

**LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN MASYARAKAT YANG DIAJUKAN
KE LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT**



**WORKSHOP ART ACTIVITY UNTUK MENGATASI KEJENUHAN PADA
ANAK PEJUANG KANKER**

Disusun oleh:

Ketua Tim

Agustina, M.Psi., Psikolog [0331088203/10709002]

Nama Mahasiswa:

Gabrielle Debora Wibowo / 705230106

Sendy Tangkemanda / 705230115

Clarissa Emmanuela Siahainenina / 705230116

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2026**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN AKHIR PENGABDIAN MASYARAKAT
Skema PKM100 Plus
Periode I Tahun 2026

- | | |
|-------------------------------|---|
| 1. Judul PKM | : Workshop Art Activity untuk Mengatasi Kejenuhan Pada |
| 2. Nama Mitra PKM | Anak Pejuang Kanker |
| 3. Dosen Pelaksana | : Yayasan Lilin Pelita Kasih |
| | |
| A. Nama dan Gelar | : Agustina, M.Psi., Psikolog |
| B. NIDN/NIK | : 0331088203/10709002 |
| C. Jabatan/Gol. | : Dosen/Lektor 300 |
| D. Program Studi | : Psikologi |
| E. Fakultas | : Psikologi |
| F. Bidang Keahlian | : Psikologi Klinis |
| H. Nomor HP/Tlp/Email | : 08170705303 |
| 4. Mahasiswa yang Terlibat | |
| A. Jumlah Anggota (Mahasiswa) | : 3 orang |
| B. Nama & NIM Mahasiswa 1 | : Gabrielle Debora Wibowo & 705230106 |
| C. Nama & NIM Mahasiswa 2 | : Sendy Tangkemanda & 705230115 |
| D. Nama & NIM Mahasiswa 3 | : Clarissa Emmanuela Siahainenia & 705230116 |
| 5. Lokasi Kegiatan Mitra | : Jl. Katalia Raya No.27, RT.7/RW.8, Kota Bambu Utara, Kec. Palmerah, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11420 |
| A. Wilayah Mitra | : Kota Bambu Utara |
| B. Kabupaten/Kota | : Kota Jakarta Barat |
| C. Provinsi | : DKI Jakarta |
| 6. Metode Pelaksanaan | : Luring |
| 7. Luaran yang dihasilkan | : Artikel Jurnal, HKI Poster |
| 8. Jangka Waktu Pelaksanaan | : Januari - Juni 2026 |
| 9. Biaya yang disetujui LPPM | : Rp. 5.000.000; |

Jakarta, 30 Juni 2026

Menyetujui,
Kepala LPPM



Dr. Hetty Karunia Tunjungsari, S.E., M.Si.
NIDN/NIDK : 0316017903/10103030

Ketua Pelaksana

Agustina, M.Psi., Psikolog
NIDN: 0331088203

WORKSHOP ART ACTIVITY UNTUK MENGATASI KEJENUHAN PADA ANAK PEJUANG KANKER

Anak pejuang kanker menghadapi berbagai tantangan fisik dan psikologis selama menjalani proses pengobatan. Kondisi seperti kelelahan, nyeri, keterbatasan aktivitas, serta perubahan fisik akibat penyakit dan pengobatan dapat memicu kejenuhan, menurunkan kepercayaan diri, dan mempengaruhi citra tubuh anak. Oleh karena itu, diperlukan dukungan emosional yang berkelanjutan untuk membantu anak mempertahankan kesejahteraan psikologisnya. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di Yayasan Lilin Pelita Kasih dengan tujuan memberikan dukungan emosional bagi anak pejuang kanker serta meningkatkan pemahaman orang tua mengenai pentingnya peran keluarga dalam membangun citra tubuh yang positif pada anak. Metode pelaksanaan dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama berupa Workshop Art Activity yang melibatkan anak pejuang kanker melalui berbagai kegiatan kreatif, seperti melukis topeng, membuat gantungan kunci dari clay, melukis pot dan menanam bunga, serta melukis kanvas bertema “Aku di Masa Depan”. Kegiatan ini bertujuan mengurangi kejenuhan, meningkatkan keterlibatan anak dalam aktivitas bermakna, serta memberikan ruang untuk mengekspresikan emosi secara positif. Tahap kedua berupa psikoedukasi bagi orang tua dan anak dengan memanfaatkan media poster berjudul “Anakku... Kamu Tetap Berharga” yang membahas pentingnya dukungan emosional orang tua dalam membantu anak menghadapi perubahan fisik dan membangun body image yang positif. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa anak menjadi lebih aktif, antusias, dan berani berinteraksi, sementara orang tua memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai cara memberikan dukungan emosional yang sehat. Program ini diharapkan dapat mendukung kesehatan mental, meningkatkan kualitas hidup, serta memperkuat kesejahteraan psikologis anak pejuang kanker dan keluarganya.

Kata kunci: Kanker; citra tubuh; dukungan emosional; psikoedukasi; workshop art activity; kesejahteraan psikologis

1. PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Kanker merupakan salah satu masalah kesehatan utama di dunia yang mempengaruhi dan mengancam kehidupan segala usia termasuk anak dan remaja (Atun et al., 2020; Siegel et al., 2023). Di Indonesia, kanker anak menyumbang 3-5% dari seluruh kasus kanker yang ditemukan dengan 11.000 kasus kanker anak tiap tahunnya (Agustina et al., 2018). Selama menjalani pengobatan, anak harus siap menghadapi berbagai prosedur medis dengan jangka waktu yang panjang, hal ini juga mempengaruhi rutinitas kehidupan sehari-hari. Kondisi fisik seperti kelelahan, nyeri, dan istirahat secara tidak langsung membatasi aktivitas penderita kanker, sehingga aktivitas yang dilakukan cenderung monoton dan berulang (Sepahvand et al., 2024). Aktivitas monoton seperti ini memicu meningkatnya kejenuhan.

Kejenuhan atau dalam bahasa Inggris disebut *boredom* merupakan perasaan tidak menyenangkan dan berkaitan dengan keinginan untuk terlibat secara kognitif, namun tidak menemukan aktivitas yang dapat membuat individu terlibat dan mendapatkan stimulus (Danckert et al., 2018). Pada anak pejuang kanker, kejenuhan dapat muncul akibat proses pengobatan yang berlangsung dalam jangka waktu panjang dan kurangnya kesempatan untuk bermain maupun berinteraksi secara aktif. Akibatnya, anak mengalami penurunan minat terhadap aktivitas dan sulit merasa terlibat secara optimal. Kejenuhan penting untuk dilihat secara mendalam karena hal ini tidak hanya berkaitan dengan kurangnya aktivitas, tetapi memicu kondisi emosional negatif lain seperti tidak puas, kehilangan makna dalam aktivitas sehari-hari dan persepsi keterbatasan diri dalam melakukan aktivitas (Lane, 2025).

Selain itu, perubahan dalam rutinitas juga mempengaruhi cara anak memandang diri sendiri serta lingkungan sekitar. Salah satu aspek psikologis yang perlu diperhatikan adalah citra tubuh. Citra tubuh atau dalam bahasa Inggris disebut *body image* merupakan cara individu mengalami dan memandang tubuhnya. *Body image* bukan hanya berkaitan dengan

penampilan fisik, tetapi juga persepsi mengenai tubuh, sikap atau perasaan individu terhadap tubuhnya (Zanlorenci et al., 2024). Pada masa pertumbuhan anak, pembentukan citra tubuh merupakan bagian penting dalam perkembangan konsep diri, anak mulai mengenali karakteristik fisik dan anak seringkali membandingkan dirinya dengan orang lain, khususnya teman sebaya. Bagi anak pejuang kanker, berbagai perubahan fisik muncul akibat proses pengobatan ataupun kanker, seperti kerontokan rambut, perubahan berat badan, nyeri, ataupun gatal pada bagian badan (Naulia & Saudi, 2024). Adapun perubahan fisik setelah prosedur medis maupun operasi seperti bekas luka pada badan pasien.

Perubahan citra diri dapat menimbulkan berbagai respon emosional pasien. Selain itu, tindakan kemoterapi juga memicu gangguan citra tubuh. Anak pejuang kanker sering kali mengalami kesulitan menerima kondisi fisiknya, merasa rendah diri, malu atau kehilangan kepercayaan diri ketika bertemu orang lain (Arfina et al., 2022). Perubahan ini dipengaruhi secara kuat oleh pikiran dan emosi individu. Sebri dan Pravettoni (2023) menyatakan bahwa ketidakpuasan terhadap citra tubuh meningkatkan berbagai emosi negatif, adanya ketakutan atas penilaian orang lain, serta tekanan emosional. Hal ini menyebabkan penurunan kualitas hidup dan emosi positif dari anak pejuang kanker. Selain itu, anak pejuang kanker juga beresiko menarik diri dari lingkungan sosial, khususnya dengan teman sebaya. Kondisi ini dapat semakin berat karena anak pejuang kanker berada pada tahap perkembangan yang ditandai meningkatnya perhatian keinginan diterima oleh teman sebaya.

Dalam menghadapi berbagai tantangan tersebut, anak pejuang kanker memerlukan dukungan psikososial. Orang tua dan pengasuh anak pejuang kanker memiliki peran yang penting bagi anak-anak pejuang kanker. Kehadiran orang tua dan pengasuh anak pejuang kanker merupakan kunci bagi anak untuk membangun citra tubuh yang lebih positif dan meningkatkan emosi positif melalui dukungan emosional yang sehat. Dukungan dapat berupa perhatian, kata-kata lembut, pendampingan dan ruang untuk anak bercerita. Melalui dukungan tersebut, anak dapat merasa diterima, dihargai dan menyadari bahwa ia berharga terlepas dari perubahan fisik yang dialaminya. Selain dukungan dari sekitar, anak membutuhkan media untuk mengekspresikan perasaan, mengelola emosi serta mendapatkan pengalaman ataupun aktivitas bermakna dalam kesehariannya untuk mengurangi kejenuhan. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah dengan aktivitas seni. Melalui kegiatan ini, anak-anak diharapkan mendapatkan aktivitas bermakna sesuai dengan apa yang disukai, aktivitas ini juga berfungsi sebagai metode untuk mengekspresikan diri secara bebas bagi anak.

B. Masalah Mitra dan Solusinya

Mitra dalam kegiatan ini adalah Yayasan Lilin Pelita Kasih yang menaungi Rumah Singgah Lentera Pejuang Kanker, yaitu tempat tinggal sementara bagi anak-anak penderita kanker dan pendampingnya selama menjalani proses pengobatan. Selama menjalani pengobatan, anak-anak pejuang kanker menghadapi berbagai tantangan fisik dan psikologis. Kondisi seperti kelelahan, nyeri, keterbatasan aktivitas, serta perubahan rutinitas sehari-hari menyebabkan anak memiliki kesempatan yang lebih sedikit untuk melakukan aktivitas yang bervariasi sesuai dengan tahap perkembangannya. Situasi tersebut dapat memicu munculnya kejenuhan, berkurangnya emosi positif, serta menurunnya keterlibatan anak dalam aktivitas sehari-hari. Selain itu, berbagai perubahan fisik akibat kanker dan pengobatan, seperti kerontokan rambut, perubahan berat badan, maupun bekas tindakan medis, dapat memengaruhi cara anak memandang dirinya sendiri dan menimbulkan permasalahan terkait citra tubuh (*body image*).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pengurus yayasan, orang tua, serta anak-anak yang tinggal di rumah singgah, ditemukan bahwa anak-anak menunjukkan tanda-

tanda kejenuhan selama menjalani masa perawatan. Kondisi tersebut terlihat dari kecenderungan anak menghabiskan waktu dengan bermain gawai, kehilangan minat terhadap aktivitas lain, serta kurangnya keterlibatan dalam kegiatan yang bermakna. Selain itu, beberapa anak juga menunjukkan kepercayaan diri yang masih perlu dikembangkan ketika berinteraksi dengan orang lain. Permasalahan ini menunjukkan bahwa anak pejuang kanker tidak hanya membutuhkan dukungan medis, tetapi juga dukungan emosional yang dapat membantu mereka mengelola emosi, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta membangun pandangan yang lebih positif terhadap diri mereka sendiri.

Sebagai salah satu bentuk dukungan emosional bagi anak pejuang kanker, tim pelaksana sebelumnya telah menyelenggarakan *Workshop Art Activity* untuk Mengatasi Kejenuhan pada Anak Pejuang Kanker. Kegiatan ini bertujuan membantu anak memperoleh pengalaman yang menyenangkan, mengekspresikan perasaan secara positif, serta meningkatkan keterlibatan dalam aktivitas yang bermakna. Workshop dilaksanakan melalui berbagai aktivitas kreatif, seperti melukis topeng, membuat gantungan kunci dari *clay*, melukis pot dan menanam bunga, serta melukis kanvas bertema “Aku di Masa Depan”. Melalui kegiatan tersebut, anak-anak memperoleh ruang untuk berekspresi, menyalurkan emosi, mengurangi kejenuhan, meningkatkan emosi positif, serta menumbuhkan rasa percaya diri. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa anak-anak menjadi lebih aktif, antusias, dan berani berinteraksi maupun menyampaikan pendapat di depan orang lain.

Meskipun demikian, dukungan emosional bagi anak pejuang kanker tidak hanya dapat diberikan melalui aktivitas yang bermakna, tetapi juga melalui peran orang tua sebagai sumber dukungan utama bagi anak. Orang tua memiliki peran penting dalam membantu anak menghadapi berbagai perubahan fisik yang dapat mempengaruhi citra tubuh (*body image*) dan kepercayaan dirinya. Oleh karena itu, tim pelaksana mengembangkan program lanjutan berupa pembuatan media edukasi dalam bentuk poster berjudul “Anakku... Kamu Tetap Berharga” yang mengangkat pentingnya dukungan emosional orang tua dalam membantu anak membangun citra tubuh yang positif. Poster tersebut kemudian digunakan sebagai media dalam kegiatan psikoedukasi yang diikuti oleh orang tua dan anak di Rumah Singgah Lentera Pejuang Kanker. Melalui kegiatan ini, peserta diberikan pemahaman mengenai *body image* pada anak pejuang kanker, dampak perubahan fisik terhadap kondisi psikologis anak, serta cara memberikan dukungan emosional yang sehat melalui penerimaan, apresiasi, komunikasi positif, dan pendampingan yang suportif.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mendukung pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs) poin 3, yaitu *Good Health and Well-being* (Kehidupan Sehat dan Sejahtera). Program yang dilaksanakan tidak hanya berupaya meningkatkan kesejahteraan psikologis anak melalui aktivitas yang bermakna, tetapi juga memperkuat kapasitas orang tua dalam memberikan dukungan emosional yang dibutuhkan anak selama menjalani proses pengobatan. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat membantu meningkatkan kesehatan mental, kualitas hidup, serta kesejahteraan anak pejuang kanker secara holistik.

2. METODE PELAKSANAAN

A. Deskripsi Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilaksanakan di Yayasan Lilin Pelita Kasih pada pukul 10.00 - 12.00 WIB, dihadiri oleh 6 orang anak, 6 orang tua, serta 2 orang pengurus Yayasan. Kegiatan berupa psikoedukasi bagi orang tua dengan tema “Anakku... Kamu Tetap Berharga” yang bertujuan meningkatkan pemahaman orang tua mengenai pentingnya memberikan dukungan emosional, dan penerimaan kepada anak

untuk membangun harga diri yang positif. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif, di mana anak-anak juga dilibatkan melalui pertanyaan-pertanyaan sederhana yang mendukung pemahaman materi. Selanjutnya, sesi diskusi dan tanya jawab memberikan kesempatan kepada para orang tua untuk berbagi pengalaman, menyampaikan kendala yang dihadapi, serta memperoleh masukan terkait dengan permasalahan tersebut.

Tabel 1. Jadwal pelaksanaan kegiatan

No	Waktu	Kegiatan
1	10.00 - 10.05	Pembukaan oleh MC
2	10.05 - 10.10	Kata sambutan dari pengurus Yayasan
3	10.10 - 11.20	Pemaparan materi oleh Ibu Agustina
4	11.20 - 11.50	Sesi diskusi dan tanya jawab dengan orang tua
5	11.50 - 12.00	Penutupan dan foto bersama

B. Metode Pelaksanaan

Tahapan atau langkah-langkah nyata yang ditempuh guna melaksanakan solusi atas permasalahan psikososial mitra di Yayasan Lilin Pelita Kasih dibagi ke dalam dua langkah intervensi utama. Langkah pertama diawali dengan mengatasi masalah kejenuhan dan penarikan diri pada anak-anak pejuang kanker akibat rutinitas pengobatan yang monoton melalui penerapan metode *workshop art activity*. Tahapan ini dilakukan dengan melakukan *pre-test* menggunakan *checklist notation* dan wawancara orang tua, lalu memberikan serangkaian *art activity* terarah seperti melukis topeng, kreasi clay, melukis pot dan menanam bunga, serta melukis “Aku di Masa Depan”. Setelah seluruh aktivitas selesai dilaksanakan, tim pelaksana program mengukur kembali perubahan perilaku anak melalui *post-test* menggunakan instrumen pengamatan yang sama. Tingkat ketercapaian pada anak diukur secara deskriptif kualitatif melalui adanya perubahan sikap positif, yang ditandai dengan meningkatnya rentang perhatian, pengalihan akan ketergantungan *gadget*, serta penurunan perilaku impulsif saat jenuh di rumah singgah.

Langkah selanjutnya guna memperkuat dan menjaga keberlanjutan dampak positif tersebut, metode pelaksanaan ini diperkuat dengan pengimplementasian program psikoedukasi yang interaktif oleh dosen pembimbing sekaligus praktisi psikologi. Langkah ini diambil sebagai solusi untuk mengedukasi para orang tua pendamping mengenai pentingnya dukungan emosional keluarga. Melalui pemaparan materi “Anakku... Kamu Tetap Berharga”, narasumber membekali orang tua dengan rumus dukungan SEHAT (Sentuhan, Edukasi, Hargai, Akui, Tunjukkan) untuk mengatasi gangguan citra tubuh (*body image*) pada anak pejuang kanker. Sesi diskusi dua arah juga disediakan sebagai ruang konsultasi bagi orang tua untuk mengatasi kendala pola asuh harian. Pengukuran tingkat ketercapaian pada orang tua dilakukan melalui evaluasi lisan setelah penyampaian materi, dengan indikator keberhasilan berupa peningkatan pemahaman dan kesiapan psikologis orang tua dalam memberikan penerimaan penuh guna memulihkan harga diri anak secara berkelanjutan.

C. Luaran

Target Luaran yang dihasilkan dari kegiatan ini berupa:

1. Publikasi hasil PKM berupa artikel yang dipresentasikan dan diterbitkan pada jurnal ilmiah.
2. Publikasi hasil PKM berupa karya yang telah dicatatkan sebagai HKI.
3. *Prototype/Produk*

3. HASIL PEMBAHASAN DAN LUARAN YANG DI CAPAI

Program pelaksanaan PKM di Yayasan Lilin Pelita Kasih ini secara keseluruhan melibatkan 14 orang peserta yang hadir pada saat kegiatan berlangsung, yaitu 6 anak pejuang kanker, 6 orang tua pendamping, dan 2 orang pengurus. Hasil dari pelaksanaan intervensi dibagi menjadi dua aktivitas utama dengan pembagian target sasaran yang disesuaikan:

Intervensi pertama diarahkan kepada anak melalui *Workshop Art Activity* yang difokuskan kepada 3 orang anak pejuang kanker sebagai target intervensi utama untuk mengatasi masalah kejenuhan akibat pengobatan monoton. Sebelum program dilaksanakan, anak-anak terpantau pasif, mudah kehilangan minat, dan terus bermain *gadget*. Tim pelaksana kemudian memberikan solusi berupa *Workshop Art Activity* seperti melukis topeng, kreasi *clay*, melukis pot, menanam bunga, dan melukis “Aku di Masa Depan”. Menurut Ramadhan et al. (2025), aktivitas berbasis seni memberikan peran signifikan dalam membantu individu mengekspresikan emosi secara positif. Hal tersebut terbukti secara nyata pada subjek intervensi, di mana terjadi peningkatan keterlibatan aktif anak serta berkembangnya aspek psikologis seperti kontrol diri, peningkatan perhatian, dan penurunan perilaku impulsif saat anak jenuh. Hasil evaluasi perubahan perilaku anak sebelum dan sesudah program dirangkum dengan *checklist notation* melalui instrumen observasi pada Tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Observasi *Pre-Test* dan *Post-Test*

No	Butir Observasi	<i>Pre-Test</i>			<i>Post-Test</i>		
		V	N	A	V	N	A
1	Anak terlihat memperhatikan aktivitas sebentar, lalu kehilangan minat.	✓	✓	✓	-	-	-
4	Anak tampak menonton ataupun bermain <i>gadget</i> sebagai pengisi waktu kosong.	✓	✓	✓	✓	✓	-
14	Anak menunjukkan perilaku impulsif saat bosan seperti melakukan hal iseng tanpa berpikir.	✓	✓	✓	-	✓	-

Sebagai langkah penguatan yang berkesinambungan, dilakukan pengimplementasian kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) terkhusus bagi orang tua pendamping beserta anaknya. Pada tahap lanjutan kegiatan, dilaksanakan pemaparan materi mengenai “Anakku... Kamu Tetap Berharga” oleh narasumber Ibu Agustina, M.Psi., Psikolog seperti pada Gambar 1 berikut ini:



Gambar 1. Pelaksanaan Psikoedukasi PKM

Orang tua dibekali rumus dukungan SEHAT (Sentuhan, Edukasi, Hargai, Akui, Tunjukkan) untuk meningkatkan harga diri dan mengatasi masalah citra tubuh atau *body image* anak akibat dampak pengobatan. Di lain sisi, anak-anak diberikan motivasi dan penguatan untuk dapat tetap percaya diri dengan kondisi yang dihadapi saat ini. Sebagaimana terdokumentasi pada Gambar 1, sesi ini berjalan sangat interaktif dan produktif dalam menghasilkan solusi taktis atas berbagai kendala pola asuh harian yang dihadapi para ibu di rumah singgah.

LUARAN KEGIATAN (wajib menghasilkan ketiga luaran berikut)

Luaran		
1	Artikel Publikasi di Jurnal Terindeks SINTA/Prosiding Internasional/Artikel Publikasi di Jurnal Nasional lainnya	Bukti Terbit
2	Hak Kekayaan Intelektual (HKI)	Sertifikat dan Karya HKI
3	Produk/Prototype/Model	Laporan

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa program ini memberikan manfaat bagi peserta (anak pejuang kanker dan orang tua ataupun pendamping kanker). Melalui rangkaian kegiatan aktivitas seni, anak-anak dapat mengekspresikan emosi secara positif dan menurunkan tingkat kejenuhan yang mereka alami. Selain itu, kegiatan pemaparan materi terhadap orang tua dan anak untuk meningkatkan harga diri dan menerima citra diri terlaksana dengan baik dan mendapatkan respon positif. Melalui rangkaian kegiatan yang diberikan, para pejuang kanker dan orang tua mendapatkan pengetahuan dan pengalaman baru yang mendukung keseharian di rumah singgah maupun kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat menjadi salah satu cara menyelesaikan permasalahan mitra.

Bagi pelaksana program PKM selanjutnya yang ingin mengembangkan kegiatan sejenis, disarankan untuk menambah intensitas serta memperpanjang durasi waktu pertemuan, agar proses pemantauan stabilitas perubahan perilaku anak pejuang kanker maupun orang tua yang telah mendapatkan psikoedukasi dapat teramati secara lebih mendalam dan konsisten. Selain itu, tim pelaksana berikutnya juga diharapkan dapat mengembangkan instrumen observasi perilaku yang lebih bervariasi dengan menambahkan skala penilaian psikologis yang tervalidasi guna memperkuat data kuantitatif terkait

perubahan kesejahteraan psikologis subjek. Melalui perbaikan pada aspek durasi dan variasi alat ukur ini, pelaksanaan program PKM di masa yang mendatang diharapkan dapat memberikan dampak sosial yang jauh lebih komprehensif dan terukur bagi kelompok mitra.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, J., Sinulingga, D. T., Suzanna, E., Tehuteru, E., Ramadhan, R., & Kadir, A. (2018). Epidemiology of childhood cancer in Indonesia: Study of 14 population-based cancer registries. *JCO Global Oncology*, 4(2). <https://doi.org/10.1200/JGO.18.75200>
- Arfina, A., Simarmata, T. J., Malfasari, E., Fitriani, I. M., & Kharisna, D. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan citra tubuh pasien kanker yang menjalani kemoterapi di Rumah Sakit Santa Maria Pekanbaru. *Indonesian Trust Health Journal*, 5(1). <https://doi.org/10.37104/ithj.v5i1.92>
- Atun, R., Bhakta, N., Denburg, A., Frazier, A. L., Friedrich, P., Gupta, S., Lam, C. G., Ward, Z. J., Yeh, J. M., Allemani, C., Adamson, P. C., Arora, R. S., Ribeiro, R. C., Rodriguez-Galindo, C., & Lancet Oncology Commission. (2020). Sustainable care for children with cancer: A Lancet Oncology Commission. *The Lancet Oncology*, 21(4), e185–e224. [https://doi.org/10.1016/S1470-2045\(20\)30022-X](https://doi.org/10.1016/S1470-2045(20)30022-X)
- Danckert, J., Mugon, J., Struk, A., & Eastwood, J. (2018). Boredom: What is it good for? In H. C. Lench (Ed.), *The function of emotions: When and why emotions help us* (pp. 93–119). Springer International Publishing/Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-319-77619-4_6
- Lane, A. M. (2025). Ennui in long-term cancer: Existential consequences experienced by an academic. *Journal of Patient Experience*, 12, 1–3. <https://doi.org/10.1177/23743735251325129>
- Naulia, R. P., & Saudi, L. (2024). Deskripsi gejala yang dialami oleh anak dengan kanker. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 13(1), 86–92. <https://doi.org/10.35328/a3jkwk06>
- Ramadhan, A. A. P., Kamila, N. N., Fatikawardhani, D., & Hapsara, A. A. (2025). Children's self-control through play methods and interactive activities for 7–10 year olds. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 123–135. [10.21070/psikologia.v10i2.1929](https://doi.org/10.21070/psikologia.v10i2.1929)
- Sebri, V., & Pravettoni, G. (2023). Tailored psychological interventions to manage body image: An opinion study on breast cancer survivors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), Article 2991. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042991>
- Sepahvand, F., Valizadeh, F., Karami, K. et al. Falling and rising in the vortex of cancer: children's adaptation with cancer: a qualitative study. *BMC Psychology*, 12 (221). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01722-9>
- Siegel, R. L., Miller, K. D., Wagle, N. S., & Jemal, A. (2023). Cancer statistics, 2023. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*, 73(1), 17–48. <https://doi.org/10.3322/CAAC.21763>
- Zanlorenzi, S., Gonçalves, L., Moraes, M. S., Santiago, L. N., Pedroso, M. S., & Silva, D. A. S. (2024). Comprehensive scoping review on body image perceptions and influences in children and adolescents. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(10), 2716–2734. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14100179>

LAMPIRAN

1. Materi yang disampaikan pada saat kegiatan PKM (PPT)



SOSIALISASI PKM
"Anakku... Kamu Tetap Berharga"

Pembicara:
Agustina M.Psi., Psikolog

Anggota:
Gabrielle Debora Wibowo (705230106)
Sendy Tangkemanda (705230115)
Clarissa Emmanuela S. (705230116)

INTEGRITY · PROFESSIONALISM · ENTREPRENEURSHIP



Apa Itu Citra Tubuh?

Citra tubuh (*body image*) adalah konstruk psikologi yang kompleks, hal ini mencakup persepsi diri dan sikap diri yang berkaitan dengan tubuh, pikiran, keyakinan, perasaan dan perilaku. Individu melihat citra tubuh melalui 2 komponen utama, yaitu evaluasi citra tubuh berupa kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh (Cash, 2004; Pruzinsky & Cash, 2002)

INTEGRITY · PROFESSIONALISM · ENTREPRENEURSHIP

Perubahan Tubuh dan Citra Pada Anak Kanker

Berdasarkan penelitian dari University of Oxford melalui program HEX (Health Experience Insights) yang berfokus pada studi kualitatif mengenai pengalaman pasien dalam menghadapi kondisi kesehatan dan pengobatan. Kanker dan pengobatan dapat menyebabkan perubahan fisik seperti:

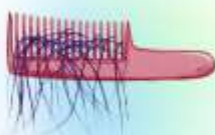
Bekas Luka

Bekas luka dapat juga dapat menjadi lamongan psikologi. Sebagian anak mulai merasa dan menerima bekas luka tersebut seiring waktu, tetapi ada juga yang merasa tidak nyaman. Menghindari aktivitas berenang atau bermain air menjadi pilihan.



Rambut Rontok

Salah satu perubahan yang paling sering dirasakan adalah rontoknya rambut akibat kemoterapi. Rambut yang rontok menjadi tanda yang terlihat jelas bahwa mereka sedang sakit. Most rambut dapat tumbuh kembali, terkadang teksturnya berubah menjadi lebih kering, tebal, atau berbeda warna dari sebelumnya.



Perubahan Berat Badan

Perubahan berat badan juga mempengaruhi kepercayaan diri anak. Sebagian anak mengalami penurunan berat badan akibat demam, muntah, yang berakibat berat badan mereka mulai dari perubahan nafsu makan.



INTEGRITY · PROFESSIONALISM · ENTREPRENEURSHIP

UNTAR MCOVE

Memahami Akar Rasa Minder Pada Anak



Tidak Percaya Diri

Perubahan membuat anak memandang dirinya secara negatif. Perubahan fisik menjadi pengingat bahwa anak sedang sakit, sehingga mempengaruhi rasa percaya diri anak. Anak merasa bahwa dirinya tidak menarik lagi. Anak membangun pikiran dan perasaan negatif terhadap tubuhnya sendiri.

Ekspektasi Terhadap Penampilan

Adanya standar atau bayangan ideal tentang bagaimana seharusnya mereka terlihat di depan orang lain menciptakan tekanan batin yang besar. Ketika kenyataan fisik tidak sesuai dengan ekspektasi tersebut, hal ini secara langsung memengaruhi cara mereka menghargai diri sendiri.



Merasa Berbeda

Perubahan membuat anak merasa berbeda. Anak merasa kehilangan identitas diri. Selain itu, anak juga beranggapan bahwa ia merasa tidak diterima dan tidak memiliki tempat aman dalam lingkungan manapun karena tidak 'sesuai' dengan lingkungan sekitarnya.

INTEGRITY PROFESSIONALISM ENTREPRENEURSHIP



Memahami Akar Rasa Minder Pada Anak

Kecemasan Sosial

Perubahan tubuh membuat anak merasa terkepos. Anak merasa lebih nyaman menyembunyikan perubahan fisik agar tidak menjadi pusat perhatian. Anak juga merasakan perasaan malu dan takut saat lingkungan sosial seperti teman sebaya melihat perubahan fisik anak, dan ketakutan bahwa anak tidak akan diterima dengan baik seperti dahulu kala. Hal ini akhirnya dapat membentuk dampak negatif yaitu rasa kesepian pada anak akibat minimnya interaksi sosial.



Bullying

Pada masa anak, perbedaan penampilan menjadi hal yang sensitif dan dapat meningkatkan risiko bullying dari teman sebaya. Bullying atau komentar negatif yang diterima secara terus-menerus dapat membentuk keyakinan negatif anak terhadap dirinya.

INTEGRITY PROFESSIONALISM ENTREPRENEURSHIP



Mengapa Anak Membutuhkan Kita Sebagai *Support System*?

Penyesuaian Diri

Menerima perubahan tubuh bukan proses yang mudah dan instan, terutama bagi anak. Dukungan dari orang sekitar dapat membuat anak merasa lebih nyaman dalam adaptasi diri.

Meningkatkan Kepercayaan Diri

Dukungan dari lingkungan dan orang sekitar membantu anak merasa tetap berharga dan tidak sendirian menghadapi perubahan tersebut. Dukungan juga meningkatkan rasa percaya diri, anak akan melihat dirinya secara positif dibandingkan negatif.



Mencintai Diri

Dukungan dari keluarga, teman dan lingkungan membantu anak merasa diterima dan dicintai. Anak akan merasa bahwa dirinya tetap berharga walaupun perubahan yang dialami.

Aktif Sosial

Dukungan membantu anak lebih nyaman untuk kembali berinteraksi dengan orang lain, khususnya teman sebaya. Anak akan lebih mudah dan berani bersosialisasi karena merasa diterima oleh lingkungan sekitar. Ketika anak merasa dipahami dan tidak dihakimi, anak akan cenderung terlibat dalam aktivitas sosial.

INTEGRITY PROFESSIONALISM ENTREPRENEURSHIP



Tips Cara Memberi Dukungan Emosional



S

Sentuhan ketenangan bicara

Anak-anak sangat peka terhadap emosi orang tuanya. Ketika mengungkapkan tentang prosedur pengobatan, sampaikanlah dengan nada suara yang tenang, lembut, dan jujur, agar anak merasa aman.

E

Edukasi dan perhatian

Berikan penjelasan kepada anak dengan bahasa yang sederhana mengapa mereka harus berbuat. Tunjukkan perhatian ekstra bahwa mereka tidak sendirian melewati masa sulit ini.

H

Angkat tangan anak

Ada kalanya anak menjadi sedih, marah, atau menolak bicara saat merasa telah didoakan. Jangan menasehati mereka untuk selalu ceria. Cukup hadir di sampingnya, peluk, dan dengarkan tanpa menghakimi.

A

Ajak dan tembak, ameh anak

Yakinkan perasaan mereka. Jika anak menangis atau berkata "Aku takut/tapek, Ibu," jangan langsung berkata "Jangan nangis, kamu harus kuat." Sebaliknya, katakan "Ibu tahu ini berat, gapapa kalau mau nangis, Ibu ada di sini."

T

Tunjukkan support

Ingatkan mereka setiap hari bahwa perubahan baik itu sementara, dan masa sulit keserikan/kelelahan akan berlalu. Mereka tidak pernah berkesempatan untuk menyerah.

INTEGRITY · PROFESSIONALISM · ENTREPRENEURSHIP



REFERENSI

- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (Eds.). (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Cash, T. F. (2004). Body image: Past, present, and future. *Body Image*, 1(1), 1-5. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00011-1)
- Christianson, G., Mehler, S., Reeves, C., Farmer, H., Brinkman, T. M., Baker, J. N., ..., Kaye, E. C. (2025). "We're going to get through this together": Patient, parent, and oncologist recommendations for providing emotional support in advanced childhood cancer. *Journal of Psychosocial Oncology*, 44(1), 86-103. <https://doi.org/10.1080/07347332.2025.2528830>
- Health Experience Insights (HEXI). (2024). *Body image during and after cancer*. University of Oxford. <https://www.helix.or.ac.uk/cancer/body-image-during-and-after-cancer>
- Larouche, S. S., & Chin-Paukert, L. (2006). Changes in body image experienced by adolescents with cancer. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 23(4), 200-209. <https://doi.org/10.1177/1043454206289756>
- Teenage Cancer Trust. (2025, September 5). Mental impact of body image issues on teenagers and young people with cancer "overlooked". <https://www.teenagecancertrust.org/about-us/news/mental-impact-body-image-issues-young-people-cancer-overlooked>

INTEGRITY · PROFESSIONALISM · ENTREPRENEURSHIP



Terima Kasih

Senin, 1 Juni 2026

INTEGRITY · PROFESSIONALISM · ENTREPRENEURSHIP

2. Foto-foto kegiatan, dan Video (jika ada dan link videonya)



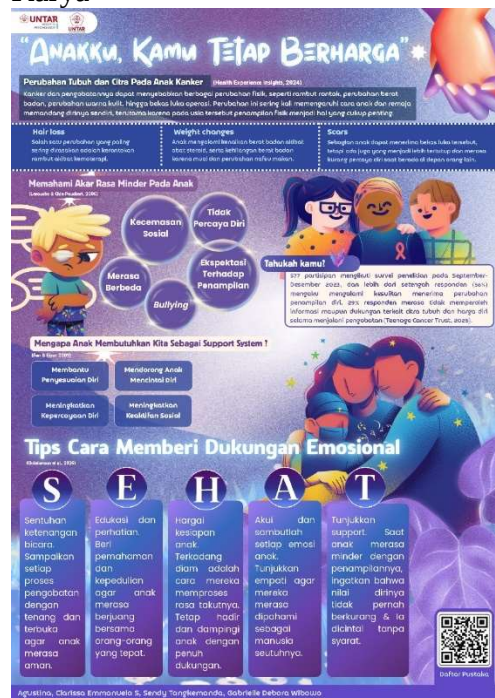
Link Foto & Video:

<https://drive.google.com/drive/folders/1xl9GW14Chd0k1MDLgdMyPV2id4Hee9rL>

3. Artikel Publikasi di Jurnal Terindeks SINTA 4 (Bukti Terbit)



a. Sertifikat



5. Laporan **Prototype/Produk/Model**

- a. Lap. Prototype/Produk/Model sesuai dengan Template

**LAPORAN PROTOTYPE
YANG DIKIRIMKAN KE
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT (LPPM)
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

Anakku, Kamu Tetap Berharga

**(Workshop Art Activity Untuk Mengatasi Kejenuhan Pada Anak
Pejuang Kanker)**

PKM100Plus-2026-1-060-ST-KLPPM/UNTAR/V/2026



Tim Pelaksana Abdimas:

Agustina, M.Psi., Psikolog	NIDN/NIDK: 0331088203/10709002
Gabrielle Debora Wibowo	NIM : 705230106
Sendy Tangkemanda	NIM : 705230115
Clarissa Emmanuela Siahainenia	NIM : 705230116

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

2026

A. RINGKASAN

Poster psikoedukasi ini dilatarbelakangi oleh kenyataan bahwa kanker dan pengobatannya memicu perubahan fisik yang signifikan pada anak dan remaja, seperti kerontokan rambut (*hair loss*), fluktuasi berat badan (*weight changes*), serta bekas luka operasi (*scars*). Perubahan penampilan ini rentan merusak citra tubuh (*body image*) dan menurunkan harga diri mereka, terlebih pada fase usia di mana penampilan fisik dianggap sangat penting. Data dari *Teenage Cancer Trust* (2025) memperkuat kondisi ini dengan menunjukkan bahwa 56% responden remaja penyintas kanker mengalami kesulitan menerima perubahan fisik mereka, dan 29% di antaranya merasa minim dukungan.

Akar rasa minder pada anak penderita kanker umumnya dipicu oleh kecemasan sosial, rasa tidak percaya diri, perasaan berbeda dari teman sebaya, risiko perundungan (*bullying*), serta ekspektasi lingkungan terhadap penampilan mereka. Oleh karena itu, kehadiran keluarga dan orang terdekat sebagai *support system* mutlak diperlukan guna membantu penyesuaian diri anak, meningkatkan kepercayaan diri, mendorong keaktifan sosial, serta menumbuhkan kemampuan mencintai diri sendiri.

Sebagai solusi praktis bagi orang tua, poster ini merumuskan kesimpulan berupa panduan taktis pemberian dukungan emosional melalui akronim "**S E H A T**":

- **S** (*Sentuhan ketenangan bicara*): Menyampaikan proses pengobatan secara tenang dan terbuka.
- **E** (*Edukasi dan perhatian*): Memberikan pemahaman dan kepedulian yang tulus.
- **H** (*Hargai kesiapan anak*): Menghormati ruang diam anak saat memproses rasa takut dengan tetap hadir mendampingi.
- **A** (*Akui dan sambutlah emosi*): Menunjukkan empati penuh pada perasaan mereka.
- **T** (*Tunjukkan support*): Selalu mengingatkan anak bahwa nilai diri mereka tidak berkurang dan mereka dicintai tanpa syarat.

B. DESKRIPSI

Poster ini dirancang sebagai media psikoedukasi publik yang ditujukan bagi orang tua dan keluarga anak penderita kanker. Poster ini menggabungkan pendekatan akademis, ilustrasi humanis, serta skema warna pastel yang menenangkan guna menyampaikan pesan emosional yang kuat namun tetap berlandaskan bukti ilmiah (*evidence-based*).

C. GAMBAR PRODUK PENDUKUNG




"ANAKKU, KAMU TETAP BERHARGA" *

Perubahan Tubuh dan Citra Pada Anak Kanker (Health Experience Insights, 2024)

Kanker dan pengobatannya dapat menyebabkan berbagai perubahan fisik, seperti rambut rontok, perubahan berat badan, perubahan warna kulit, hingga bekas luka operasi. Perubahan ini sering kali memengaruhi cara anak dan remaja memandang dirinya sendiri, terutama karena pada usia tersebut penampilan fisik menjadi hal yang cukup penting.

Hair loss

Salah satu perubahan yang paling sering dirasakan adalah kerontokan rambut akibat kemoterapi.

Weight changes

Anak mengalami kenaikan berat badan akibat obat steroid, serta kehilangan berat badan karena mual dan perubahan nafsu makan.

Scars

Selagi anak dapat menerima bekas luka tersebut, tetapi ada juga yang menjadi lebih tertutup dan merasa kurang percaya diri saat berada di depan orang lain.

Memahami Akar Rasa Minder Pada Anak

(Lewandowski & Olin-Pedersen, 2006)

Kecemasan Sosial

Tidak Percaya Diri

Ekspektasi Terhadap Penampilan

Bullying

Merasa Berbeda





Tahukah kamu?

577 partisipan mengikuti survei penelitian pada September-Desember 2023, dan lebih dari setengah responden (56%) mengaku mengalami kesulitan menerima perubahan penampilan diri, 29% responden merasa tidak memperoleh informasi maupun dukungan terkait cara tubuh dan harga diri selama menjalani pengobatan (Teenage Cancer Trust, 2023).

Mengapa Anak Membutuhkan Kita Sebagai Support System ?

(Ivan & Egan, 2000)

Membantu Penyesuaian Diri

Mendorong Anak Mencintai diri

Meningkatkan Kepercayaan Diri

Meningkatkan Kualifikan Sosial

Tips Cara Memberi Dukungan Emosional

(Edelmann et al., 2020)

S

Sentuhan ketenangan bicara. Sampaikan setiap proses pengobatan dengan tenang dan terbuka agar anak merasa aman.

E

Edukasi dan perhatian. Beri pemahaman dan kepedulian agar anak merasa berjuang bersama orang-orang yang tepat.

H

Hargai kesiapan anak. Terkadang diam adalah cara mereka memproses rasa takutnya. Tetap hadir dan dampingi anak dengan penuh dukungan.

A

Akui dan sambutlah setiap emosi anak. Tunjukkan empati agar mereka merasa dipahami sebagai manusia seutuhnya.

T

Tunjukkan support. Saat anak merasa minder dengan penampilannya, ingatkan bahwa nilai dirinya tidak pernah berkurang & ia dicintai tanpa syarat.



Daftar Pustaka

Agustina, Clarissa Emmanuela S, Sedy Tangkumonda, Gabrielle Debora Wibowo

D. HKI (EC002026085523)


REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC002026085523, 11 Juni 2026

Pencipta
Nama : Agustina, Clarissa Emanuela Sihaitenia dkk
Alamat : Taman Cosmos Blok G No 63B RT 012 RW 007, Kebon Jeruk, Kota Adm. Jakarta Barat, DKI Jakarta, 11520
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta
Nama : Agustina
Alamat : Taman Cosmos Blok G No 63B RT 012 RW 007, Kebon Jeruk, Kota Adm. Jakarta Barat, DKI Jakarta, 11520
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : Poster
Judul Ciptaan : Anakku, Kamu Tetap Berharga
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 1 Juni 2026, di Kota Adm. Jakarta Barat
Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, dihitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.
Nomor Pencatatan : 001279137

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

 a.n. MENTERI HUKUM
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
u.b
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Agung Damarasongko, SH, MH
NIP. 194912261094031001

 Disahkan:
1. Dalam hal prosedur permohonan ketetapan tidak sesuai dengan surat permohonan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.
2. Surat Pencatatan ini telah diunggah secara elektronik menggunakan sistem elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik, Hak Cipta dan Desain Industri.
3. Surat Pencatatan ini dapat dibuktikan keabsahannya dengan memindai kode QR pada dokumen ini dan informasi akan ditampilkan dalam browser.

Jakarta, 29 Juni 2026

Ketua Pelaksana



Agustina, M.Psi., Psikolog

0331088203/10709002

b. Bukti Upload ke SINTA

The screenshot displays the SINTA Author Dashboard. The browser address bar shows the URL `sintakemdiktisaintel.go.id/profile/ipsi`. The dashboard includes a sidebar menu on the left with options: Dashboard, Explore SINTA, Mutation History, List Verifikasi PT, and My SINTA. The main content area features a 'Filter' section with checkboxes for 'D/KI', 'Manual', 'Verified', and 'Unverified'. Below the filters are 'Filter' and 'Reset' buttons. The publication list shows four entries, each with a title, ID, inventor, patent holder, verification date, category, and a 'hak cipta' status. The first entry, 'Anakku, Kamu Tetap Berharga', is marked as 'Unverified' and 'category hak cipta apply at 2026'. The other three entries are marked as 'Verified' and 'category hak cipta apply at 2025'.

Title	ID	Inventor	Pemegang Paten	Verified by	Category	hak cipta
Anakku, Kamu Tetap Berharga	No. Pemohonan : E02020250605523	Inventor : Agustina, Ciaraa Elnahuelia Stahwinika, Sedy Tangkumenda, Gabriella Delora Wilopo	Pemegang Paten : Agustina	Verified by Dr. Dra. Fransiska Irsani R. Dewi, at 2025-09-09 10:31:51	Unverified	category hak cipta apply at 2026
Pentingnya Skrining Perkembangan Pada Anak Usia Dini	No. Pemohonan : E0202025067032	Inventor : Agustina	Pemegang Paten : Agustina	Verified by Dr. Dra. Fransiska Irsani R. Dewi, at 2025-09-09 10:31:51	Verified	category hak cipta apply at 2025
Kepedulian Sosial: I Care About Others	No. Pemohonan : E0202025068106	Inventor : Agustina, Veehie Cleodora Valen, Mahyula Elina Mutiandang, Jelita Maharani	Pemegang Paten : Agustina	Verified by Dr. Dra. Fransiska Irsani R. Dewi, at 2025-09-09 10:31:51	Verified	category hak cipta apply at 2025
Empathy: The Art of Caring	No. Pemohonan : E0202025068296	Inventor : Wilson Widadard Lintara dan Agustina	Pemegang Paten : Agustina	Verified by Dr. Dra. Fransiska Irsani R. Dewi, at 2025-09-09 10:31:51	Verified	category hak cipta apply at 2025