

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Perilaku manusia dipengaruhi oleh faktor fisik dan faktor psikis, yang mana keduanya merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan. Rene Descartes berpendapat jika manusia merupakan makhluk ganda yang memiliki dua substansi realitas, yakni gagasan (*res cogitan*) atau pikiran dan perluasan (*res extensa*). Pikiran merupakan kesadaran dan tidak mengambil tempat dalam ruang, sedangkan materi adalah perluasan yang mengambil tempat dalam ruang namun tidak memiliki kesadaran. Menurut Rene, apa yang tengah dipikirkan oleh manusia oleh akal, tidak terjadi di dalam badan, melainkan di tempatnya sendiri. Namun, Rene mengakui jika antara pikiran dan perluasan ini saling berinteraksi satu sama lain. Pemisahan antara jiwa dan badan ini dikenal dengan istilah *Cartesian Dualism* (Julieta, 2014). Jadi, walaupun seseorang mengalami sakit secara fisik atau badan, namun, hal ini juga akan mempengaruhi manusia secara psikis, karena walaupun keduanya terpisah, seperti dalam teori yang dikemukakan Rene Descartes, namun tidak dipungkiri jika keduanya juga mengalami interaksi satu sama lain.

Hubungan timbal-balik yang saling mempengaruhi antara fisik dan psikis membuat penyakit yang menyerang tubuh tidak hanya berdampak pada kondisi fisik seseorang saja, namun hal itu bisa berdampak terhadap kondisi psikisnya. Jenis penyakit yang ada beragam baik dari segi jenis, maupun tingkat keparahannya. Penyakit yang masuk dalam kategori penyakit kronis dan penyakit akut mungkin menjadi hal yang menjadi perhatian lebih dikarenakan tingkat keparahannya yang dirasa lebih berbahaya dibanding dengan penyakit lain. Kronis dan akut merupakan dua istilah yang biasa digunakan dalam diagnosa penyakit. Perbedaan antara keduanya terletak pada waktu. Penyakit akut adalah istilah yang diberikan

pada penyakit yang terjadi dan menimbulkan keluhan secara mendadak dimana biasanya penderita penyakit akut menderita penyakitnya dalam jangka waktu yang sebentar, namun perkembangan penyakitnya cepat, dan membutuhkan perawatan yang mendesak. Contoh dari penyakit ini adalah demam berdarah dan serangan asma. Sedangkan penyakit kronis adalah istilah yang diberikan pada penyakit yang berlangsung secara lama dan berkembang secara perlahan. Penyakit yang masuk dalam kategori penyakit ini pun dianggap lebih kompleks dan dapat menyebabkan penurunan kesehatan pasien secara bertahap, bahkan kematian menjadi hal yang mungkin dialami oleh mereka yang memiliki penyakit jenis kronis. Contoh penyakit yang termasuk penyakit akut adalah kanker dan serangan jantung. (Alodokter, t.thn.).

Orang-orang yang memiliki penyakit yang masuk dalam kategori tersebut, terlebih penyakit kronis tentunya membutuhkan kesabaran, ketelatenan, dan hal lain agar mereka bisa menghadapi penyakit yang diderita, karena salah dalam penanganan dan menghadapi penyakit tersebut, maka mereka mungkin akan mengalami *down* yang mana mungkin tak hanya secara fisik kita saja yang mengalami kondisi tersebut, namun juga secara psikis. Gregg (2013) menyebutkan jika mendapatkan diagnosa memiliki penyakit kronis merupakan suatu stressor yang luar biasa bagi seseorang. Hal ini dikarenakan penyakit kronis membuat seseorang memungkinkan memiliki penyakit dalam jangka waktu yang lama dan sulit untuk disembuhkan secara spontan.

Salah satu penyakit yang termasuk dalam penyakit kronis adalah lupus. Lupus adalah suatu penyakit yang berhubungan dengan sistem imun di dalam tubuh manusia dimana imun yang harusnya menyerang antigen atau zat asing yang masuk ke dalam tubuh, malah menyerang sel dan jaringan sehat yang ada di dalam tubuh dikarenakan kesalahan. Dikarenakan tidak bisa membedakan jaringan dan sel sehat di dalam tubuh dengan antigen.

Sistem imun dalam tubuh merupakan salah satu hal penting yang dibutuhkan manusia, karena salah satu fungsi sistem imun adalah melindungi ketahanan tubuh seseorang.

Gangguan pada sistem imun tentulah akan menimbulkan masalah bagi orang yang mengalaminya. Salah satu penyakit yang berhubungan dengan sistem imun adalah lupus yang masuk dalam kategori penyakit kronis, yakni jenis penyakit yang tidak dapat sembuh secara spontan dan total dan penderitanya memiliki kemungkinan untuk hidup dengan penyakitnya sepanjang hidupnya (*Centers for Disease Control and Prevention (CDC)* dalam Gregg, 2013; Joseph, 2017). Jelaslah Gregg (2013) menyebutkan jika mendapat diagnosa memiliki penyakit kronis menjadi suatu stressor yang luar biasa

Wanita di usia melahirkan yang mengalami lupus memiliki rasio 1 berbanding 700 kasus. Lupus jenis LES ini cenderung terjadi pada wanita dibanding pria, dengan rasio 9:1 yang terjadi di masa reproduksi, yakni di usia 17 sampai 55 tahun. Sedangkan rasio perbandingan antara wanita dan pria pada kasus perkembangan gangguan di usia anak-anak atau pada usia lebih dari 65 tahun adalah 2:1. Walaupun LES ini sering dialami mereka yang berada di usia 20-an dan 30-an, namun lupus ini bisa terjadi pada usia kanak-kanak awal (Kumar, Abbas, & Aster, 2015).

National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (2016) menjelaskan jika simptom yang terdapat pada penderita lupus berbeda-beda setiap orangnya, namun ada beberapa simptom yang secara umum dimiliki oleh seluruh penderita lupus, yakni 1) Sakit atau adanya pembengkakan di dalam persendian; 2) Sakit pada otot; 3) Demam yang tidak diketahui penyebabnya; 4) Ruam/bintik merah yang biasa muncul di wajah yang sering disebut dengan *butterfly rash*; 5) Sakit di dada saat menarik nafas dalam; 6) Rambut rontok; 7) Jari tangan atau kaki berwarna pucat atau kebiruan; 8) Sensitif terhadap sinar matahari; 9) Pembengkakan pada kaki atau area sekitar mata; 10) Sariawan di mulut; 11) Pembengkakan kelenjar; dan 12) Merasa sangat lelah.

Simptom-simptom tersebut mungkin hilang dan muncul kembali di lain waktu. Masa ketika simptom-simptom ini terjadi disebut *flare*. Terjadinya *flare* ini bertingkat, dari kadar

ringan hingga berat. Tak hanya itu, selain simptom umum yang ada, penderita memiliki kemungkinan untuk memiliki simptom baru di kemudian hari.

Reaksi seseorang saat mendapatkan diagnosa penyakit berat, termasuk lupus sangat beragam, namun, secara garis besar, dapat terlihat 3 reaksi yang dimunculkan, yakni orang yang menganggap penyakitnya ini sebagai suatu masalah bagi dirinya; orang yang menganggap penyakitnya sebagai masalah, namun kemudian dapat menerimanya setelah beberapa lama bersama dengan penyakit yang dialaminya ini; dan orang yang menganggap penyakitnya itu sebagai masalah dan tetap tidak dapat menyesuaikan diri dengan kondisinya sekali pun telah lama bersama dengan penyakitnya dalam jangka waktu lama. Hal ini dikarenakan untuk menerima situasi stress yang dialami, seseorang akan membutuhkan waktu dan akan melewati beberapa tahapan sebelum ia bisa menerima stress yang dialaminya. Terdapat beberapa reaksi emosi yang dialami seseorang untuk beradaptasi dengan penyakit yang dideritanya, yakni tahap pengingkaran, kemarahan, depresi, tawar-menawar, dan melakukan penerimaan (Kubler dan Ross dalam Taylor, 1999 seperti dikutip dalam Regina, Citra, & Eriany, 2015).

Karena menerima diagnosa memiliki penyakit kronis merupakan sebuah stressor yang luar biasa bagi seseorang, maka tak heran jika banyak orang yang menerimanya merasa begitu terbebani, depresi, hingga menginginkan untuk mati saja. Begitu pun halnya dengan mereka yang menderita lupus. Lupus merupakan suatu penyakit yang mana simptomnya sendiri bisa timbul-hilang tanpa waktu yang jelas, terlebih orang yang menderitanya berkemungkinan untuk terus hidup dengan penyakitnya sepanjang kehidupannya. Kenyataan ini akan menjadi stressor lain bagi penderita. Kecemasan dan depresi merupakan hal yang umum dialami sedikitnya separuh penderita lupus, hal ini dikarenakan stress, peradangan yang menyebabkan pelebaran jantung, adanya *cytokine* yang menyebabkan perubahan *mood*

dan perilaku, rasa sakit yang dimiliki secara umum, serta penyebab lain, seperti kurangnya tidur atau efek dari obat yang dikonsumsi (Wallace dalam Hidayati, 2014).

Namun, disamping orang-orang yang memandang penyakit lupusnya sebagai masalah dan mungkin mengalami depresi, tak jarang pula mereka yang bisa berdamai dengan penyakitnya. Walaupun mereka tahu kondisi kesehatan dan efek dari penyakit yang dideritanya, namun beberapa dari mereka tetap menunjukkan sikap positif terhadap dirinya. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo dan Kustanti dalam penelitiannya terkait Bertahan dengan Lupus: Gambaran Resiliensi pada Odapus yang dilakukan pada 8 penderita lupus menyimpulkan jika kemampuan seseorang untuk mencapai resiliensi itu bergantung pada daya tahan adaptasinya, gambaran kepribadian diri, serta dukungan keluarga dan lingkungan. Dalam penelitian yang dilakukannya terlihat jika kedelapan subjek penelitian tetap melakukan usaha untuk penyembuhan. Hal yang sama dilakukan kedelapan orang tersebut adalah pergi ke dokter dan meminum obat yang diberikan. Namun, selain itu juga mereka memiliki cara sendiri lain untuk mendampingi usaha dasar mereka, seperti dengan ikut serta dalam komunitas lupus untuk berbagi pengalaman, mencari informasi lewat internet, berdoa untuk kesembuhannya, dan usaha lain. Hal positif lain yang dimunculkan oleh kedelapan orang dalam penelitian ini adalah kesemuanya memiliki tujuan hidup yang ingin dicapai dan tidak menyerah untuk tetap bertahan (Prasetyo & Kustanti, 2014).

Regina, Citra, dan Eriany (2015) melakukan sebuah penelitian mengenai Penerimaan Diri Remaja Putri Penderita Lupus dengan melibatkan tiga orang subjek yang telah menerima diagnosa sejak minimal 2 tahun lamanya. Ketiga subjek ini memiliki kesamaan dimana untuk pertama kali saat mereka menerima diagnosa, ketiganya merasa kaget dan terjadi penyangkalan, namun, karena adanya dukungan dari orang-orang sekitarnya membuat ketiganya mampu bangkit lagi dari keterpurukan. Ketiganya mampu memahami diri, dapat menanggulangi tekanan emosi, memiliki konsep diri yang stabil, dan memiliki harapan yang

realitas. Namun, disamping itu, ketiganya memiliki hambatan dari lingkungan yang mana berhubungan dengan akademis ketiganya, yakni seringnya untuk tidak masuk sekolah atau perkuliahan sehingga nilai akademik menurun dan merasa kesulitan untuk mengejar pelajaran yang tertinggal. Lupus yang diderita mereka pun membuat mereka tidak memaksakan diri untuk kembali berprestasi di sekolah maupun kuliahnya (Regina, Citra, & Eriany, 2015)

Dari penelitian-penelitian di atas, nampak jika beberapa penderita lupus awalnya memang menyangkal kenyataan jika dirinya menderita lupus dan kebanyakan mereka mengalami masa keterpurukan dikarenakan lupus yang mereka alami dapat menghambat aktivitas mereka yang biasa dilakukan. Namun, seiring waktu, beberapa penderita lupus mampu menyesuaikan diri dengan kondisinya. Dan banyak dari mereka yang tetap memilih untuk melanjutkan pendidikannya walaupun mereka mendapat berbagai hambatan.

Penerimaan diri dan resiliensi merupakan salah satu fungsi psikologis yang ada dalam diri manusia. Bagaimana seseorang mampu menerima dan memiliki keinginan untuk terus bertahan hidup dapat pula dijadikan sebagai salah satu indikator untuk melihat gambaran kesejahteraan psikologis yang dimilikinya. Penelitian yang dilakukan Wahyuningsih dan Surjaningrum terkait Kesejahteraan Psikologis pada Orang dengan Lupus (Odapus) Wanita Usia Dewasa Awal Berstatus Menikah pada tahun 2012 menghasilkan kesimpulan jika penderita lupus mengalami perubahan fisik dan memiliki permasalahan psikologis yang berhubungan dengan kepercayaan diri yang selanjutnya Wahyuningsih dan Surjaningrum menjelaskan kondisi keenam dimensi pada subjek-subjek penelitiannya. Pada dimensi penerimaan diri, dua diantara tiga subjek belum menerima dirinya sepenuhnya dengan kondisi penyakitnya dimana kedua subjek merasa jika mereka menjadi beban untuk keluarganya. Satu diantara keduanya bahkan mengatakan jika dirinya putus asa dan ingin mati. Ketiga subjek memiliki hubungan positif yang baik dengan orang lain, memiliki keinginan untuk terus berkembang, dan memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam hidup.

Ketiganya memiliki hubungan positif dan negatif pada dimensi penguasaan lingkungan dan otonomi (Wahyuningsih & Surjaningrum, 2012).

Kesejahteraan psikologis merupakan keadaan perkembangan potensi nyata seseorang yang ditandai dengan karakteristik melakukan penilaian pada dirinya secara positif baik pada kondisinya saat ini maupun terhadap dirinya di masa lampau (penerimaan diri), berkeinginan untuk terus tumbuh dan mengembangkan diri (perkembangan personal), memiliki kepercayaan jika kehidupan seseorang memiliki tujuan dan bermakna (tujuan dalam hidup), menjalin hubungan yang baik dengan orang lain (hubungan positif dengan orang lain), memiliki kapasitas untuk mengatur kehidupan seseorang dan lingkungan sekitarnya secara efektif (penguasaan terhadap lingkungan), dan berkemampuan untuk menentukan sesuatu dengan dirinya sendiri (otonomi) (Ryff & Keyes, 1995).

Setiap orang akan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang berbeda tergantung pengalaman yang ia miliki dan bagaimana individu menafsirkan pengalaman yang dia alami. Pengalaman yang dimaksud disini bermacam-macam mulai dari memiliki dan merawat anak; hidup dengan orang tua yang pecandu alkohol; mengalami prestasi dalam pendidikan dan pekerjaan di masa dewasa madya; memiliki permasalahan kesehatan; dan relokasi pengalaman-pengalaman di masa nanti. Cara pandang individu terhadap pengalaman yang ia miliki dalam teori kesejahteraan psikologis milik Ryff akan dipandang atau diberikan penilaian berdasarkan teori psikologi sosial, yakni proses perbandingan sosial, mempertimbangkan penilaian, proses atribusi, dan sentralitas psikologi (Ryff, 1995). Selain pengalaman dan bagaimana seseorang menafsirkan pengalaman yang dimilikinya, usia, jenis kelamin, dan status sosial seseorang juga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang (Ryff & Keyes, 1995; Ryff, 1995; Ryff & Singer, 1996; Ryff, 2014)

Terdapat 6 indikator yang dipertimbangkan ada pada orang yang memiliki kesejahteraan psikologis (Ryff & Singer, 1996), yakni 1) Penerimaan diri; 2) Hubungan yang

positif dengan orang lain; 3) Otonomi; 4) Penguasaan terhadap lingkungan; 5) Memiliki tujuan dalam hidup; dan 6) Pengembangan personal.

Penderita lupus tidak akan sembuh dari penyakitnya ini (Joseph, 2017). Dalam artian penderita akan hidup dengan memiliki lupus seumur hidupnya, walaupun simptom-simptom ini tak selamanya muncul, akan ada saat dimana simptom-simptom yang ada hilang dan muncul lagi di kemudian hari, namun hal ini tidak akan berhenti selama hidupnya dengan tingkat keparahan yang berbeda. Berdasarkan data yang ada, jumlah pasien yang meninggal akibat lupus ini terbilang banyak dan mengalami peningkatan tiap tahun. Pada tahun 2014, jumlah penderita lupus yang dirawat di Rumah Sakit terdapat 1.169 pasien dengan 200 pasien meninggal dan pada tahun 2016, jumlah pasien penderita lupus yang dirawat di Rumah Sakit berjumlah 2.166 orang dengan 550 pasien meninggal dunia (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Kondisi ini menyebabkan seseorang yang menerima diagnosa lupus menganggapnya sebagai hal yang menakutkan.

Pada sebagian pasien mungkin ia memosisikan dirinya sebagai orang yang sakit, sehingga mereka mengurangi aktifitas yang biasa mereka lakukan dan membatasi dirinya, baik itu dalam hal beraktifitas ataupun pergaulan, dan hal lainnya. Namun, di samping itu, ada pula mereka yang walau telah menerima diagnosa lupus, tapi tidak membuatnya *down* tapi mencoba menerima kondisinya. Mereka mencoba mengetahui serta memahami apa yang terjadi pada dirinya dengan baik yang mana hal ini akan membantunya dalam beradaptasi, sehingga mereka tidak terjebak dengan kondisi sakit yang dialaminya dan bisa melakukan aktifitas layaknya orang normal, walaupun mungkin jumlah atau tingkat kesulitan aktifitas yang mereka lakukan sedikit berkurang.

Peneliti disini ingin melihat dari sudut pandang penderita yang mana menerima diagnosa lupus jenis Lupus Eritematosus Sistemik, tetapi tidak mengalami *down* dengan penyakitnya. Ternyata tidak semua orang yang menerima diagnosa penyakit kronis terus

terperangkap dalam keterpurukan mereka. Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya pun menunjukkan jika beberapa dari mereka bisa menerima dirinya dan beradaptasi dengan kondisi barunya, sehingga mereka bisa terbebas dari masa keterpurukan mereka. Hal ini terjadi dikarenakan bagaimana pengalaman yang dimiliki seseorang dan bagaimana ia memaknai pengalaman yang dimilikinya (Ryff, 1995). Kondisi demikian dalam Psikologi bisa diartikan sebagai Kesejahteraan Psikologis.

Mereka yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik mungkin menunjukkan perilaku aktif; berkeinginan untuk terus melanjutkan pendidikan maupun pekerjaannya; ceria; dan dapat bergaul dengan orang sekitarnya seperti biasa, tidak menjauhi orang lain. Peneliti ingin melihat seperti apa gambaran kesejahteraan psikologis pada mereka yang berhasil bertahan dan bangkit dari masa keterpurukan mereka di awal menerima diagnosa. Dalam hal ini peneliti akan memilih salah satu penderita lupus yang sedang berkuliah yang telah menerima diagnosa lupus sejak tahun 2012. Sampai saat ini, M belum sepenuhnya menerima dirinya dengan kondisi lupus yang ia derita, karenanya pun M lebih berhati-hati dalam memutuskan akan aktivitas yang ia lakukan. Namun demikian, ia pun menjadikan lupus sebagai motivasi untuknya melanjutkan pendidikan hingga ke bangku kuliah. Kondisi kesehatannya tidak ia beritahukan secara umum demi menghindari belas kasihan dari orang lain yang membuatnya tidak nyaman. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan sebelumnya, M termasuk orang yang aktif, ceria, dan dapat bergaul dengan orang-orang disekitarnya. Melihat dari bagaimana M memandang lupusnya sebagai dua hal, yakni selain sebagai motivasi juga sebagai pembatas dan keinginannya untuk meminimalisir orang sekitar mengetahui kondisi kesehatannya, serta bagaimana ia menghadapi kondisinya yang merupakan seorang mahasiswi yang aktif berorganisasi dirasa perlu untuk mengetahui bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis yang dimiliki M sehingga ia bisa

memunculkan sikap seolah ia tidak mengalami penyakit kronis dan berusaha hidup layaknya orang normal.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merumuskan dan membatasi pokok masalah yang akan dibahas dalam skripsi ini adalah, bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis mahasiswi penderita Lupus Eritematosus Sistemik?

Tujuan Penelitian

Tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran akan kesejahteraan psikologis mahasiswi penderita Lupus Eritematosus Sistemik (*Systemic Erythematosus Lupus/SLE*).

Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang dipaparkan di atas dapat diperoleh manfaat penelitian. Adapun manfaat penelitian ini adalah:

Kegunaan Teoritis. Skripsi ini dapat memberikan masukan yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Positif dan Psikologi Kesehatan serta menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya terutama yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis pada penderita Lupus Eritematosus Sistemik.

Kegunaan Praktis. Skripsi ini dibuat dengan harapan agar mampu berguna bagi penulis dan bagi M. Bagi peneliti, diharapkan untuk dapat menambah pengetahuan peneliti mengenai kesejahteraan psikologis, Lupus Eritematosus Sistemik, dan gambaran kesejahteraan psikologis yang dialami seseorang yang mengalami Lupus Eritematosus Sistemik. Bagi M, diharapkan dengan adanya penelitian ini, M bisa memunculkan kesadaran diri dan lebih memahami dirinya sendiri, terutama terkait kesejahteraan psikologis yang ia miliki yang mungkin akan dapat dijadikan bahan untuk introspeksi diri.