendahuluan

Pada tahun 2020, jumlah kasus kanker di Indonesia mencapai angka yang mencemaskan, yaitu sebanyak 396.914 kasus, dengan tragisnya terdapat 234.511 kasus yang berakhir dengan kematian (Globocan, 2020). Kita tidak dapat mengabaikan kenyataan bahwa dalam lima tahun terakhir, jumlah kasus kanker telah mencapai angka

yang sangat mengkhawatirkan, yakni 946.088 kasus (Globocan, 2020). Kanker saat ini telah menduduki peringkat kedua sebagai penyebab kematian di seluruh dunia dan peringkat keenam di Indonesia. Diperkirakan terdapat sekitar 100 kasus kanker baru setiap tahunnya untuk setiap 100.000 penduduk di Indonesia (Mardenny, 2018).

Setiap tahun, jutaan individu yang berjuang melawan kanker harus menghadapi perjuangan yang tak kenal lelah (Fadhila, 2022). Kanker, sebuah penyakit kronis yang ditandai oleh pertumbuhan sel-sel tubuh yang abnormal dan terus berkembang dengan cepat, memang sulit untuk ditekan (Hastutiningtyas, 2017). Diagnosis kanker seringkali diterima dengan takut dan kecemasan yang berlebihan, yang pada gilirannya dapat mengganggu kesejahteraan psikologis pasien. Lubis (2016) menjelaskan bahwa pasien kanker seringkali mengalami berbagai gejala psikologis, termasuk perasaan sedih, kekhawatiran yang berlarut-larut, hilangnya minat atau kegembiraan dalam beraktivitas, rasa kelelahan yang berkepanjangan, perasaan bersalah, perasaan tidak berarti, serta pemikiran tentang kematian dan bunuh diri. Kondisi psikologis yang kompleks ini seringkali muncul karena informasi yang salah mengenai kanker yang beredar di masyarakat. Terlalu banyak orang yang masih memandang kanker sebagai vonis kematian yang tak terelakkan. Stigma seputar penyakit ini juga dapat memicu kecemasan, yang ditandai oleh kesulitan tidur, kesulitan berkonsentrasi, hilangnya nafsu makan, dan rasa putus asa yang berlebihan, hingga hilangnya semangat hidup.

Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF), sebuah organisasi sosial dan kesehatan yang sepenuhnya beroperasi berdasarkan kerja sukarela. Perjalanan para pasien kanker dalam melawan penyakit ini membawa perubahan yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk semangat mereka dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Pasien-pasien yang tinggal di Rumah Singgah BFLF adalah individu yang telah menjalani perjalanan yang panjang dan penuh tantangan dalam melawan kanker, dan mereka berasal dari berbagai daerah di Aceh. Kondisi ini seringkali membuat mereka merasa terisolasi, kesepian, bahkan putus asa. Tidak sedikit di antara mereka yang mengalami luka emosional karena ditinggalkan oleh keluarga atau pasangan hidup ketika mereka sedang berjuang keras melawan penyakit yang mengancam nyawa. Rumah Singgah BFLF berupaya menyediakan dukungan komprehensif dan kenyamanan yang sangat dibutuhkan oleh pasien kanker. Upaya ini mencakup aspek perawatan medis dan dukungan emosional, karena mereka percaya bahwa memerangi kanker tidak hanya melibatkan proses medis, tetapi juga perjuangan melawan perasaan kesepian, hilangnya semangat hidup, dan trauma emosional yang mungkin dialami oleh para pasien.

Penyakit kronis seperti kanker dapat merangsang individu untuk menjalani pencarian makna dalam hidup mereka. Kanker, sebagai penyakit kronis, memiliki keterkaitan yang signifikan dengan dampak fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi yang dialami oleh para pasien (Candra & Pande, 2016). Menurut Viktor E. Frankl, dorongan utama dalam diri manusia adalah menemukan makna yang tepat dalam hidup (Sumarno, 2022). Dalam menangani masalah psikologis yang muncul selama perjalanan pasien kanker, penting bagi mereka untuk menemukan "makna" dalam perjuangan mereka. Salah satu pendekatan yang digunakan untuk mencapai ini adalah melalui *Konseling Logotherapy*, sebuah bentuk psikoterapi yang dikembangkan oleh Viktor Frankl, seorang psikiater dan ahli neurologi Austria (Purwoko, 2020). Viktor E. Frankl meyakini bahwa kunci untuk bertahan dan menjalani kehidupan selama masa krisis terletak pada kemampuan individu untuk menemukan dan meraih makna hidup yang berarti (Ach. Sudrajad Nurismawan et al., 2023).

Logotherapy dapat dianggap sebagai salah satu intervensi yang relevan dalam mengatasi kondisi ketidakbermaknaan hidup (Pramana et al., 2021). *Logotherapy* bertujuan untuk membantu individu menemukan tujuan hidup mereka, serta mengatasi

masalah psikologis yang terkait dengan putus asa dan kehilangan makna hidup (Jayanti, 2019). *Logotherapy* dapat membantu individu menemukan dan mencapai makna dan tujuan hidupnya, meningkatkan kesadaran terhadap sumber kebermaknaan hidup, memperkuat hubungan sosial, mengekspresikan nilai-nilai kehidupan, mengaktualisasi potensi diri, mendukung pola pikir positif, dan menghadapi musibah dengan sikap yang tepat (Septiani et al., 2020).

Logotherapy terbukti efektif dalam memfasilitasi proses aktualisasi diri individu, memberikan makna pada kehidupan saat ini dan di masa depan, dengan aspirasi untuk mencapai keadaan yang lebih baik (Sausan Zakiyah & Yusran, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Sriyati (2013) telah menunjukkan bahwa *Logotherapy* efektif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien kanker payudara stadium awal. Meskipun penelitian ini memiliki batasan, seperti jumlah sampel yang relatif kecil dan durasi terapi yang singkat, namun hal ini menjadi dasar untuk mengusulkan program Konseling *Logotherapy* dengan durasi lima bulan dengan harapan dapat memberikan Konseling *Logotherapy* secara lebih maksimal dan efektif kepada pasien kanker di Rumah Singgah BFLF. *Logotherapy* juga dapat menurunkan depresi dan memperbaiki kualitas hidup pasien kanker payudara stadium lanjut (Burhani Putri et al., 2018).

Tim bergerak untuk membantu pasien kanker di Rumah Singgah BFLF dalam mencari "makna" dalam perjuangan mereka melawan kanker. Dengan memberikan dukungan sosial, dukungan psikologis, dan dukungan kesehatan, tim ini bertujuan untuk membantu pasien mengatasi rasa putus asa dan membantu mereka memulai hidup baru dengan semangat dan optimisme (Eni, 2022). Program ini memiliki nilai yang dapat diambil dan dirasakan oleh semua orang. Keunikan program ini adalah bahwa selain membantu pasien menemukan makna dalam perjuangan mereka, program ini juga mempererat hubungan sosial antara pasien dan membangkitkan semangat kekeluargaan.

Metode

Tahapan Konseling *Logotherapy* dilakukan dalam tiga tahapan, diantaranya sebagai berikut:

Persiapan

Sebelum melaksanakan program, Tim melakukan persiapan yang cermat dan terperinci untuk memastikan efisiensi dan efektivitas pelaksanaan program (Crow & Whiteman, 2016). Semua kegiatan dilaksanakan dengan mematuhi protokol kesehatan guna menjaga kesejahteraan bersama. Beberapa langkah persiapan yang dijalankan mencakup pemilihan kelompok, identifikasi mitra yang relevan, penyusunan buku saku, serta pendekatan komunikatif dengan masyarakat.

Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, ditemukan beberapa subprogram yang akan dijalankan untuk merealisasikan program *Logotherapy* serta pencarian makna hidup selama perjuangan melawan kanker. Semua aktivitas pada tahap pelaksanaan ini akan dijalankan dengan tulus mematuhi protokol kesehatan guna menjaga kesejahteraan bersama. Adapun program-program yang direncanakan melibatkan: (1) sosialisasi, (2) *sharing session*, (3) Konseling *Logotherapy*, (4) Program Keberlanjutan (5) Pembuatan Buku Pedoman. Program-program ini dirancang untuk memberikan bantuan yang terarah dan efektif kepada para pasien kanker dalam pencarian makna hidup mereka selama proses perjuangan mereka melawan penyakit (Lengkey & Engel, 2022).

Kelompok melakukan sosialisasi dengan pasien untuk mengedukasi mereka tentang pentingnya mencari makna hidup dalam perjuangan melawan kanker. Selain itu, kelompok memberikan panduan tentang bagaimana *Logotherapy* dapat menjadi alat

untuk memotivasi pasien kanker. Pada saat yang sama, kelompok menjelaskan peran penting pendamping sebagai sistem dukungan bagi keluarga pasien yang hadir. Upaya ini juga bertujuan untuk memberikan semangat kepada keluarga pasien agar mereka tetap mendukung pasien dalam perjuangan mereka. Sosialisasi ini diharapkan dapat membantu pasien kanker memahami konsep makna hidup dan membantu pendamping menjadi pendukung yang kuat bagi pasien.

Selanjutnya, kelompok menyelenggarakan *sharing session* bersama pasien kanker. Dalam sesi ini, pasien kanker berbagi cerita dan pengalaman mereka dalam menghadapi perjuangan melawan kanker di depan sesama pasien kanker. Tujuan dari sesi ini adalah untuk merangsang pemikiran para pasien tentang makna hidup yang tengah mereka alami.

Konseling *Logotherapy* dilaksanakan dalam tujuh sesi dengan pasien yang berbeda. Konseling *Logotherapy* ini dimaksudkan untuk membantu pasien kanker dalam mencari makna hidup selama perjuangan melawan kanker. Untuk menjaga berlanjutnya penerapan program *Logotherapy* pada pasien kanker yang sedang berjuang melawan kanker, kelompok memberikan bimbingan kepada pasien kanker yang aktif serta pengurus Rumah Singgah BFLF. Hal ini bertujuan agar pasien kanker dan pengurus BFLF dapat menerapkan prinsip-prinsip *Logotherapy* dalam pencarian makna hidup selama perjuangan melawan kanker kepada pasien kanker lainnya.

Terakhir, kelompok menyusun buku pedoman pelaksanaan program Konseling *Logotherapy* dalam mencari makna hidup selama perjuangan melawan kanker. Buku pedoman ini akan digunakan sebagai panduan bagi mitra yang berminat untuk menjalankan program serupa di masa mendatang.

Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan langkah akhir dari program yang dilaksanakan, yang bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dari program yang telah dijalankan. Evaluasi program berperan sebagai alat pendukung dan pengontrol dalam pelaksanaan program, dengan tujuan untuk memungkinkan pemantauan tindak lanjut dari pelaksanaan program tersebut (Putra, Andreas, 2018). Hasil evaluasi ini akan menjadi landasan untuk perbaikan program di masa depan. Selain itu, kelompok juga menyusun sebuah buku pedoman yang ditujukan kepada mitra sebagai panduan praktis dalam menjalankan program Konseling *Logotherapy* dalam mencari makna hidup selama perjuangan melawan kanker. Buku pedoman ini akan berguna sebagai alat referensi yang bermanfaat bagi mitra yang berminat untuk melaksanakan program serupa di waktu yang akan datang.

Hasil & Pembahasan

Buku Saku

Kelompok menyusun buku saku yang akan digunakan sebagai pedoman selama pelaksanaan program Konseling *Logotherapy* dalam pencarian makna hidup. Melalui penyusunan buku saku ini, diharapkan dapat memberikan panduan yang bermanfaat bagi Tim dalam melaksanakan Konseling *Logotherapy* dengan lebih efektif dan efisien.

Pendekatan dengan Masyarakat

Kelompok telah melakukan pendekatan terhadap pasien dengan tujuan agar sesi Konseling *Logotherapy* dapat berlangsung dengan lancar. Selama pendekatan ini, kelompok menjelaskan konsep *Logotherapy*, yang merupakan bentuk konseling yang bertujuan untuk mencari makna hidup sebagai sarana untuk mengatasi penderitaan dan mencapai kepuasan. Melalui kegiatan pendekatan kepada masyarakat ini, kelompok berharap dapat membangun hubungan yang positif dengan pasien kanker,

memungkinkan interaksi yang lebih efektif dan efisien selama sesi Konseling *Logotherapy*.

Sosialisasi

Kelompok melakukan kegiatan sosialisasi kepada pasien tentang pentingnya mencari makna hidup dalam perjuangan melawan kanker. Selain itu, kelompok juga memberikan informasi tentang bagaimana *Logotherapy* dapat menjadi alat untuk memotivasi pasien kanker. Pada saat yang sama, kelompok menjelaskan peran yang penting dari pendamping sebagai sistem pendukung bagi keluarga pasien yang hadir. Upaya ini juga bertujuan untuk memberikan semangat kepada keluarga pasien agar mereka tetap mendukung pasien dalam perjuangan mereka. Sosialisasi ini diharapkan dapat membantu pasien kanker memahami konsep makna hidup, juga memungkinkan pendamping untuk terus menjadi sumber dukungan yang penting bagi pasien kanker.

Sharing Session

Kelompok akan melakukan kegiatan sharing session bersama dengan pasien kanker. Dalam sesi ini, para pasien kanker akan berbagi cerita mengenai pengalaman perjuangan mereka melawan kanker di hadapan sesama pasien kanker lainnya. Melalui sharing session ini, diharapkan dapat merangsang pemikiran para pasien kanker tentang makna hidup yang mereka alami selama perjuangan mereka melawan kanker karena salah satu faktor yang mendukung keberhasilan dari intervensi *Logotherapy* adalah adanya keterbukaan dan keaktifan partisipan (Farisandy & Surjaningrum, 2021).

Konseling *Logotherapy*

Pelaksanaan Konseling *Logotherapy* dilakukan pada 12 pasien yang berbeda. Konseling *Logotherapy* diberikan kepada pasien kanker dalam upaya mencari makna dari perjuangan melawan kanker. Adapun kegiatan yang akan dilakukan di setiap pertemuan sebagai berikut:

- Pertemuan pertama: Membantu pasien kanker dalam menemukan makna dari perjuangan melawan kanker. Diharapkan bahwa pasien kanker dapat menemukan makna hidup dari perjuangan mereka melawan kanker.
- Pertemuan kedua: Mendukung pasien kanker dalam mengatasi perasaan dan emosi negatif, seperti kecemasan, kekhawatiran, dan depresi, yang seringkali muncul selama proses pengobatan kanker. Diharapkan pasien kanker dapat mengatasi perasaan kecemasan dan kekhawatiran yang kadang-kadang muncul.
- Pertemuan ketiga: Mengidentifikasi nilai-nilai dan kepercayaan yang penting bagi pasien kanker, serta membantu mereka dalam mengaitkan nilai-nilai tersebut dengan makna hidup yang mereka cari. Diharapkan melalui kegiatan ini pasien kanker dapat menghubungkan nilai-nilai pribadi dengan makna hidup mereka.
- Pertemuan keempat: Membantu pasien dalam menemukan motivasi dan tujuan hidup yang baru, meskipun dalam situasi yang sulit seperti perjuangan melawan kanker. Diharapkan melalui kegiatan ini pasien kanker dapat menemukan tujuan hidup yang memotivasi walaupun dalam keadaan sulit.
- Pertemuan kelima: Memberikan dukungan emosional dan psikologis kepada pasien kanker selama proses pengobatan dan pemulihan. Melalui kegiatan ini, diharapkan pasien kanker dapat menjalani proses pengobatan dengan perasaan tenang dan nyaman.

Program Keberlanjutan

Dalam rangka menjaga keberlanjutan penerapan program konseling *Logotherapy* pada pasien kanker dalam upaya mencari makna dalam perjuangan melawan penyakit, kelompok akan memberikan bimbingan kepada pasien kanker yang aktif dan pengurus Rumah Singgah BFLF. Hal ini bertujuan agar pasien kanker yang telah mengalami

manfaat dari Konseling *Logotherapy* dapat berperan sebagai fasilitator untuk menerapkan Konseling *Logotherapy* kepada pasien kanker lainnya.

Selain itu, kelompok juga akan menyusun akun media sosial Tim Konseling *Logotherapy* dengan tujuan untuk berbagi informasi tentang program kepada masyarakat. Melalui akun media sosial ini, kelompok akan menciptakan hubungan antara individu yang memiliki minat serupa, mempromosikan bisnis lokal, serta menyediakan akses informasi tentang peristiwa di lingkungan sekitar dan secara global. Adapun media sosial tim Konseling *Logotherapy* dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 1. Media Sosial Tim Konseling *Logotherapy*

Media	Akun	Laman
E-Mail	konselinglogotherapy@gmail.com	https://mail.google.com
YouTube	@konselinglogotherapy	https://youtube.com/@konselinglogotherapy
TikTok	@konselinglogotherapy	https://www.tiktok.com/@konselinglogotherapy?_t=8dmQik6DCAk&_r=1
Instagram	@konselinglogotherapy	https://instagram.com/konselinglogotherapy?igshid=MzNlNGNkZWQ4Mg==

Kelompok juga akan menyelenggarakan *Training of Trainers* (ToT) untuk pendamping dan pasien. Pelatihan ini bertujuan untuk mempersiapkan mereka agar di masa depan, ketika ada pasien baru yang belum menemukan makna hidup, mereka dapat memberikan konseling *Logotherapy* kepada pasien tersebut.

Kesimpulan

Kanker merupakan penyakit yang menimbulkan beban fisik, psikologis, dan sosial yang besar bagi pasien. Di Indonesia, angka insiden dan kematian akibat kanker sangat tinggi. Pasien kanker menghadapi berbagai tantangan, termasuk mencari makna di balik perjuangan mereka melawan penyakit ini. Konseling *Logotherapy*, yang fokus pada pencarian makna hidup, telah muncul sebagai pendekatan yang berharga dalam membantu pasien mengatasi tantangan psikologis ini. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat di Rumah Singgah, pasien kanker dapat menemukan makna hidup dalam perjuangan mereka, yang pada gilirannya meningkatkan semangat dan motivasi mereka untuk menghadapi penyakit dan menjalani pengobatan. Dengan adanya makna hidup, pasien kanker dapat menerima kondisi mereka dengan lapang dada dan merasa lebih kuat dalam menghadapi berbagai rintangan yang ada. Kesimpulannya, pendekatan *Logotherapy* ini memiliki potensi untuk mendukung perjalanan kesembuhan pasien kanker di Indonesia, memberikan mereka harapan dan semangat yang lebih besar dalam melawan penyakit ini.

Ucapan Terima Kasih

Kami ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang mendalam kepada Program Kreativitas Mahasiswa (PKM), dosen pendamping, dan teman-teman anggota tim kami atas dukungan dan bantuan yang luar biasa dalam pelaksanaan penelitian kami. Tanpa kontribusi berharga dari semua pihak ini, pencapaian kami dalam proyek ini tidak akan menjadi mungkin. Program PKM telah memberikan kami kesempatan untuk menjalankan proyek penelitian yang sangat berarti, dan kami merasa sangat beruntung karena mendapatkan dukungan finansial dan pedoman yang sangat berharga selama perjalanan penelitian kami. Ini telah memungkinkan kami untuk mengejar minat kami, mendapatkan pengalaman berharga, dan berkontribusi pada pengembangan ilmu

pengetahuan. Kepada dosen pendamping, terima kasih atas bimbingan, bantuan, dan waktunya yang berharga. Anda telah memainkan peran yang sangat penting dalam membimbing kami melalui berbagai tahap pengabdian kami. Tanpa panduan dan wawasan Beliau, proyek kami tidak akan mencapai hasil yang kami raih. Teman-teman anggota tim kami, kami sangat berterima kasih atas kerjasama, dedikasi, dan semangat yang Kalian bawa ke proyek ini. Kami tahu bahwa tanpa kolaborasi dan dukungan satu sama lain, pencapaian kami tidak akan sebesar ini. Terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi pada proyek ini. Semua usaha bersama ini adalah contoh nyata bahwa kerja tim dan dukungan adalah kunci untuk mencapai tujuan. Kami berharap proyek ini memberikan manfaat dan kontribusi yang berarti. Ucapan terima kasih kami tulus, dan kami sangat menghargai peran yang Anda mainkan dalam kesuksesan proyek kami.

Daftar Pustaka

2