

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. LUPUS

1. Pengertian Lupus

Lupus Eritematotus Sistemik atau Lupus adalah penyakit multisitem yang disebabkan oleh kerusakan jaringan akibat dari deposisi kompleks imun antibody dan komplemen. Terdapat spectrum manifestasi klinis yang luas dan ditandai dengan remisi dan eksaserbasi. Respon imun patogenik mungkin berasal dari pencetus lingkungan serta adanya gen tertentu yang rentan (Handono, 2012).

Menurut Judha, (2015), Lupus adalah suatu kondisi yang memiliki ciri peradangan kronis dari jaringan-jaringan tubuh yang disebabkan oleh penyakit autoimun, yaitu penyakit-penyakit yang terjadi ketika jaringan-jaringan tubuh diserang oleh sistem imunnya sendiri. Gejala dari penyakit lupus yang dirasakan penderita adalah demam, lelah, merasa tidak enak badan, penurunan berat badan, ruam kulit, ruam kupu-kupu, ruam kulit yang diperburuk oleh sinar matahari, pembengkakan, nyeri persendian, mual dan muntah (Albar dalam Judha, 2015). Terdapat gejala lainnya yang mungkin ditemukan adalah air kemih mengandung darah, batuk darah, epistaksi, gangguan menelan, perubahan warna jari tangan ketika ditekan, mati rasa dan kesemutan, luka dimulut, kerontokan rambut dan gangguan penglihatan.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiko Penyakit Lupus Juddha, (2015) :

1. Jenis kelamin

Penyakit Lupus lebih umum menyerang pada wanita usia produktif, karena itulah jika dilihat dari nilai sosioekonomi penyakit ini merugikan. Disamping itu penyakit ini juga berdampak pada sistem reproduksi wanita yaitu menyebabkan beberapa kerugian.

2. Usia

Meskipun Lupus dapat berefek pada segala usia, termasuk bayi, anak dan orang dewasa, tapi Lupus paling umum terdiagnosis pada mereka yang berusia antara 15 sampai 40 tahun.

3. Ras

Lupus pada umumnya terdapat pada ras Afrika, Hispanics, Asia.

4. Sinar matahari

Terkena sinar matahari dapat membawa pada Lupus kulit atau memicu respon internal pada mereka yang rentan.

5. Obat tertentu

Obat tertentu yang digunakan dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan drug-induced Lupus.

6. Terinfeksi virus Epstein-Barr

Merupakan virus yang biasanya tertidur didalam sel dari sistem imun anda meskipun tidak jelas alasan mengapa dan apa yang membuat virus tersebut aktif kembali.

7. Terkena zat kimia

Beberapa studi menunjukkan bahwa mereka yang bekerja, yang rentan terekspos merkuri dan silica memiliki peningkatan resiko Lupus. Merokok juga dapat meningkatkan resiko mengalami Lupus.

B. STRES

1. Pengertian Stres

Stres merupakan proses psikobiologikal yaitu adanya stimulus yang membahayakan fisik dan psikis yang bersifat mengancam, lalu memunculkan reaksi-reaksi kecemasan (Dewi, 2012).

Rasmun (2004), mengungkapkan bahwa stres adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari, dan tidak dapat dihindari.

Sejalan dengan pendapat diatas Santrock, (2007), mendefinisikan bahwa stres merupakan suatu respon individu terhadap stressor, yaitu situasi dan peristiwa yang mengancam individu dan menuntut kemampuan coping individu.

Berbeda dengan beberapa pendapat diatas, menurut Smet (1994) stres bukan hanya suatu stimulus atau sebuah respon saja, tetapi juga suatu proses di mana seseorang adalah pengantara yang aktif yang dapat mempengaruhi stressor melalui strategi-strategi perilaku, kognitif, dan emosional.

Feldman (2012), menyatakan bahwa stres adalah suatu proses dalam rangka menilai suatu peristiwa sebagai suatu yang mengancam, menantang, membahayakan, serta individu merespon peristiwa itu baik pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku.

Stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan sistem biologis, psikologis, dan sosial dari seseorang (Sarafino, 2014).

Lazarus dan Folkman (1984), mendefinisikan stres berupa ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dan kemampuan seseorang. Seseorang yang mengalami stres akan melakukan penilaian terhadap lingkungannya, melebihi kemampuan yang dimilikinya atau bahkan mengancam kesejahteraannya. Dengan adanya stres, manusia mampu memperlihatkan keunikan dirinya dalam menghadapi stres yang dirasakannya masing-masing.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas mengenai pengertian stres, peneliti dapat menyimpulkan bahwa stres merupakan respon fisiologis, emosional, kognitif, dan perilaku terhadap stimulus yang berupa fisik maupun psikis yang diterima oleh individu yang dinilai mengancam, menantang, dan membahayakan bagi individu. Seorang individu yang mengalami stres akan melakukan penilaian terhadap lingkungannya, mereka memperlihatkan keunikan masing-masing dalam menghadapi stres yang dialaminya.

2. Teori Stres

Berbagai definisi telah dikemukakan oleh para ahli dengan versinya masing-masing, walaupun pada dasarnya antara satu definisi dengan definisi lainnya terdapat inti persamaannya. Stres merupakan proses psikobiologikal yaitu adanya stimulus yang membahayakan fisik dan psikis yang bersifat mengancam, lalu memunculkan reaksi-reaksi kecemasan (Dewi, 2012).

Stres adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari, dan tidak dapat dihindari (Rasmun 2004). Lazarus & Folkman mengusulkan teori transaksional stres, yang menekankan pentingnya baik stressor maupun respon stres dalam menjelaskan hubungan antara stres dengan kondisi sakit akibat stres.

Menurut teori ini respon stres dapat menjadi sebuah stressor baru yang memunculkan respon stres yang lebih intens. Bukan hanya semata stressor saja yang mempengaruhi stres tetapi juga respon individu yang membatasi apakah sebuah siklus reaksi stres akan berkembang. Penilaian terhadap realitas merupakan faktor penentu pula apakah kondisi kehidupan yang dihadapi akan memunculkan stres ataukah tidak. Karena itu stres didefinisikan sebagai sebuah hubungan antara kejadian-kejadian atau kondisi-kondisi lingkungan dengan penilaian kognitif individu terhadap tingkat dan tipe tantangan, kesulitan, kehilangan maupun ancaman (Lazarus & Folkman, 1984).

Lazarus berpendapat, berbagai kejadian dinilai oleh tiap individu melalui dua langkah yaitu primer dan sekunder. Penilaian primer (*primary appraisal*) merupakan penilaian apakah sebuah situasi atau kejadian mengandung sebuah bahaya, menimbulkan ancaman atau tantangan. Apabila dinilai sebagai situasi yang membahayakan maka akan mengarah pada *potential injury*. Penilaian kondisi sebagai ancaman akan menyebabkan kecemasan atau rasa takut, dan penilaian kondisi sebagai tantangan akan mengarah pada *growth* atau pertumbuhan.

Setelah penilaian ini dilakukan, Lazarus mengatakan individu akan melakukan penilaian sekunder (*secondary appraisal*) yaitu untuk mengevaluasi potensi atau kemampuan individu. Setelah melakukan penilaian terhadap suatu peristiwa, individu menentukan tindakan, proses kognitif pada individu berperan dalam menentukan tindakan selanjutnya, yaitu penilaian situasi yang dianggap mengancam atau berbahaya, apakah mampu untuk menghadapi tekanan atau tidak. Ketika bahaya dan ancaman tinggi sementara tantangan dan sumber daya yang dimiliki rendah maka stres akan cenderung menjadi berat. Apabila bahaya dan ancaman rendah dan tantangan serta sumber daya yang dimiliki tinggi maka stres akan cenderung rendah atau sedang.

Penilaian sekunder lebih dari sekedar latihan intelektual dalam melihat semua hal yang mungkin dilakukan ini adalah proses evaluatif yang kompleks yang memperhitungkan pilihan penanganan mana yang akan menyelesaikan apa yang seharusnya dilakukan dan kemungkinan seseorang dapat menerapkan strategi tertentu secara efektif.

Bandura (1977), menekankan perbedaan antara dua harapan ini menggunakan istilah harapan hasil untuk evaluasi orang bahwa perilaku tertentu akan menghasilkan sebuah hasil dan kemandirian tertentu. Harapan untuk merujuk pada keyakinan orang bahwa dia dapat berhasil melaksanakan perilaku yang dibutuhkan untuk menghasilkan hasilnya. Sebagai tambahan, penilaian opsi penanggulangan mencakup evaluasi konsekuensi penggunaan strategi tertentu terhadap permintaan internal dan eksternal lainnya yang mungkin terjadi pada saat bersamaan.

Penilaian para penderita Lupus terhadap kondisi penyakit yang dialaminya cukup beragam. Stres yang dialami oleh penderita Lupus memiliki dampak yang berbeda terhadap masing-masing penderita tergantung pada kemampuan individu dalam mengelola permasalahan mereka. Penilaian kondisi stres berhubungan dengan konsep dukungan sosial.

Stres dalam penelitian ini didefinisikan sebagai respon fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku terhadap stimulus yang berupa fisik maupun psikis yang dihadapi individu selama menderita penyakit Lupus.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres

Menurut Smet (1994), faktor-faktor yang mempengaruhi stres antara lain yaitu:

a. Variabel dalam diri individu

Variabel dalam diri individu meliputi: umur tahap kehidupan, jenis kelamin, temperamen, faktor genetik, intelegensi, pendidikan, suku, kebudayaan, dan status ekonomi.

b. Karakteristik kepribadian

Karakteristik kepribadian meliputi : introvert-ekstrovert, stabilitas emosi secara umum, kepribadian ketabahan, *locus of control*, kekebalan, ketahanan.

c. Variabel sosial-kognitif

Variabel sosial-kognitif meliputi: dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, dan control pribadi yang dirasakan.

d. Hubungan dengan lingkungan sosial

Hubungan dengan lingkungan sosial adalah dukungan sosial yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal.

e. Strategi coping

Strategi coping merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar.

4. Aspek-Aspek Stres

Menurut Sarafino (2014), stres terdiri dari beberapa aspek, yaitu:

a. Aspek Biologis

Aspek biologis dari stres berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami individu antara lain: sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebihan.

b. Aspek Psikologis

1) Kognisi

Kondisi stres dapat mengganggu proses pikir individu. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian dan konsentrasi.

2) Emosi

Kondisi stres dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah

marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi.

3) Tingkah laku

Tingkah laku kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal.

5. Tahap-Tahap Stres

Selye (Dalam Sarafino, 2014) mempelajari akibat yang diperoleh bila stressor terus menerus muncul. Ia kemudian mengemukakan istilah General Adaption Syndrome (GAS) yang terdiri dari rangkaian tahapan reaksi fisiologis terhadap stressor:

a. Tahap Reaksi Alarm (The Alarm Reaction)

Tahapan pertama ini mirip dengan fight-or-flight response. Pada tahap ini arousal yang terjadi pada tubuh organisme berada dibawah normal. Pada akhir tahapan ini, tubuh melindungi organisme terhadap stressor. Tapi tubuh tidak dapat mempertahankan intensitas arousal dari alarm reaction dalam waktu yang sangat lama.

b. Tahap Resistensi (The Stage of Resistance)

Arousal masih tinggi, tubuh masih terus bertahan untuk melawan dan beradaptasi dengan stressor. Respon fisiologis menurun, tetapi masih tetap lebih tinggi bila dibandingkan dengan kondisi normal.

c. Tahap Fatigue (The Stage of Exhaustion)

Respon fisiologis masih terus berlangsung. Hal ini dapat melemahkan sistem tubuh dan menguras energi tubuh. Sehingga terjadi kelelahan pada tubuh. Stressor yang terus terjadi akan mengakibatkan penyakit dan kerusakan fisiologis dan dapat menyebabkan kematian.

6. Sumber-Sumber stres

Sumber stres dapat berubah seiring dengan berkembangnya individu, tetapi kondisi stres dapat terjadi setiap saat selama hidup berlangsung. Menurut Sarafino, (2014) sumber datangnya stres ada tiga yaitu:

a. Dari individu

Hal ini berkaitan dengan adanya konflik. Menurut Miler (dalam Sarafino, 2014), pendorong dan penarik dari konflik menghasilkan dua kecenderungan yang berkebalikan, yaitu *approach* dan *avoidance*. Kecenderungan ini menghasilkan tipe dasar konflik, yaitu:

1) *Approach-approach Conflict*

Muncul ketika kita tertarik terhadap dua tujuan yang sama-sama baik. Contohnya, individu yang mencoba untuk menurunkan berat badan untuk meningkatkan kesehatan maupun untuk penampilan, namun konflik sering terjadi ketika tersediannya makanan yang lezat.

2) *Avoidance-avoidance Conflict*

Muncul ketika kita melihat kondisi yang menarik dan tidak menarik dalam satu tujuan dan situasi. Contohnya, seseorang yang merokok dan ingin berhenti, namun mereka mungkin terbelah antara ingin meningkatkan kesehatan dan ingin menghindari kenaikan berat badan serta keinginan untuk percaya terjadi jika mereka ingin berhenti.

b. Keluarga

Perilaku, kebutuhan dan kepribadian dari setiap anggota keluarga berdampak pada interaksi dengan orang-orang dari anggota lain dalam keluarga yang kadang-kadang menghasilkan stres. Faktor dari keluarga yang cenderung memungkinkan munculnya stres adalah hadirnya anggota baru, perceraian dan adanya keluarga yang sakit, cacat dan kematian.

c. Komunitas dan masyarakat

Kontak dengan orang diluar keluarga menyediakan banyak sumber stres. Misalnya, pengalaman anak di sekolah dan persaingan. Adanya pengalaman-pengalaman seputar pekerjaan dan juga dengan lingkungan sekitar dapat menyebabkan seseorang menjadi stres.

6. Dampak Stres

Menurut Passer & Smith (2009), dampak stres yang dirasakan individu adalah munculnya berbagai masalah yang berkaitan dengan dampak psikologis, dampak kesehatan dan dampak penuaan.

a. Dampak stres terhadap kesejahteraan psikologis

Efek stres yang paling jelas dan paling dramatis pada kesejahteraan psikologis terjadi pada seseorang yang mengalami peristiwa bencana. Beberapa stresor yang dapat menimbulkan trauma memiliki dampak psikologis yang kuat dan tahan lama, Resick (dalam Passer & Smith, 2009). Keadaan stres yang dirasakan individu membuat seseorang cenderung sering merasakan kecemasan, depresi, dan ketidakbahagiaan.

b. Dampak stres terhadap kesehatan

Stres dapat berkontribusi menyebabkan kerusakan kesehatan karena mendorong orang untuk berperilaku dengan cara yang meningkatkan risiko penyakit, misalnya seperti merokok secara berlebihan, konsumsi alkohol, penggunaan narkoba, kurang tidur, makan berlebihan, dan perilaku tidak sehat lainnya.

c. Dampak stres terhadap penuaan

Para peneliti memeriksa struktur yang disebut *telomere* yang ditemukan di ujung kromosom individu. Setiap kali sel membelah, *telomere* menjadi lebih pendek. Ketika *telomere* menjadi terlalu pendek, sel tidak lagi bisa membelah dan mati. Kematian sel

menghasilkan efek penuaan seperti otot melemah, kulit menjadi keriput, pendengaran dan penglihatan memudar, organ gagal, dan kemampuan kognitif menurun.

d. Dampak stres terhadap sistem imun

Para peneliti menemukan bahwa efektivitas sistem kekebalan tubuh berkurang selama periode stres dan bahwa penurunan ini terkait dengan kemungkinan individu menjadi sakit. Studi lain menunjukkan bahwa hormon stres yang dilepaskan ke dalam aliran darah oleh kelenjar adrenal dapat menekan aktivitas sel-sel sistem imun spesifik, sehingga meningkatkan kemungkinan individu terjangkit penyakit.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan stres berdampak terhadap kesejahteraan psikologis, kesehatan, penuaan, dan sistem imun individu.

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal (Smet, 1994).

Sarason (1990), menyatakan bahwa dukungan sosial adalah adanya transaksi interpersonal yang ditujukan dengan memberikan bantuan pada individu lain.

Sejalan dengan pendapat diatas Baron dan Byrne (2005), mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman-teman dan keluarga individu.

Sarafino (2014), mendefinisikan dengan lebih lengkap lagi yaitu dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu.

Menurut Pierce (dalam Baron dan Byrne, 2005), dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, dan penghargaan yang diandalkan pada saat individu mengalami kesulitan.

Berbeda dengan beberapa definisi diatas gottlieb (dalam smet,1994) dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan atau non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran individu dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima.

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu bentuk tindakan nyata yang berupa kenyamanan, perhatian, penghargaan yang diberikan individu kepada individu lain.

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Sarafino (2014), mengklasifikasikan lima tipe dasar dari dukungan sosial, antara lain:

a. Dukungan emosional

Melibatkan ekspresi empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan ini memberikan rasa nyaman terhadap seseorang, jaminan, kepemilikan, dan merasa dicintai ketika menghadapi stres. Contoh dukungan emosional misalnya pemberian umpan balik dan penegasan (Smet, 1994).

b. Dukungan Penghargaan

Terjadi melalui ekspresi seseorang dari hal positif bagi orang yang mendapat dukungan, dorongan atau perbandingan dengan ide-ide atau perasaan individu, dan perbandingan positif seseorang dengan orang lain, seperti membandingkan orang yang kurang mampu atau lebih buruk. Dukungan semacam ini berfungsi untuk membangun perasaan individu dari nilai diri, kompetensi, dan menjadi berharga. Dukungan menghargai sangat berguna selama penilaian terhadap stres, seperti ketika seseorang menilai apakah tuntutan melebihi sumber dirinya.

c. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental mencakup bantuan secara langsung atau nyata, seperti ketika seseorang memberi atau meminjamkan uang kepada orang lain atau membantu menyelesaikan tugas-tugas pada saat mengalami stres.

d. Dukungan Informatif

Melibatkan bantuan, saran, arahan, sugesti, atau timbal balik tentang bagaimana seseorang melakukan sesuatu. Contoh, seseorang yang sakit mungkin mendapatkan informasi dari keluarga atau dokter tentang bagaimana menangani penyakitnya atau seseorang yang dihadapkan dengan keputusan yang sulit pada pekerjaan mungkin menerima sugesti atau timbal balik tentang idenya dari rekan kerja.

e. Dukungan jaringan

Menyediakan dan membagi perasaan ke dalam anggota sebuah grup misalnya dengan berbagi ketertarikan dan aktifitas sosial.

3. Sumber Dukungan Sosial

Taylor (dalam Susilowati, 2007) mengemukakan sumber dukungan sosial yang diperoleh individu berasal dari keluarga, teman, kontak sosial dan komunitas.

a. Keluarga

Keluarga merupakan kelompok sosial yang pertama dalam kehidupan manusia. Ketika ada salah satu anggota keluarga yang menghadapi masalah, keluarga dapat menjadi sumber dukungan sosial karena dapat dijadikan sebagai tempat mengeluh, bercerita sehingga anggota keluarga yang lain dapat memberikan perhatian emosional dan membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

b. Teman

Teman dekat atau teman akrab akan membentuk suatu kelompok yang memiliki tiga elemen, yaitu elemen kegiatan, interaksi, dan perasaan yang berhubungan satu sama lain. Semakin banyak kegiatan yang dilakukan secara bersama-sama maka akan semakin besar perasaan kebersamaan dalam kelompok.

c. Kontak sosial dan komunitas

Sumber dukungan sosial ini dapat diperoleh individu dengan melakukan interaksi dan menjadi bagian dari kelompok masyarakat.

Kelompok sosial dan komunitas mempunyai ukuran yang lebih luas daripada teman dekat atau teman akrab tetapi mempunyai kesamaan dalam membantu mengurangi dan memecahkan permasalahan yang dihadapi individu.

D. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres

Menurut (Judha, 2015), Lupus adalah suatu kondisi yang memiliki ciri peradangan kronis dari jaringan-jaringan tubuh yang disebabkan oleh penyakit autoimun, yaitu penyakit-penyakit yang terjadi ketika jaringan-jaringan tubuh diserang oleh sistem imunnya sendiri. Pada kondisi ini kondisi imun menjadi hiperaktif dan menyerang jaringan sehat. Pada keadaan normal, sistem imun memproduksi protein yang disebut sebagai antibodi.

Protein antibodi ini bertugas melindungi tubuh dari antigen seperti antigen dan bakteri yang bisa menyerang tubuh dan menimbulkan gangguan kesehatan. Lupus membuat sistem kekebalan tubuh tidak bisa membedakan antara antigen dan jaringan yang sehat yang menyebabkan sistem kekebalan tubuh justru mengarahkan antibodi melawan jaringan yang sehat yang bisa menimbulkan pembengkakan, nyeri bahkan kerusakan jaringan (Juddha, 2015).

Perjalanan penyakit Lupus dapat mulai dari penyakit yang ringan sampai penyakit yang berat. Gejala dari tiap penderita berlainan, dapat ditandai bebas gejala (*remisi*) dan masa kekambuhan (*eksaserbasi*). Umumnya awal penyakit, hanya menyerang satu organ, tetapi dikemudian hari akan bersifat multi organ. Penderita Lupus yang mengalami gangguan otot dan kerangka tubuh mengalami nyeri persendian dan kebanyakan menderita *arthritis*. Persendian yang terkena adalah

ersendian jari tangan, tangan, pergelangan tangan dan lutut. Penderita akan mengalami nyeri yang hebat dan sifatnya kronis (Phillips dalam Judha, 2015).

Pada kulit dan rambut penderita Lupus terdapat kelainan, pada kulit penderita ditemukan ruam kupu-kupu pada tulang pipi dan pangkal hidung. Ruam ini biasanya akan semakin memburuk jika terkena sinar matahari. Ruam yang lebih tersebar bisa timbul di bagian tubuh lain yang terpapar oleh sinar matahari. Perubahan ini akan menimbulkan perasaan yang aneh pada diri penderita.

Kelainan klinis yang terjadi lainnya dapat berupa hipertensi, edema, sindrom nefrotik atau bahkan kelainan gagal ginjal progresif, yang pada akhirnya akan terjadi gagal ginjal sehingga penderita perlu menjalani dialisa atau pencangkokan ginjal maupun perubahan fisik lainnya.

Seseorang yang menderita penyakit lupus, akan mengalami perasaan drop, sedih, kecewa, cemas, perasaan takut diisolasi oleh lingkungan, kaget, pasrah, putus asa, takut dan canggung karena menderita penyakit yang langka. Odapus mengalami kondisi tertekan yaitu kehilangan nafsu makan dan tenaga, cepat marah, kehilangan motivasi dan konsentrasi, otot tegang, kepala pusing dan perubahan pola tidur (Helga Cahyaningtias, 2016).

Hal tersebut menunjukkan bahwa penderita lupus mengalami stres, Lazarus berpendapat, berbagai kejadian dinilai oleh tiap individu melalui dua langkah yaitu primer dan sekunder. Penilaian primer (*primary appraisal*) merupakan penilaian apakah sebuah situasi atau kejadian mengandung sebuah bahaya, menimbulkan ancaman atau tantangan. Apabila dinilai sebagai situasi yang membahayakan maka akan mengarah pada *potential injury*. Penilaian kondisi

sebagai ancaman akan menyebabkan kecemasan atau rasa takut, dan penilaian kondisi sebagai tantangan akan mengarah pada *growth* atau pertumbuhan.

Setelah penilaian ini dilakukan, Lazarus mengatakan individu akan melakukan penilaian sekunder (*secondary appraisal*) yaitu untuk mengevaluasi potensi atau kemampuan individu. Setelah melakukan penilaian terhadap suatu peristiwa, individu menentukan tindakan, proses kognitif pada individu berperan dalam menentukan tindakan, selanjutnya yaitu penilaian situasi yang dianggap mengancam atau berbahaya, apakah mampu untuk menghadapi tekanan atau tidak. Ketika bahaya dan ancaman tinggi sementara tantangan dan sumber daya yang dimiliki rendah maka stres akan cenderung menjadi berat. Apabila bahaya dan ancaman rendah dan tantangan serta sumber daya yang dimiliki tinggi maka stres akan cenderung rendah atau sedang.

Penilaian sekunder lebih dari sekedar latihan intelektual, dalam melihat semua hal yang mungkin dilakukan, ini adalah sebuah proses evaluatif yang kompleks yang memperhitungkan pilihan penanganan mana yang akan menyelesaikan, yang seharusnya dilakukan dan kemungkinan seseorang dapat menerapkan strategi tertentu secara efektif.

Bandura (1977), menekankan perbedaan antara dua harapan ini menggunakan istilah harapan hasil untuk evaluasi orang bahwa perilaku tertentu akan menghasilkan hasil dan kemandirian tertentu. Harapan untuk merujuk pada keyakinan orang bahwa dia dapat berhasil melaksanakan perilaku yang dibutuhkan untuk menghasilkan hasilnya. Sebagai tambahan, penilaian opsi penanggulangan mencakup evaluasi konsekuensi penggunaan strategi tertentu

terhadap permintaan internal dan eksternal lainnya yang mungkin terjadi pada saat bersamaan.

Penilaian para penderita Lupus terhadap kondisi penyakit yang dialaminya cukup beragam. Stres yang dialami oleh penderita Lupus memiliki dampak yang berbeda terhadap masing-masing penderita tergantung pada kemampuan individu dalam mengelola permasalahan mereka. Penilaian kondisi stres berhubungan dengan konsep dukungan sosial.

Penderita lupus sangat memerlukan dukungan sosial sebagai kenyamanan fisik dan psikologis agar lebih tabah dalam menghadapi permasalahannya. Salah satu faktor yang mengubah pengalaman stres individu adalah dukungan sosial Smet, (1994). Dukungan sosial yang diberikan oleh seseorang lebih bisa mengurangi, mengatasi, berbagai macam ketakutan, emosi-emosi negatif yang diakibatkan oleh stressor yang datang.

Dukungan sosial sangat dibutuhkan bagi individu yang mengalami stres, termasuk para penderita lupus. Sarafino (2014) membagi dukungan sosial menjadi lima bentuk, yaitu dukungan emosional yaitu melibatkan ekspresi empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan ini memberikan rasa nyaman terhadap seseorang, jaminan, kepemilikan, dan merasa dicintai ketika menghadapi stres.

Dukungan emosional misalnya pemberian umpan balik dan penegasan Smet, (1994). Dukungan penghargaan yaitu terjadi melalui ekspresi seseorang dari hal positif bagi orang yang mendapat dukungan, dorongan atau perjanjian dengan ide-ide atau perasaan individu, dan perbandingan positif seseorang dengan orang lain,

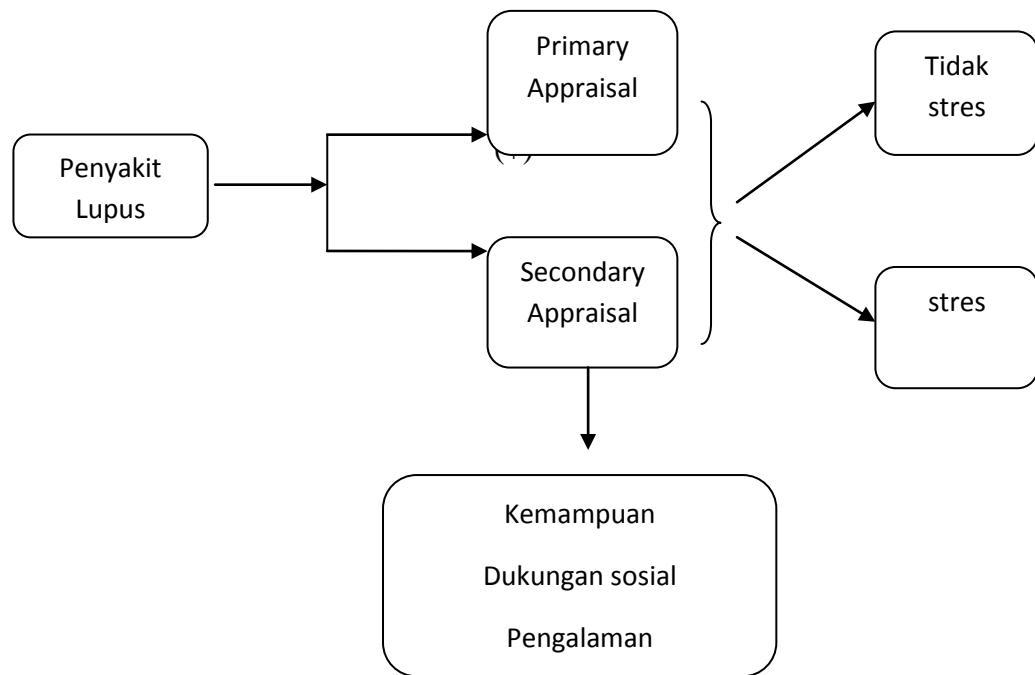
seperti membandingkan orang yang kurang mampu atau lebih buruk. Dukungan semacam ini berfungsi untuk membangun perasaan individu dari nilai diri, kompetensi, dan menjadi berharga. Dukungan menghargai sangat berguna selama penilaian terhadap stres, seperti ketika seseorang menilai apakah tuntutanya melebihi sumber dirinya.

Dukungan instrumental yaitu mencakup bantuan secara langsung atau nyata, seperti ketika seseorang memberi atau meminjamkan uang kepada orang lain atau membantu menyelesaikan tugas-tugas pada saat mengalami stres. Dukungan informatif yaitu melibatkan bantuan, saran, arahan, sugesti, atau timbal balik tentang bagaimana seseorang melakukan sesuatu. Contoh, seseorang yang sakit mungkin mendapatkan informasi dari keluarga atau dokter tentang bagaimana menangani penyakitnya atau seseorang yang dihadapkan dengan keputusan yang sulit pada pekerjaan mungkin menerima sugesti atau timbal balik tentang idenya dari rekan kerja. Dukungan jaringan yaitu menyediakan dan membagi perasaan ke dalam anggota sebuah grup misalnya dengan berbagi ketertarikan dan aktifitas sosial.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial sangat dibutuhkan bagi para penderita lupus dalam mengatasi stres atau masalah yang dirasakan karena mendapatkan dukungan sosial dari berbagai pihak, seperti keluarga, teman, tetangga, atau komunitas para penderita lupus tidak akan merasa sedih lagi, akan lebih semangat dalam menjalani hidupnya, lebih optimis lagi karena ada seseorang yang dengan tulus peduli pada mereka, menyayangi dan

memperhatikan mereka. Perasaan positif itu yang kemudian akan membuat mereka mampu untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang mereka hadapi.

D. Kerangka Konsep



Ket : (+) Stimulus bukan stres → Memiliki kemampuan, dukungan sosial, dan pengalaman

(-) Stimulus stres Tidak → Memiliki kemampuan, dukungan sosial, dan pengalaman

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada penderita Lupus di Lamongan.