

## Bab I Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Dewasa ini muncul banyak sekali permasalahan psikis yang diakibatkan dari terdapatnya penyakit fisik yang serius, banyak sekali penyakit fisik kronis yang masih dianggap tabu di kalangan masyarakat sehingga informasi yang ada sangat minim didapatkan. Di masa pandemi wabah virus *Corona* yang sedang terjadi di saat ini, banyak sekali masyarakat yang mulai peduli dan mawas diri akan kesehatan sistem kekebalan tubuh. Virus *Corona* atau *Corona Virus Disease 2019* merupakan salah satu jenis virus yang ditemukan pada hewan dan manusia, *World Health Organization* (WHO) mengumumkan virus ini dengan nama *Coronavirus Disease (COVID-19)* disebabkan oleh virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2)*. Virus ini dapat menular dari manusia ke manusia dengan penyebaran yang cepat, dimana dapat menyerang sistem pernapasan (WHO, 2020). Infeksi COVID-19 dapat menimbulkan gejala ringan, sedang, dan berat namun dalam beberapa kasus terdapat pula orang tanpa gejala. Gejala klinis utama yang muncul yaitu demam, batuk, dan kesulitan napas (PDPI, 2020). Data dari WHO sampai saat ini terdapat sekitar 65 negara yang sudah terinfeksi virus ini dengan penularan yang cepat serta tingkat kematian yang tinggi, virus ini ditetapkan sebagai pandemik sejak 12 Maret 2020 (WHO, 2020).

Segala bentuk media baik media elektronik dan surat kabar memberikan pemberitaan dengan pandemik sebagai topik utama yang sedang terjadi hampir dua tahun ini, hal ini tentu saja memicu permasalahan secara global yang dirasakan dalam berbagai sektor kehidupan. Karena dampak yang cukup serius berbagai negara di belahan dunia termasuk Indonesia, diterapkan berbagai macam peraturan untuk

mencegah meningkatnya penularan virus COVID-19. Menjaga kesehatan dengan meningkatkan sistem kekebalan tubuh menjadi salah satu bentuk usaha pemerintah dan masyarakat untuk melindungi diri dari terpaparnya virus COVID-19. Namun di balik masyarakat yang berusaha menjaga sistem kekebalan tubuhnya terdapat banyak sekali penyakit yang menyerang sistem kekebalan tubuh manusia, sehingga penyandanginya memiliki tingkat resiko yang lebih tinggi di saat wabah virus COVID-19 sedang terjadi, penyakit ini biasa disebut dengan penyakit *auto-immune*. Menurut Chaia. M., dkk (2020) *auto-immune* merupakan sebuah penyakit yang menyerang sistem kekebalan tubuh manusia, penyakit ini ditandai dengan hilangnya kontrol dalam subkelompok limfosit T dengan perubahan dalam mekanisme cara kerjanya terhadap diri sendiri dan benda asing, dalam kata lain sistem yang berfungsi melindungi tubuh dari bahaya dan benda asing dapat berbalik menyerang tubuh jika bekerja terlalu keras (Chaia. M., Vargas. E., Alonso. D., Guillén. Javier., Guido. L., Lozano. F., Temix. D., Castrejón. I., 2020). Penyakit *auto-immune* sendiri terdapat beberapa jenis seperti *Celiac*, *IBS pasca-infeksi*, *Diabetes Melitus Tipe 1*, *Henloch Scholein Pupura (HSP)*, *Sistemik Lupus Eritematosus (SLE)*, *Sindrom Sjögren*, *Granulomatosis Eosinofilik dengan Polyangiitis*, *Tiroiditis Hashimoto*, *Graves*, *Purpura Trombositopenik Idiopatik*, penyakit Addison, *Rheumatoid Arthritis (RA)*, *Ankylosing Spondylitis*, *Polymyositis (PM)*, *Dermatomiositis (DM)*, dan *Multiple Sclerosis (MS)* (Patt H, Bandgar T, Lila A, Shah N, 2013).

SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) bukanlah suatu penyakit yang baru, penyakit ini merupakan penyakit kronis yang sudah cukup lama ada meskipun masih terdengar asing dan masih banyak orang awam yang tidak mengetahui penyakit ini. Dr. Daniel Larson (1958) menyatakan bahwa SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) adalah penyakit dengan etiologi yang masih belum diketahui penyebabnya secara

pasti dan dengan manifestasi klinis yang beragam (Willkens, R. F., Dreschler, M., & Larson, D. L., 1958). SLE atau yang sering disebut dengan Lupus merupakan salah satu penyakit kronis yang menyerang sistem kekebalan tubuh (*auto-immune*) manusia sehingga menyebabkan kerusakan kinerja di berbagai organ tubuh manusia. Penyakit ini dapat menyerang siapa saja baik laki-laki atau perempuan serta dengan rentang usia yang beragam mulai dari anak-anak hingga lansia, namun sebagian besar justru menyerang perempuan yang sedang menginjak usia produktif. Kementerian Kesehatan RI (2017) menjelaskan bahwa di Indonesia sendiri penyandang penyakit SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) secara tepat belum diketahui jumlahnya, prevalensi Lupus di masyarakat berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Prof. Handono Kalim, dkk di Malang memaparkan angka sebesar 0,5% dari sekitar 1.250.000 orang (Kemenkes RI, 2017).

Menurut Richard J. Cross (1960), dalam studinya menjelaskan bahwa ketika mendiagnosa pasien sering kali pasien datang dengan keadaan yang sudah parah akibat dari terlambatnya penanganan, hal ini terjadi karena kurangnya kriteria yang jelas untuk mendiagnosis Lupus, tetapi dalam beberapa tahun terakhir telah terdapat kejelasan untuk diagnosis, penyakit ini sering disalahartikan dengan berbagai penyakit lainnya karena kondisi yang dialami pasien tidak jarang mirip dan serupa dengan penyakit lain (Cross., 1960). Manifestasi Penyakit ini sangat luas dengan banyak sekali keterlibatan, Kementerian Kesehatan RI (2017) menyatakan terdapat beberapa keterlibatan seperti kulit dan mukosa, sendi, darah, jantung, paru-paru, ginjal, saraf pusat dan sistem imun. Karena manifestasi penyakit ini sangat beragam dengan perjalanan penyakit yang bervariasi Lupus termasuk ke dalam klasifikasi penyakit kronis yang memiliki risiko kematian yang cukup tinggi, sehingga memerlukan pengobatan serius dalam jangka waktu yang lama bahkan sampai seumur hidup, untuk

itu diperlukan pengenalan dini serta pengobatan yang baik dan tepat (Kemenkes RI, 2017). Sampai saat ini SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) merupakan suatu penyakit yang belum memiliki obat yang dapat menyembuhkan secara permanen, pengobatan yang dilakukan adalah pengobatan yang dapat memperbaiki keadaan dan menghambat kambuhnya penyakit SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) (*flare*) karenanya pengobatan yang harus dilakukan adalah pengobatan jangka panjang (Djoerban, 2002).

SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) dapat menjadi komorbid (penyakit bawaan) dimana para penyandang menjadi kategori orang yang rentan tertular virus COVID-19, Lupus merupakan penyakit *auto-immune* dimana sistem kekebalan tubuhnya bermasalah sehingga obat-obatan yang dikonsumsi berguna untuk menurunkan kinerja sistem imun. Di saat wabah virus sedang menyerang hal tersebut dapat meningkatkan resiko pada infeksi virus COVID-19 sehingga dampaknya akan sangat fatal. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zucchi, dkk (2021) menjelaskan bahwa penyandang Lupus yang terinfeksi virus COVID-19 dan menghentikan pengobatan menjadi penyebab penting kambuhnya penyakit ini sehingga keadaan akan semakin memburuk, karenanya diperlukan tindakan dan evaluasi dengan hati-hati terhadap setiap kasus penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) yang terinfeksi (Zucchi. D., dkk, 2021).

Setelah melakukan studi awal kepada 20 dengan SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) melalui media *social Instagram, whatsapp, dan facebook* pada grup dan komunitas Lupus di Indonesia peneliti mendapatkan hasil bahwa diketahui bahwa hampir seluruh responden mengetahui wabah virus COVID-19 dan sangat bahayanya virus tersebut terhadap mereka sebagai penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*), informasi tentang virus didapatkan dari berbagai media seperti

televisi, radio, surat kabar, media sosial, dan internet. 90% di antara mereka mengalami stres dikarenakan rasa takut dan cemas akan kondisi tubuh yang dapat memburuk akibat pandemik yang sedang terjadi sehingga usaha yang dilakukan untuk mencegah terinfeksi dari paparan virus COVID-19 adalah dengan menjaga protokol kesehatan dengan ketat, tidak keluar rumah, dan memilih untuk menunda pengobatan rutin ke rumah sakit, akibatnya beberapa di antaranya mengalami *flare* atau sedang kambuh.

Keadaan dunia yang sedang dilanda pandemik ini memberikan berbagai macam tekanan, baik fisik maupun psikis terhadap penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) sehingga tingkat stres yang sudah dialami penyandang SLE semakin tinggi, hal ini mengakibatkan timbulnya penolakan pada diri, dimana ketidakmampuan seseorang untuk menerima kenyataan yang sedang terjadi pada dirinya. Reaksi lingkungan terhadap perubahan fisik yang diakibatkan dari efek samping pengobatan yang sedang dijalani juga dapat memberikan tekanan yang lebih besar sehingga dapat mengakibatkan stres dan berdampak negatif terhadap psikis penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*), hal ini sangat berpengaruh besar terhadap peran sosial yang dijalani sehingga tak jarang banyak sekali penyandang Lupus yang tidak terbuka dan memilih untuk menyembunyikan kenyataan dirinya memiliki riwayat penyakit SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*).

Pemikiran-pemikiran negatif merupakan kondisi dimana seseorang memiliki kecenderungan untuk memandang segala sesuatu dari sisi negatif. Penelitian yang dilakukan oleh Frewen, dkk (2007) menyatakan bahwa pemikiran negatif yang tidak dapat dikendalikan dapat mengakibatkan seseorang mengalami kecemasan, stres, dan depresi (Frewen, 2007). Pemikiran negatif merupakan perbuatan tidak terpuji dan dianggap dosa apabila mempengaruhi niatan, perkataan, maupun tindakan seseorang

(Yucel, 2014). Dari beberapa pernyataan tentang pemikiran negatif itu dapat disimpulkan bahwa pemikiran negatif atau pemikiran buruk yang terjadi secara berulang dapat mengakibatkan stres tingkat tinggi. Stres dapat terjadi pada penyandang SLE dikarenakan banyaknya perubahan dalam hidup yang terjadi pasca terdiagnosis penyakit SLE, perubahan yang terjadi diperburuk dengan support yang diterima dari lingkungan sosial penyandang SLE itu sendiri, tak jarang perlakuan yang diterima oleh para penyandang SLE memberikan tekanan yang akhirnya menyebabkan stres. Pemikiran buruk terhadap Allah sebagai pencipta dan pemikiran buruk terhadap sesama manusia dapat membuat seseorang merasa kesulitan untuk memahami dan menerima keadaan yang terjadi kepada dirinya. Dalam psikologi fenomena tersebut dikenal sebagai *self-acceptance* atau penerimaan diri. Penerimaan diri menurut Allport (dalam Sculthz, 1993) adalah suatu keadaan dimana seseorang dapat menerima segala bentuk yang ada dalam dirinya, termasuk kelamahan dan kekurangan yang dimilikinya sehingga tidak mungkin menyerah dengan kenyataan dirinya yang memiliki kekurangan (Schultz, 1993). Selain itu menurut (Hurlock, 2006) penerimaan diri merupakan tingkat kesadaran yang dimiliki individu terhadap karakteristik pribadinya, berupa penerimaan diri dan bersedia menjalani kehidupan yang baik dengan apa adanya.

Berlawanan dengan pikiran negatif, terdapat istilah yang berkaitan dengan pikiran positif yaitu Husnuzan. Istilah ini merupakan sebuah makna dimana seseorang berprasangka baik. Menurut Sagir (2011), husnuzan berasal dari bahasa arab yang bermakna berprasangka baik, baik itu kepada Allah maupun kepada makhluk ciptaan-Nya yaitu sesama manusia, binatang, tumbuhan dan alam (Sagir A. , 2011). Dalam tulisannya Yucel (2014) menjelaskan bahwa husnuzan merupakan sebuah bentuk pola pikir yang bebas dari kompleksitas, kebencian, dan segala emosi negatif yang ada di

dalam diri seseorang, adapun aspek dari husnuzan sendiri yaitu berprasangka baik kepada Allah, berprasangka baik kepada sesama manusia, serta berprasangka baik kepada alam semesta (Yucel, 2014).

Salah satu penelitian dilakukan oleh Paramita dan Margaretha (2013) yang meneliti tentang pengaruh penerimaan diri terhadap penyesuaian diri penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) dimana hasil dari penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara penerimaan diri terhadap penyesuaian diri para penyandang Lupus, dimana semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin tinggi pula penyesuaian dirinya (Paramita & Margaretha, 2013).

Lupus merupakan penyakit kronis dan tidak dapat disembuhkan sehingga memiliki pengaruh besar terhadap kualitas hidup dan kepuasan hidup penyandanginya (Lilianna. K., Anna. S., & Ewa., R., 2010). Pada penyandang SLE dapat mencapai kebahagiaannya dengan *coping stress*, salah satu penelitian yang dilakukan oleh dr. Ambar, dkk menunjukkan bahwa meskipun hidup dengan SLE cukup berat dilakukakan, para penyandang SLE tetap dapat mencapai kesejahteraan mereka. Dengan mekanisme *copping* yaitu mendekati diri dengan agama, mencari dukungan sosial, dan fokus pada pelampiasan emosi, serta penerimaan dalam diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi ini dialami oleh rasa syukur. Rasa syukur yang dimiliki keluarga, kehadiran orang lain yang telah membantu, dan bersyukur atas kejadian-kejadian positif dalam hidupnya membuat penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) mampu beradaptasi dan berdamai dengan penyakitnya (Sulianti, dkk, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Fauzi, dkk (2017) dalam penelitiannya tentang pengaruh *Mirror Therapy* dengan dukungan *copping religius* terhadap performa fisik

dan penerimaan diri, hasil yang didapatkan adalah *Mirror Therapy* yang didukung dengan *copping religius* dapat meningkatkan penerimaan diri pada pasien. Selain itu dalam penelitian yang dilakukan oleh Nadilah Anwar (2020) tentang *Husnuzan* dan penerimaan diri pada orang dengan HIV/AIDS, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *husnuzan* dengan penerimaan diri pada orang dengan HIV/AIDS, dijelaskan bahwa semakin tinggi tingkat *husnuzan* maka semakin tinggi pula penerimaan diri pada orang dengan HIV/AIDS (Anwar, 2020).

Ditinjau dari penelitian yang ada dari sebagai data empiris, maka diketahui bahwa penerimaan diri dan *husnuzan* merupakan aspek psikologi pada bidang psikologi positif dan psikologi islam, aspek ini merupakan aspek yang baik dalam menunjang penyandang penyakit kronis menjalani kehidupan dengan lebih baik. Penelitian yang dilakukan oleh Helga Cahyaningtyas (2016) mengemukakan bahwa sumber stres tertinggi yang dialami pada penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) yaitu dari perubahan bentuk badan akibat efek samping dari pengobatan seperti menjadi gemuk, tidak tinggi, ada perubahan aturan dari keluarga dan kurang diberikannya kebebasan dalam berpendapat (Cahyaningtyas, 2016). Berdasarkan atas hasil penelitian yang dilakukan oleh Sheba, dkk (2018) menjelaskan bahwa kepatuhan minum obat pada pasien SLE di RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung didasari oleh nilai kehidupan yang meliputi penerimaan diri, kepribadian, serta regulasi diri yang membentuk sikap penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) terhadap kepatuhan minum obat (Shiane H. Sheba dkk, 2018).

Berdasarkan uraian yang dipaparkan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam dan melakukan penelitian mengenai “pengaruh antara penerimaan diri dan *husnuzan* terhadap stres pada penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*)”.



## Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang yang telah dipaparkan, dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap stres pada penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*).
2. Apakah terdapat pengaruh husnuzan terhadap stres pada penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*).
3. Apakah terdapat penerimaan diri dan husnuzan secara bersama-sama berpengaruh terhadap stres pada penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*).

## Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara penerimaan diri dengan stres pada penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*), juga untuk mengetahui apakah pengaruh antara husnuzan dengan stres pada penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*), dan untuk mengetahui apakah penerimaan diri dan husnuzan secara bersamaan dapat mempengaruhi stres yang dialami para penyandang Lupus.

## Kegunaan Penelitian

**Kegunaan teoritis.** Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan baru baik di bidang psikologi maupun di bidang medis, sehingga hasil dari penelitian ini dapat menjadi acuan atau sumber terkait penerimaan diri dan *husnuzan* dengan stres pada penyandang penyakit kronis khususnya Lupus.

**Kegunaan praktis.** Penelitian ini dapat menjadi acuan untuk peneliti lain yang ingin meneliti topik yang sama, serta penelitian ini juga dapat menjadi sumber informasi baik yang dapat dijadikan bahan pembelajaran untuk para penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*). Selain itu bagi penyandang Lupus penelitian ini juga dapat mengetahui penerimaan diri dan pemikiran yang positif yaitu *husnuzan* dari para penyandang SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*) kepada lingkungan sosialnya, sehingga apabila Odapus bisa menerima keadaan dirinya dan berpikiran positif dengan cara *husnuzan* kepada Tuhan dan lingkungan sosialnya diharapkan mampu meminimalisir stres dan menjalani hidup yang baik dengan berdampingan dengan SLE (*Systemic Lupus Erythematosus*).

