

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Era globalisasi dengan teknologi yang kini semakin maju, semakin maju pula perkembangan dalam bidang kesehatan, penyakit yang dulu belum ditemukan obatnya kini sudah ditemukan, tapi dengan seiring perkembangan dalam bidang kesehatan tersebut tidak diimbangi dengan kondisi yang sama dimana sekarang penyakit yang dulu minoritas berkembang dalam masyarakat, sekarang menjadi penyakit yang mayoritas diderita oleh masyarakat Indonesia.

Penyakit-penyakit yang kini mengalami peningkatan penderita dan kini banyak di jumpai dalam masyarakat adalah jantung, kanker, stroke, gagal ginjal, AIDS, dan yang terbaru yaitu lupus. Lupus Erythematosus Sistemik atau yang sering dikenal dengan istilah Lupus, merupakan suatu penyakit kronik yang dapat merusak berbagai organ penting dalam tubuh seseorang. Seorang individu bisa terserang penyakit ini meskipun usiannya masih tergolong muda.

Penyakit Lupus menyerang sistem pertahanan tubuh, penderita lupus mengalami kelebihan sistem kekebalan tubuh yang seharusnya dapat melindungi tubuh dari berbagai serangan virus, sebaliknya bagi penderita lupus sistem imun yang berlebih malah balik menyerang organ tubuh sendiri meski lupus bukan penyakit menular, tapi bisa berbahaya dan bahkan berpotensi menyebabkan kematian.

Penyakit ini mayoritas menyerang wanita pada usia produktif 15-40 tahun (Albar dalam Judha, 2015). Tetapi tidak menutup kemungkinan penyakit lupus juga dapat menyerang anak-anak dan pria. Seseorang penderita penyakit lupus, kebanyakan akan mengalami perasaan sedih, kecewa, merasa adanya ketidakadilan, merasa tidak akan ada harapan lagi, apalagi dengan informasi dari media elektronik maupun sumber yang mungkin tidak selalu benar mengenai penyakit lupus itu sendiri yang membuat para penderita menjadi semakin takut dan mengurangi gairah hidup para penderita dan mungkin penderita mengalami stres akibat stressor yang datang.

Dengan adanya kondisi atau respon psikologis yang dialami oleh para penderita lupus tersebut, apa yang kemudian dilakukan oleh para penderita lupus untuk berusaha dan bisa menghadapi berbagai macam gejala emosi yang muncul yang disebabkan oleh stressor tersebut. Menurut data dari Yayasan Lupus Indonesia (YLI), jumlah penderita Lupus di Indonesia pada tahun 2012 mencapai 12.700 jiwa.

Jumlah ini kemudian meningkat menjadi 13.300 jiwa pada tahun 2013 dan angka ini terus meningkat setiap tahunnya. Bisa diprediksi berapa angka di tahun 2015 Data Klinik Penyakit Dalam dan Rematik Rumah Sakit Umum pusat Sardjito Yogyakarta menunjukkan pada tahun 2015 jumlah penderita penyakit Lupus yang terdeteksi di Provinsi Daerah Istimewah Yogyakarta mencapai 2.000 orang. (news.idntimes.com/lupus-penyakit-systematik-yang-patut-mendapat-perhatian-lebih).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti terhadap 6 odapus (sebutan bagi para penderita Lupus). Diperoleh hasil bahwa setelah memperoleh diagnosa lupus 83% (5 odapus) mengalami kondisi psikologis seperti *drop*, sedih, kecewa, cemas, perasaan takut di isolasi oleh lingkungan, kaget, pasrah, putus asa, takut dan canggung karena menderita penyakit yang langka, 1 odapus biasa saja, hasil survei lainnya adalah semua odapus mengalami kondisi tertekan seperti kehilangan nafsu makan dan tenaga, cepat marah, kehilangan motivasi dan konsentrasi, otot tegang, kepala pusing dan perubahan pola tidur (Helga Cahyaningtyas, 2016).

Odapus (Sebutan bagi orang yang menderita penyakit lupus), juga harus menghadapi berbagai permasalahan baik dari luar maupun dari dalam diri odapus. Lingkungan yang belum memahami tentang lupus sehingga kurang bisa menerima, dicemooh, dianggap lemah, keluarga kurang peduli, odapus juga mudah merasa lelah sehingga terpaksa harus berhenti dari tempat kerja, hubungan dengan orang terdekat menjadi kurang harmonis, kemudian tidak percaya diri, merasakan demam, nyeri, muncul bintik merah, berat badan meningkat, batuk dan flu.

Upaya-upaya untuk mengatasi hal tersebut sudah dilakukan dan hasilnya 2 odapus masih mengalami hal yang sama seperti tetap dianggap lemah oleh orang lain dan keluarga tetap tidak peduli, 4 odapus merasa lebih baik (Helga Cahyaningtyas, 2016).

Adanya stressor yang seringkali dihadapi oleh penderita lupus menyebabkan mereka akan mengalami stres. Menurut Atwater (1993), stres merupakan suatu tuntutan penyesuaian, yang mengendaki individu untuk meresponnya secara adaptif. Stres adalah suatu proses dalam rangka menilai suatu peristiwa sebagai suatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan, serta individu merespon peristiwa itu baik pada level fisiologis, emosional, kognitif dan tingkah laku (Feldman, 2012).

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres tersebut menurut Dewi (2012) merupakan gabungan dari faktor internal (individu) dan eksternal (sosial), faktor internal antara lain, karakteristik kepribadian individu, kemampuan dalam menyelesaikan masalah (coping), harga diri (self-esteem), bagaimana individu menerima dan mempersepsikan peristiwa yang memunculkan stres, toleransi terhadap stres.

Faktor eksternal, jumlah peristiwa yang menjadi stressor, situasi tertentu. Smet (1994), mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi stres antara lain: a. Variable dalam individu meliputi, umur, tahap kehidupan, jenis kelamin, temperamen, factor genetic, intelegensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi. b. Karakteristik kepribadian meliputi, introvert-ekstrovert, stabilitas emosi secara umum, kepribadian ketabahan, *locus of control*, kekebalan ketahanan. c. Variabel sosial-kognitif meliputi, dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial dan control pribadi yang dirasakan.

d. Hubungan dengan lingkungan sosial meliputi, dukungan sosial yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal. e. Strategi coping yaitu

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.

Individu menilai setiap kejadian yang dialaminya melalui dua langkah yaitu primer dan sekunder. Penilaian primer (*primary appraisal*) merupakan penilaian apakah situasi atau kejadian mengandung bahaya, menimbulkan ancaman atau tantangan. Apabila dinilai menjadi sesuatu 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 (Lazarus & Folkman, 1984).

Lazarus & Folkman (1984), mengatakan mereka akan melakukan penilaian sekunder untuk mengevaluasi potensi atau kemampuan mereka 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. Bila bahaya dan ancaman rendah dan tantangan serta sumber daya yang dimiliki tinggi maka stres yang dimiliki akan cenderung rendah atau sedang.

Dukungan sosial sendiri sangat diperlukan bagi seseorang ketika menghadapi stres atau suatu masalah, baik itu masalah sekolah, pekerjaan, masalah kehidupan sehari-hari dan masalah berat seperti saat menghadapi penyakit lupus. Dukungan sosial didefinisikan sebagai ketentuan instrumental atau ungkapan perasaan yang dirasakan sungguh-sungguh yang diberikan oleh masyarakat, jaringan sosial, dan mitra kerja (Lin 1986 dalam Zimet, 1988).

Dukungan bisa datang dari banyak sumber orang atau pasangan, keluarga teman sebuah organisasi dokter atau masyarakat. Orang dengan dukungan sosial percaya mereka mencintai dihargai dan bagian dari jaringan sosial, seperti organisasi keluarga dan masyarakat yang dapat membantu pada saat dibutuhkan (Sarafino, 2014).

Baron dan Byrne (2005) mendefinisikan dukungan sosial merupakan kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman-teman dan keluarga individu tersebut. Dukungan sosial dapat dikomunikasikan melalui perilaku suportif yang menawarkan bantuan, nasehat dan informasi yang nyata, atau dukungan emosional (Sarason, 1990).

Dukungan sosial sangat penting untuk mengatasi stres dan berbagai permasalahan yang datang, dukungan sosial penting bagi segi emosional seseorang dan bisa membantu seseorang bangkit dari keterpurukan. Dukungan sosial dapat melindungi seseorang dari krisis yang datang dari berbagai macam gejala patologis dari yang berat sampai yang ringan seperti arthritis, tuberkulosis, depresi Alkoholisme, dan penyakit kejiwaan lainnya. Selanjutnya, dukungan sosial bisa mengurangi jumlah obat yang dibutuhkan dan mempercepat pemulihan penyakit (Cobb, 1976).

Dukungan sosial yang diberikan oleh seseorang lebih bisa mengurangi, mengatasi, berbagai macam ketakutan, emosi-emosi negatif yang diakibatkan oleh stressor yang datang dari suatu permasalahan tersebut, kita lebih bisa memandang segala sesuatu hal dengan lebih positif, optimis, merasa tidak sendirian, merasa harapan itu masih ada.

Wortman dan Conway (Dalam Sarafino, 2014) mengemukakan bahwa persepsi individu terhadap dukungan yang diterimanya, apakah positif atau negatif, sangat tergantung pada siapa yang memberikan dukungan. Contohnya jika seorang penderita lupus menerima dukungan dari seseorang yang sudah dikenalnya maka dia akan memandang positif dukungan dari orang tersebut dan akan berdampak baik bagi kondisi jasmani maupun rohaninya, sebaliknya jika dukungan tersebut diberikan oleh orang yang belum terlalu dekat dikenalnya mungkin dia akan merespon dukungan tersebut dengan biasa-biasa saja dan bahkan tidak akan berdampak apa-apa bagi dirinya.

Penelitian yang mendukung adanya hubungan antara dukungan sosial dan stres dilakukan oleh Syarif (2014). Hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres menghadapi ujian nasional. Semakin tinggi dukungan sosial akan semakin rendah stres menghadapi ujian nasional, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi stres yang dialami dalam menghadapi ujian nasional.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh dengan judul Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Menghadapi SNMPTN Pada Lulusan SMU dikabupaten Ciamis (2010). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres menghadapi SNMPTN. Semakin rendah dukungan sosial maka stres menghadapi SNMPTN akan cenderung tinggi, sebaliknya semakin tinggi dukungannya maka stres dalam menghadapi SNMPTN cenderung akan rendah. Hal ini menginformasikan

bahwa dukungan sosial secara umum memberi pengaruh terhadap stres dalam menghadapi SNMPTN.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan uraian diatas, penulis merasa tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan antara Dukungan sosial dengan Stres pada penderita lupus di Lamongan.

C. Tujuan penelitian

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara Dukungan sosial dengan Stres pada penderita Lupus di Lamongan.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan konsep dan teori pada bidang ilmu psikologi.

2. Manfaat Praktis

1.1 Bagi para penderita Lupus di Seluruh Indonesia

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada para penderita Lupus bahwa Dukungan sosial sangat berperan penting dalam menghadapi Stres.

1.2 Bagi lingkungan sekeliling

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi lingkungan disekitar para penderita lupus. Hal ini dapat memberikan pengetahuan agar lingkungan sekitar dapat memberikan Dukungan sosial kepada penderita agar bisa

melewati semua permasalahan atau gangguan psikologis yang disebabkan oleh stressor tersebut.