

BAB I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Lambung adalah organ yang ada di dalam manusia yang berfungsi sebagai penghancur dan pencerna makanan. Apabila manusia tidak dapat menjaga asupan makanan yang dikonsumsi, melakukan pola hidup yang tidak sehat serta tidak dapat mengelola stres dengan baik, maka akan menimbulkan gangguan kesehatan pada lambung. Terdapat beberapa jenis gangguan pada lambung, diantaranya adalah GERD. GERD merupakan singkatan dari *Gastro Esophageal Reflux Disease*. *Gastro Esophageal Reflux Disease* (GERD) adalah kelainan ketika makanan yang telah masuk ke dalam lambung, kembali naik ke arah esofagus atau refluks (Radjamin et al., 2019).

Pada beberapa orang, terdapat makanan yang dapat memicu terjadinya *refluks gastroesophageal* diantaranya makanan pedas, makanan atau minuman yang berkafein, minuman beralkohol, bahkan coklat sekali pun (Tarigan & Pratomo, 2019). Ada pun obat – obatan yang dikonsumsi, bahkan suplemen diet dapat mempengaruhi dan meningkatkan gejala *refluks gastroesophageal*, dalam hal ini obat-obatan yang dikonsumsi akan mengganggu kerja otot sfinter esofagus bagian bawah, seperti obat penenang, antidepresan, *calcium channel blockers*, dan narkotika. Penggunaan obat – obatan secara rutin untuk beberapa jenis antibiotik dan *non-steroidal anti-inflammatory drugs* (NSAIDs) juga dapat meningkatkan terjadinya inflamasi esofagus (Desra et al., 2020)

Berdasarkan data World Health Organization (WHO, 2012). Dilakukannya penelitian atau tinjauan terhadap negara – negara di dunia, menghasilkan persentase dari angka kejadian gastritis di dunia, diantaranya Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Prancis 29,5%. Insiden terjadinya gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah

penduduk setiap tahunnya (Mappagerang & Hasnah, 2017). Departemen Kesehatan RI menjelaskan bahwa dalam setiap tahunnya di negara Indonesia angka kejadian penderita gastritis cukup tinggi dengan prevalensi 274,396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk atau sebesar 40,8%. Berdasarkan profil kesehatan Indonesia tahun 2011, gastritis merupakan salah satu penyakit dari 10 penyakit terbanyak pada pasien inap di rumah sakit di Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus (4,9 %) (Tina et al., 2019).

Menurut (Radjamin et al., 2019), *GERD* dapat dijelaskan sebagai gangguan dimana ketika makanan yang sudah masuk ke dalam tubuh kemudian lambung mengalami refluks secara berulang ke dalam esofagus atau kerongkongan, hal ini menyebabkan munculnya suatu gejala – gejala atau pun komplikasi yang mengganggu. GERD merupakan kondisi yang akan berkembang apabila komposisi dari refluks lambung akan menimbulkan suatu gejala atau komplikasi (Vakil et al., 2016). GERD juga didefinisikan keadaan lambung yang memiliki asam lambung, dimana asam lambung ini akan kembali naik ke arah esofagus atau kerongkongan. Kondisi ini dapat menimbulkan *heartburn* (*dada terasa panas terbakar*), sakit pada area dada, juga iritasi pada kerongkongan. Dalam Pramita, E. W. (2020), mengutip bahwa dalam penelitian 2019, para peneliti menemukan bahwa GERD ini merupakan sebab utama munculnya suatu tekanan atau stres. Peneliti ini menjelaskan bahwa orang – orang dengan GERD terutama yang mengalami sakit pada area dada akan memiliki tingkat kecemasan dan juga depresi yang secara signifikan lebih tinggi daripada orang – orang dengan GERD yang tidak memiliki rasa sakit di area dada. Para peneliti juga mengatakan bahwa dominan orang – orang menghubungkan gejala – gejala dari suatu penyakit misalnya seperti sakit pada bagian dada dengan suatu keadaan lain yang lebih serius, akan dapat menaikkan kecemasan yang mereka rasakan mengenai gejala – gejala yang sedang dialami. Seperti yang peneliti temukan di grup GERD *Anxiety* Indonesia (GAI), banyak anggota dari grup tersebut yang mengunggah ceritanya mengenai bagaimana kecemasan mereka semakin

meningkat ketika mengalami gejala – gejala GERD terutama sakit di bagian dada. Unikny adalah bagi mereka yang sudah memeriksakan diri ke dokter, mereka meyakini bahwa sakit dada yang sedang mereka alami adalah gangguan kesehatan yang lebih serius dan mereka merasa semakin cemas akan hal itu. Dalam psikologi hal ini disebut dengan *illness cognitive*. *Illness cognitive* adalah keyakinan akal sehat individu terhadap penyakit yang sedang mereka alami (Leventhal et al., 1801).

Menurut Leventhal dalam (Krok et al., 2019), *illness perception* (perspsi penyakit) adalah representasi kognitif tentang penyakit dan perilaku yang dibentuk berdasarkan informasi saat ini dan pengalaman sebelumnya yang terkait dengan penyakit yang sedang dialami. *Illness perception* ini berbeda dari satu pasien dengan pasien lainnya. Bahkan apabila ada beberapa pasien yang memiliki gangguan kesehatan yang sama, maka sudut pandang mereka tentang gangguan kesehatannya pun akan berbeda (Attari et al., 2016), seperti yang dialami oleh anggota GAI, walaupun mereka megalami gejala yang sama tetapi sudut pandang mereka terhadap gejala tersebut berbeda. Ada yang menanggapi gejalanya sebagai GERD biasa, adapun yang menanggapi gejalanya sebagai penyakit yang serius.

Leventhal (2001 dalam Scollan-Koliopoulos, 2011 dalam (Oktarinda & Surjaningrum, 2014)) menjelaskan bahwa bagian yang paling utama dalam suatu proses meregulasi diri yang akan dapat mempengaruhi bagaimana cara individu dalam mengatasi suatu gangguan kesehatannya adalah *illness perception* (persepsi penyakit). *Illness perception* merupakan respon dari orang yang sedang mengalami sakit, terhadap penyakitnya, hal ini dapat mempengaruhi rencana bahkan bagaimana strategi orang yang sedang mengalami sakit dalam menangani suatu masalah dalam kesehatannya. *Illness perception* juga telah diakui sebagai faktor penting dalam penyesuaian penyakit kronis (Chen et al., 2020).

Persepsi penyakit dibentuk melalui proses kognisi dan juga emosi, persepsi penyakit ini dipengaruhi oleh stimulus eksternal dan internal menurut Leventhal & Cameron, 2003 dalam (Oktarinda & Surjaningrum, 2014). Bagi orang dengan gejala GERD, stimulus eksternal menggambarkan informasi – informasi yang didapatkan orang yang sedang mengalami sakit mengenai sakit yang sedang dialami seperti adanya infomasi

bahwa gejala yang sedang dialami merupakan suatu gejala dari penyakit serius kemudian orang dengan gejala GERD akan melihat dan membandingkan dirinya dengan orang yang mengalami sakit yang serupa. Berbeda dengan stimulus eksternal, stimulus internal menggambarkan suatu pengalaman dari orang yang sedang mengalami sakit secara langsung yang merasakan suatu gejala akibat penyakit yang diderita sebelumnya.

Berdasarkan studi awal yang telah dilakukan peneliti kepada anggota aktif di grup GERD *Anxiety* Indonesia (GAI) di *facebook*, menghasilkan kesimpulan bahwa 95,5% dari 31 responden berpikir bahwa gejala – gejala yang sedang dialami saat ini merupakan gejala dari suatu gangguan kesehatan yang serius dan dengan jumlah yang sama, 95,5% dari 31 responden merasakan cemas setelah memiliki asumsi tersebut. Banyak dari anggota grup GAI yang telah memeriksakan diri ke dokter untuk memeriksakan diri kembali untuk mengetahui secara detail mengenai gejala yang berhubungan dengan GERD, seperti gejala *heartburn* maka mereka melakukan pemeriksaan *rontgen* paru – paru, kemudian gejala detak jantung dengan irama yang cepat mereka melakukan pemeriksaan *Elektrokardiogram* (EKG) dan masih banyak lagi gejala yang mereka rasakan sehingga mereka memeriksakannya kepada yang ahli secara detail. Setelah mereka mendapatkan hasil dari pemeriksaan yang dilakukan, disana tidak terdapat gejala dari suatu penyakit yang serius. Hal tersebut tidak membuat mereka berhenti memikirkan gejala yang mereka alami, justru mereka kurang percaya akan hasil pemeriksaan yang mereka dapatkan. Adanya perubahan pola hidup yang dijalani akan terasa berat dan takut akan mengkhawatirkan keluarga, hal tersebut sedikitnya akan menyebabkan turunnya semangat hidup pada orang dengan gejala GERD itu sendiri. Alhasil, hal tersebut menjadi sebuah pemikiran negatif yang akan mempengaruhi tingkat kesembuhannya karena sering mengalami cemas, takut dan juga merasa jika memang mereka mengalami penyakit yang serius.

Dalam hasil penelitian Wijayanti et al, (2018), menunjukkan bahwa adanya suatu hubungan antara persepsi orang yang sedang mengalami sakit mengenai sakitnya dan juga

tingkat kecemasan. Persepsi penyakit dalam fenomena ini dapat menimbulkan adanya respon emosi berupa kecemasan pada orang dengan gejala GERD. Kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti, merupakan respon emosional dengan bermacam perasaan tidak menyenangkan yang ditimbulkan oleh hal yang tidak jelas, individu sering mengalami ketidakseimbangan yang membuatnya cemas, sedih, atau gelisah dan tidak bisa tidur yang dipicu oleh ketakutan (Stuart, 2013). Peneliti pun melakukan studi awal kepada anggota aktif di grup GAI, yang hasilnya menyatakan bahwa ada 28 dari 31 responden yang mengalami kecemasan secara berlebih, seperti sulit untuk berkonsentrasi, tanpa sadar menggerakkan motorik tubuh, menjadi mudah tegang dan juga jantung berdetak lebih cepat.

Saat seseorang dalam keadaan sakit, akan terjadi beberapa perubahan di dalam dirinya yaitu, adanya perasaan takut, menarik diri, egosentris, sensitif terhadap persoalan kecil, reaksi emosional tinggi, perubahan persepsi, dan berkurang minat. Ketika seseorang dihadapkan pada suatu penyakit akan menggambarkan penyakit tersebut sesuai dengan pemikirannya sendiri dalam rangka memahami dan menanggapi masalah yang dihadapi. Dalam psikologi, menanggapi masalah atau mengatasi stres ini disebut juga dengan koping stres. Koping stres merupakan suatu tindakan yang dilakukan guna untuk merubah kognitif dalam diri seseorang secara konstan dan juga merupakan suatu bentuk usaha tingkah laku seseorang untuk bagaimana cara mengatasi tekanan yang berasal dari dalam atau pun luar diri seseorang yang dinilai menjadi suatu beban dan melebihi sumber daya yang dimiliki diri seseorang (Maryam, 2017). Keadaan stres yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologis (Folkman & Lazarus, 1984). Individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya. Tindakan yang diambil individu dinamakan strategi coping.

Sedangkan menurut Salomo dikutip (Yuidiati & Rahayu, 2016), tingkah laku seseorang dalam menghadapi masalah, tekanan dan tantangan disebut koping stres.

Menurut Mulyana (2015), secara umum, setiap permasalahan yang dihadapi biasanya akan disertai dengan kecemasan yang dirasakan oleh individu saat menghadapi masalah. Dalam penelitian Yuidiati dan Rahayu (2016), semakin mampu melakukan coping stres, maka kecemasan akan semakin menurun dan sebaliknya. Maka dari studi awal yang dilakukan peneliti, orang dengan GERD yang melakukan persepsi penyakit dan mengalami kecemasan akan melakukan berbagai macam koping diantaranya dengan mencoba untuk terus berpikir positif, pergi menemui dokter, berdoa sesuai dengan keyakinannya, ada pun yang menghindari dari kecemasannya dengan melakukan berbagai kegiatan.

Dalam Leventhal (1960) yang dikutip (Martani et al., 2014) diasumsikan bahwa individu akan bereaksi terhadap tanda – tanda atau pun gejala – gejala dari sakitnya yang kronis berdasarkan sumber informasi (tahap yang dilakukan dalam proses persepsi penyakit). Informasi – informasi yang sampai pada orang yang sedang mengalami sakit, kemudian akan direpresentasikan dalam bentuk kognitif dan juga bentuk emosional, sehingga akan terbentuklah suatu persepsi. Kemudian hal ini akan menggambarkan hubungan antara persepsi penyakit dan pemilihan perilaku koping, dengan persepsi penyakit tertentu memunculkan atau menekan hal tertentu dalam perilaku koping.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Krok et al., 2019) yang menerangkan bahwa hubungan *illness perception* dengan gejala yang afektif adalah sesuatu yang tertanam dalam efek mediasi yang dikelola maknanya dalam kehidupan dan koping. Ini mengartikan jika penyesuaian emosional terhadap penyakit tergantung pada cara pasien merasakan penyakit mereka dan strategi koping yang mereka lakukan. Pengambilan keputusan yang tidak tepat, akan mempengaruhi kualitas hasil dari pemecahan masalah yang dilakukan. Seperti

penelitian yang dilakukan oleh (Bose et al., 2016) yang menjelaskan bahwa *avoidant coping* memiliki efek yang kurang baik secara langsung pada kecemasan dan depresi. *Avoidant coping style* tidak hanya mempengaruhi tekanan emosional, tetapi juga gejala dan rendahnya rasa kontrol terhadap penyakit. Kesehatan emosional yang positif dapat mempertahankan upaya coping jangka panjang dan melindungi pasien dari konsekuensi negatif dari gangguan emosional yang berkepanjangan (Folkman, 2000) dalam (Chew et al., 2014).

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan oleh penulis, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang lebih lanjut mengenai “Pengaruh Persepsi Penyakit terhadap Strategi Koping pada Orang dengan Gejala GERD dengan Anxietas sebagai Variabel Moderator”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian yang ada di latar belakang, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan rumusan masalah ; Apakah ada pengaruh persepsi penyakit terhadap strategi koping pada orang dengan gejala GERD dengan anxietas sebagai variabel moderator?

Tujuan Masalah

Adapun tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui adakah pengaruh persepsi penyakit terhadap strategi koping pada orang dengan gejala GERD dengan anxietas sebagai variabel moderator?

Kegunaan Penelitian

Kegunaan teoretis. Penelitian ini di harapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya psikologi klinis, dan hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian lain.

Kegunaan praktis. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi beberapa pihak dalam menangani gejala penyakit, khususnya bagi orang yang mengalami GERD yang berkaitan dengan persepsi penyakit.

