

## **BAB I Pendahuluan**

### **Latar Belakang Masalah**

Kesehatan merupakan aspek penting bagi kehidupan manusia. Berdasarkan Undang-undang kesehatan No. 23 tahun 1992 sehat diartikan sebagai kondisi sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial sehingga individu dapat hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Pada era modern saat ini, memudahkan seseorang untuk memeriksa kondisi kesehatan fisiknya dengan cara melakukan pemeriksaan sejak dini agar mengetahui kondisi fisiknya. Pemeriksaan yang dilakukan dapat mengidentifikasi apabila seseorang memiliki penyakit genetik. Penyakit kelainan genetik merupakan penyakit yang diturunkan orangtua kepada anaknya di mana penyakit genetik tidak dapat dihindari keberadaannya. Di Indonesia saat ini tercatat terdapat sekitar 4000 penyakit genetik, salah satu diantara penyakit genetik tersebut ialah *thalassemia*, Kartikawati (2001)

Thalassemia merupakan penyakit kelainan darah yang disebabkan oleh faktor genetika dan menyebabkan protein yang terdapat pada sel darah merah tidak dapat berfungsi secara normal, sehingga menyebabkan penyandang thalassemia membutuhkan transfusi darah secara rutin dan teratur seumur hidupnya. Thalassemia dibedakan menjadi dua jenis yaitu thalassemia minor dan thalassemia mayor. Thalassemia minor merupakan jenis thalassemia ringan, pengidap thalassemia minor merupakan pembawa sifat thalassemia di mana mereka tidak terkena penyakitnya namun sedikit merasakan anemia, jenis yang kedua yaitu thalassemia mayor. Penyandang thalassemia tidak dapat membentuk hemoglobin yang cukup dan sel darah merah mudah pecah dalam waktu kurang dari 30 hari sedangkan pada kondisi normal sel darah merah pecah dalam waktu 120 hari, maka dari itu penyandang thalassemia mayor membutuhkan transfusi darah kurang lebih satu bulan sekali. Thalassemia mayor termasuk jenis penyakit

kronis. Individu yang terkena penyakit kronis yang dianggap dapat mengancam kehidupannya memiliki pengalaman kecemasan, depresi, dan kesulitan emosional lainnya (Thirafi, 2016).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) yang dilansir pada website resmi Rumah sakit Hasan Sadikin Bandung, pembawa sifat thalassemia di Indonesia berada pada 6-10%, artinya setiap 100 dari 6-10 orang memiliki gen thalassemia. Yayasan Thalassemia Indonesia mengemukakan, kasus thalassemia mayor di Indonesia sejak lima tahun terakhir selalu mengalami peningkatan. Di Indonesia saat ini, kasus thalassemia telah menginjak lebih dari 10.531, dan setiap tahunnya diperkirakan 2.500 bayi di Indonesia terlahir dengan thalassemia. Thalassemia mayor menjadi populasi jenis thalassemia terbanyak di Indonesia, presentase populasinya sebanyak 50% (Kementerian Kesehatan, 2019).

Menurut Ratip et al. (1995, yang dikutip dalam Bulan, 2009). Penyandang thalassemia memiliki pengaruh atau dampak yang besar terkait penyakit yang dimilikinya, pengaruh tersebut dapat berupa dampak fisik ataupun dampak psikologis. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Bulan mendukung pernyataan tersebut, di mana thalassemia mayor sebagai penyakit kronis yang dialami sepanjang usia dapat memberikan banyak masalah psikologis bagi penyandanginya.

Salah satu masalah psikologis yang dialami *thaler* (sebutan bagi penyandang thalassemia) adalah kemampuan *thaler* untuk menerima keadaan dirinya secara utuh. Individu yang terkena thalassemia memiliki keterbatasan dalam melakukan kehidupan sehari-hari, terutama saat melakukan aktivitas fisik. Hal tersebut diakibatkan oleh perubahan dampak fisik yang dialaminya. zat besi dalam tubuh *thaler* mengalami penumpukan pada organ dalam (limpa, hati, jantung) akibatnya kulit *thaler* terlihat lebih gelap. Menumpuknya organ dalam di bagian tersebut mengakibatkan perut *thaler* menjadi buncit, disebabkan karena pembengkakan pada limpa dan hati. Bagian wajah mengalami perubahan bentuk, antara lain perubahan tulang wajah,

hidung terlihat lebih pesek, mata berwarna kuning, penglihatan mata menjauh karena terganggunya pertumbuhan pada tulang tengkorak terganggu. (Bulan, 2009). Perubahan dampak fisik tersebut tentu saja dapat mengganggu *thaler* dalam menerima keadaan dirinya baik secara fisik maupun psikis, dalam psikologi hal ini dikenal sebagai penerimaan diri. Penerimaan diri yaitu sejauh mana individu mampu sadar dan mengakui karakteristik dirinya dan mengaplikasikannya dalam menjalankan kehidupannya (Handayani, Ratnawati, & Helmi, 1998).

Kubler Ross (1969, yang dikutip dalam Pratitis, 2013) mendefinisikan penerimaan diri sebagai dasar bagi setiap manusia untuk dapat menerima kenyataan hidup, segala pengalaman baik buruk. Penerimaan diri ditandai dengan sikap positif, adanya sikap mengakui atau menghargai nilai-nilai individual serta terlihat pada tingkah lakunya. Seseorang dikatakan berhasil melakukan penerimaan diri ketika individu memilih untuk menghadapi kenyataan dari pada menyerah pada tidak adanya harapan. Kubler ross menyatakan sebelum individu berada pada tahap penerimaan, individu terlebih dahulu melalui beberapa fase. Fase pertama yaitu *Denial*, fase pertama ini ditandai dengan perasaan menyangkal atau menolak dari kenyataan yang terjadi. *Anger*, setelah melalui fase penyangkalan, individu merasa marah dan merasa apa yang terjadi pada dirinya tidak adil, perasaan marah ini ditujukan untuk kondisi yang menimpa dirinya. *Bargaining*, fase ini individu telah mampu mendapatkan penawar rasa marahnya, sehingga individu mampu mengalihkan amarahnya jauh lebih baik. *Depression*, fase ini memungkinkan individu merasa sangat terpuruk dan tidak berdaya sebelum akhirnya individu berhasil mencapai tahap *Acceptance*, fase terakhir ini menunjukkan kondisi individu telah berhasil menerima segala sesuatu yang terjadi dengan dirinya dengan ikhlas.

Penerimaan diri dibentuk oleh beberapa faktor. Utami (2008 dalam Paramita, 2011) mengemukakan beberapa faktor yang mendukung penerimaan diri dipengaruhi oleh kemampuan

resiliensi yang dimiliki masing-masing pasien, pemberian dukungan sosial disesuaikan dengan kebutuhan pasien, memiliki harapan kesembuhan dan sejauhmana tercapainya harapan tersebut serta identifikasi yang dilakukan terhadap orang yang memiliki sikap positif.

Studi pendahuluan dengan mewawancarai 10 penyandang Thalassemia usia (16-22 tahun) menunjukkan bahwa waktu yang dibutuhkan *thaler* untuk menerima dirinya berbedabeda pada setiap individu. Ada yang membutuhkan waktu satu minggu dan ada pula penyandang thalassemia yang membutuhkan waktu untuk menerima dirinya sebagai *thaler* hingga sampai saat ini. Untuk bertahan hidup, *thaler* melakukan transfusi darah secara rutin minimal satu bulan sekali dan mengonsumsi obat secara teratur. *Thaler* mengatakan hal yang dapat membantu menerima keadaan dirinya dengan mendapatkan dukungan dari teman, keluarga dan mengikuti berbagai kegiatan seperti orang-orang normal lainnya, hal tersebut dapat membantu *thaler* untuk dapat mudah diterima di lingkungan sosial. *Thaler* yang telah mampu menerima keadaan dirinya merasakan lebih menerima kenyataan, lebih bersemangat dalam menjalankan hidup, percaya diri, yakin kesehatannya akan segera membaik, dan merasa lebih menikmati hidup. *Thaler* mengatakan bahwa setelah berada di tahap individu menerima dirinya sebagai *thaler*, ia merasa bahwa kondisinya sama seperti orang normal lainnya tidak merasakan sakit apapun dan tidak perlu merasa bahwa dirinya terkena suatu "*penyakit*" karena akan membuat kondisi kesehatannya menurun.

Berdasarkan jawaban subjek dalam wawancara awal tersebut, mereka yang telah mampu menerima kondisi dirinya memiliki keyakinan bahwa kesehatannya dapat membaik. Dalam psikologi, memiliki perasaan yakin tersebut dikenal dengan optimisme. Menurut Scheier & Carver, (2001) optimis merupakan harapan mendapatkan hasil yang baik, serta memiliki

perasaan dan sikap yang positif. Seseorang yang optimis memiliki harapan akan hal-hal baik terjadi pada dirinya dengan memikirkan hal-hal positif.

Berpikir positif yaitu upaya menggapai hal terbaik dalam keadaan terburuk. Pada penyandang thalassemia sikap optimis dapat membantu meningkatkan motivasi untuk dapat bertahan hidup. *Thaler* memiliki keyakinan bahwa dirinya akan tetap sehat maka semangat hidupnya akan lebih mengarahkan kepada hal-hal positif seperti melakukan transfusi darah secara rutin, mengonsumsi obat-obatan secara teratur, dan melakukan gaya hidup sehat. Seseorang yang memiliki sikap optimis mempunyai harapan yang tinggi pada setiap sesuatu yang terjadi dalam hidupnya akan dapat teratasi dengan baik, meskipun memiliki banyak masalah dan frustrasi (Nurtjahjanti & Ratnaningsih, 2011).

Menurut Seligman (1991) optimisme adalah keyakinan individu terhadap peristiwa buruk atau kegagalan tidak mempengaruhi semua aktivitas dan bukan mutlak disebabkan diri sendiri tetapi bisa situasi, nasib atau orang lain. Sama halnya dengan penyakit thalassemia, kejadian buruk terkait penyakit yang dimiliki *thaler* bukan merupakan kesalahan dirinya, melainkan karena penyakit kelainan sel darah yang dimilikinya sejak lahir. Individu yang bersikap optimis mempunyai kekebalan tubuh lebih baik dari pada orang yang bersikap putus asa, apabila penyandang thalassemia mayor mampu bersikap optimis terkait kondisi dirinya, maka ia akan bersikap pantang menyerah dan terus berusaha untuk sembuh dari penyakitnya. Selain itu memiliki pandangan hidup optimis dapat membantu *thaler* memiliki keyakinan yang dapat mencapai tujuan hidupnya.

Penelitian yang dilakukan oleh (Goodin & Bulls, 2013) memperlihatkan bahwa optimisme berperan untuk membantu pasien yang sedang menjalankan pengobatan. Penelitian ini merupakan penelitian dengan setting klinis di mana optimisme memiliki dampak berupa

pengalaman positif bagi pemulihan pasien. Hasil penelitian yang dilakukan (Milhabet, 2011) menunjukkan bahwa realisme atau keakuratan seseorang dalam memprediksikan sesuatu dapat meningkatkan efek sosial yang positif dari pandangan secara optimis di masa depan.

(Barbenchon, Milhabet, Steiner, & Priolo, 2008) melakukan penelitian eksperimen tentang pandangan optimis seseorang tentang penilaian masa depan. Hasilnya menunjukkan individu yang memiliki sikap optimis mampu diterima oleh lingkungan sosialnya.

*Thaler* dengan sikap optimisme rendah memunculkan reaksi emosi negatif, tidak mampu mengendalikan diri mereka ketika dianggap berbeda dengan orang lain dan menunjukkan perasaan kecil hati terkait kondisi mereka. Sikap pesimis yang terlalu tinggi dapat menyebabkan *thaler* tidak dapat menerima kondisi dirinya secara utuh karena *thaler* memiliki pandangan negatif yang terlalu tinggi pada kondisi dirinya, maka dari itu dukungan sosial juga diperlukan berdampingan agar memunculkan sikap optimisme pada *thaler*, serta membantu *thaler* untuk mampu menerima keadaan dirinya.

Berdasarkan pernyataan subjek pada studi awal penelitian bahwa hal yang dapat membantu keadaan dirinya adalah dengan menerima dukungan dari keluarga dan teman. *thaler* mengatakan bahwa dukungan yang diberikan oleh keluarga dan teman merupakan hal yang dapat membantu penerimaan dirinya. Subjek mengatakan keluarga cenderung memberikan dukungan dalam bentuk emosional maupun instrumental dengan cara memberikan kasih sayang, memberikan perhatian lebih terkait kondisinya, memotivasi *thaler* agar tidak mudah menyerah pada keadaan, serta memberikan dukungan instrumental berupa menanggung seluruh biaya pengobatan. *Thaler* juga mengatakan bahwa temantemannya memberikan dukungan serupa dengan keluarga, temantemannya memberikan pengertian lebih jika ia sering absen saat sekolah karena melakukan transfusi darah serta selalu mendengarkan cerita *thaler* tentang penyakitnya.

Seseorang yang mengalami penyakit kronis membutuhkan dukungan sosial secara optimal dari lingkungan terdekatnya. Hal ini dapat membantu individu untuk menerima kondisi dirinya dengan baik. Dukungan sosial sangat diperlukan pada penyandang thalassemia, karena dukungan sosial dapat membantu *thaler* mampu untuk mengoptimalkan sumber-sumber psikologis yang dimilikinya termasuk sikap optimisme dan kemampuan dalam penerimaan diri.

Dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungan sekitar dapat mengurangi perasaan ragu akan kemampuan yang dimilikinya, perasaan tidak yakin akan diterima di lingkungan sekitar, dan tidak mampu menjalankan hidupnya secara maksimal. Sarafino (2006) mengatakan dukungan sosial mengarah pada keadaan saling menghargai, merawat, serta pemberian rasa nyaman pada orang lain (Keluarga dan teman dekat). Keluarga merupakan pemberi dukungan sosial utama yang dibutuhkan bagi penyandang thalassemia. Sebagai sumber inti pemberi dukungan, keluarga memberikan bentuk dukungan berupa kasih sayang, kehangatan, memberikan rasa nyaman, aman, dan menghargai perasaan *thaler*. Pemberian dukungan dalam bentuk penyediaan materi juga dilakukan oleh keluarga dengan membiayai pengobatan yang dilakukan *thaler* untuk kesembuhannya.

Dukungan sosial sebagai fungsi ikatan sosial, ikatan sosial tersebut menunjukkan tingkat kualitas umum suatu hubungan interpersonal (Smeltz, 1994). Ketika memperoleh dukungan dari lingkungan yang diterima dari ikatan persahabatan dengan orang lain mampu memberikan ketenangan, merasa diperhatikan, dicintai, percaya diri, dan kompeten. (Kumalasari & Ahyani, 2012)

Schulz dan Schwarzer (2004) mengatakan bahwa dukungan sosial berperan dalam mengatasi kondisi kesehatan yang parah dan membantu pada fase pemulihan. Dukungan sosial dapat diperoleh dengan berbagai cara, individu yang membutuhkan dukungan dapat mengatakan secara

langsung atau memberikan sinyal bahwa mereka sedang membutuhkan dukungan sosial. *Thaler* dapat langsung mengatakan bahwa kondisi mereka sedang terpuruk dan perlu dukungan atau dengan melihat kondisinya yang terpuruk, orang-orang terdekatnya bisa langsung memberikan dukungan sosial.

Berdasarkan hasil studi yang dilakukan (Simarmata, 2018) menunjukkan bahwa dukungan emosional, instrumental, informatif, dan persahabatan secara bersama-sama memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penerimaan diri pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA). Studi yang dilakukan Handayani (2018) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif secara signifikan antara dukungan sosial terhadap optimisme yang dimiliki oleh ODHA. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Wardiyah, Afiati, & Budiati (2014), mengenai faktor yang mempengaruhi optimisme kesembuhan pada pasien kanker payudara menyebutkan bahwa dukungan sosial memberikan manfaat bagi responden untuk mengatasi masalah psikologis, beradaptasi terhadap stres, sehingga dengan adanya dukungan sosial responden dapat meningkatkan semangat hidup dan akan berdampak pada peningkatan kondisi kesembuhan.

Berdasarkan hasil penelitian awal yang dilakukan peneliti dan hasil-hasil penelitian terdahulu, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai dukungan sosial dan optimisme sebagai variabel bebas dan penerimaan diri sebagai variabel terikat. Pada penelitian terdahulu belum ditemukan penelitian yang menggunakan ketiga variabel tersebut dalam satu penelitian, khususnya pada subjek penyandang thalassemia mayor, sehingga peneliti ingin mengungkap apakah dukungan sosial dan optimisme memiliki pengaruh terhadap penerimaan diri pada penyandang thalassemia mayor.



## **Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari uraian latar belakang masalah yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah yang dapat ditarik adalah:

1. Apakah dukungan sosial berpengaruh terhadap penerimaan diri pada penyandang thalassemia mayor?
2. Apakah optimisme berpengaruh terhadap penerimaan diri pada penyandang thalassemia mayor?
3. Apakah dukungan sosial dan optimisme berpengaruh secara simultan terhadap penerimaan diri pada penyandang thalassemia mayor?

## **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian yang akan dilakukan yaitu :

1. Untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap penerimaan diri pada penyandang thalassemia mayor.
2. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap penerimaan diri pada penyandang thalassemia mayor.
3. Untuk mengetahui pengaruh optimisme dan dukungan sosial secara simultan terhadap penerimaan diri pada penyandang thalassemia mayor.

## **Kegunaan Penelitian**

Kegunaan penelitian ini dapat ditinjau dari dua segi, yaitu kegunaan secara teortis dan kegunaan secara praktis. Kegunaan teoretis dimaksudkan untuk kepentingan pengembangan ilmu, kegunaan praktis bertujuan untuk memecahkan masalah-masalah pendidikan.

**Kegunaan teoretis.** (a) Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan dapat memperkaya ilmu dibidang Psikologi sosial, khususnya dalam *dukungan sosial*; (b) Penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya ilmu di bidang Psikologi Positif, khususnya dalam optimisme dan penerimaan diri.

**Kegunaan praktis.** (a) Untuk keluarga dan teman sebaya penyandang thalassemia informasi ini dapat digunakan sebagai salah satu alternatif untuk memberikan *dukungan sosial* pada *thaler*; (b) Untuk penyandang thalassemia diharapkan dapat memiliki sikap optimis dalam berjuang menghadapi penyakitnya serta mampu menerima kondisinya secara utuh, menerima kekurangan dan kelebihan dirinya dan tidak menganggap dirinya memiliki keterbatasan. (c) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi bagi peneliti selanjutnya terkait dengan dukungan sosial dan optimisme terhadap penerimaan diri; (d) Dengan dilakukannya penelitian ini juga diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti, serta untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

