

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Kesehatan merupakan suatu hal yang sangat penting untuk setiap orang. Dengan memiliki kondisi fisik yang sehat seseorang akan mudah melakukan aktivitasnya. Namun melihat fenomena yang terjadi banyak orang yang kurang memperhatikan gaya hidupnya yang hal ini memungkinkan munculnya berbagai penyakit baik fisik maupun psikologis. Di Indonesia saat ini bahkan sudah banyak penyakit yang menyerang pada semua kalangan baik usia muda maupun tua. Penyakit yang bersifat kronik, seperti Kanker, Stroke, Lupus dll, umumnya menjadi masalah besar bagi penderita.

Penyakit Sistemik Lupus Eritematosus (SLE) atau sering disebut lupus, merupakan salah satu penyakit kronik yang banyak diderita mulai dari usia remaja sampai dewasa. Penderita lupus atau biasa disebut Odapus pada saat ini jumlahnya semakin meningkat. Menurut data dari Lupus Foundation of America, 1,5 miliar orang di Amerika Serikat menderita lupus (Farhana, 2015). Berdasarkan data Yayasan Lupus Indonesia (YLI) penderita Lupus di Indonesia ada sekitar 10.114 odapus dengan rentang umur antara 15-45 tahun 90 persen di antaranya adalah perempuan muda dan 10 persen sisanya diderita oleh laki-laki dan anak-anak (Pratama, 2010). Di wilayah Solo penderita Lupus terus mengalami peningkatan. Dokter spesialis penyakit dalam RSUD Dr Moewardi, Solo, Arief

Nurudhin mengatakan, penyebaran penyakit lupus di Solo sudah sangat mengkhawatirkan. Peningkatan jumlah penderita penyakit ini setiap tahunnya mencapai 75 persen (Sunaryo, 2014).

Menurut Djoerban (dalam Farida, 2013) ahli penyakit dalam dari Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo mendefinisikan lupus sebagai penyakit kronis atau menahun yang membuat zat imunitas tubuh bereaksi secara berlebihan terhadap rangsangan dan benda asing dari luar yang masuk ke dalam tubuh. Bagi penderita lupus tentu penyakit tersebut dapat menimbulkan masalah dalam melakukan aktifitasnya sehari-hari.

Menurut Prasetyo dan Kustanti (2014) para Odapus harus menghadapi penurunan kondisi fisik dan membutuhkan daya adaptasi yang luar biasa supaya mampu bertahan hidup. Perubahan fisik yang terjadi berupa bercak-bercak kemerahan yang muncul pada wajah, rambut rontok, sensitif terhadap sinar matahari, tubuh mulai bengkak, kulit mulai bersisik dan mulai mengelupas, sariawan di sekitar mulut, rasa nyeri pada persendian tangan dan kaki, sampai pada bagian tubuh yang sulit untuk digerakkan.

Penderita lupus seringkali merasa terbatas aktifitas sehari-harinya, dikarenakan kondisi tubuhnya yang sewaktu-waktu bisa saja menurun. Lingkungan kurang memahami atau bahkan tidak mau peduli akan apa yang tengah dirasakan oleh remaja penderita penyakit lupus. Cibiran, pergunjungan, serta pengasingan dari lingkungan-lingkungan yang tidak mengenal betul akan penyakit lupus ini, ternyata dapat membawa dampak psikis penderita jadi merasa sangat terbebani, merasa malu, tertutup dengan orang lain dan merasa rendah diri

apabila berinteraksi dengan lingkungan, dengan kata lain penderita akan sering mengalami rasa tertekan menghadapi atau menjalani keseharian hidup dengan kondisi penyakit yang dideritanya (Nurmalasari dan Putri, 2015). Berbagai macam tekanan, baik fisik maupun psikis seringkali mengakibatkan timbulnya penolakan pada diri si penderita, dimana penderita tidak dapat menerima kenyataan yang terjadi yang sedang dialaminya. Tidak jarang, individu yang menderita penyakit ini juga mengalami stres atau depresi (Paramita dan Margaretha, 2013).

Berdasarkan pernyataan Djoerban (dalam Sindo, 2008) bahwa semua penyakit menahun pasti punya aspek kejiwaan, termasuk pada penyakit lupus, karena apabila penyakit sedang muncul, maka terkadang timbul ruam berwarna merah di wajah yang mengganggu mereka, yang bisa membuat odapus merasa malu. Sebanyak 40% penderita lupus biasanya terkena depresi atau gangguan psikologis.

Penelitian yang dilakukan Prasetyo dan Kustanti (2014) terhadap 8 informan mengenai “Bertahan dengan lupus: Gambaran Resiliensi Pada Odapus”. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa individu penyandang Lupus, cenderung berisiko mengalami kondisi emosional yang negatif seperti cemas, stres atau bahkan depresi. Gejala kondisi kejiwaan yang muncul pada penyandang lupus seperti gejala emosional: merasa bersalah, merasa takut, tidak percaya diri, merasa tertekan, merasa sedih dan sering menangis. Gejala kognitif: merasa pesimis, merasa tidak ada jalan keluar, ragu-ragu, merasa hidup tidak bermanfaat, merasa seperti pecundang. Gejala motivasional: merasa tergantung, merasa tidak ingin menghadapi hari esok, malas beraktivitas dan malas beraktifitas. Gejala

perilaku: menjadi tidak produktif, kurang konsentrasi, dan aktivitasnya sedikit. Gejala somatis: nafsu makan berkurang, sulit tidur, sering sakit, cepat lelah.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada ketua yayasan Tittari Surakarta, penderita lupus di yayasan Tittari berjumlah sekitar 90 orang, dengan rentang usia 13-50 tahun, namun sebagian besar yang mengalami penyakit lupus dimulai dari usia 20 tahun keatas. Kondisi yang dialami penderita lupus yang belum memiliki pengetahuan yang cukup mengenai lupus, penderita pada usia remaja mengalami putus asa dan malu, kemudian penderita usia dewasa, cenderung mudah cemas. Terdapat remaja yang didiagnosa lupus, namun dapat berlapang dada, tidak malu dan masih memiliki tekad untuk tetap melanjutkan sekolah. Selain itu juga terdapat odapus dengan usia dewasa, kurang bisa menerima keadaan dirinya, sikap yang ditunjukkan odapus dengan tidak mendengar nasehat dan penjelasan dari dokter, tidak mengkonsumsi obat sesuai yang disarankan oleh dokter, hal ini dilakukan oleh odapus karena menganggap dirinya sehat, dan tidak memiliki penyakit apapun.

Hasil wawancara tersebut diperkuat dengan hasil survei yang dilakukan peneliti terhadap 6 odapus. Diperoleh hasil bahwa 83% (5 odapus) sudah menderita lupus mulai 1- 18 tahun, 1 odapus baru beberapa bulan. Terdapat 83% (5 odapus) saat mengalami gejala lupus tidak segera melakukan pemeriksaan, odapus mulai periksa setelah 1 minggu sampai 3 bulan, 1 odapus langsung periksa. Setelah memperoleh diagnosa lupus 83% (5 odapus) mengalami kondisi psikologis seperti *drop*, sedih, kecewa, perasaan takut di isolasi oleh lingkungan, kaget, pasrah, putus asa, takut dan canggung karena menderita penyakit yang

langka, 1 odapus biasa saja. Perasaan-perasaan yang dialami odapus biasanya muncul kembali saat di lingkungan kerja, ketika lupusnya kambuh, saat banyak beban pikiran, ketika *browsing* dan sedang sendiri.

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. Selain itu odapus 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, mengalami *mood* makan yang tidak menentu, kemudian tidak percaya diri, merasakan demam, kepala pusing, nyeri, muncul bintik merah, berat badan meningkat, batuk dan flu. Hal yang biasa dilakukan odapus ketika mengalami permasalahan tersebut yaitu dengan bersikap tenang, berdoa, melakukan pengobatan ke dokter, istirahat dan makan teratur, dan berusaha menjelaskan kepada orang lain mengenai lupus. Namun setelah melakukan upaya-upaya tersebut 2 odapus masih mengalami hal yang sama seperti tetap dianggap lemah oleh orang lain dan keluarga tetap tidak peduli, 4 odapus merasa lebih baik.

Farida (2013) menyatakan bahwa di Indonesia menurut data Yayasan Lupus Indonesia (YLI) menunjukkan jumlah penderita lupus semakin meningkat dari 12.700 jiwa pada 2012 menjadi 13.300 jiwa per April 2013. Semakin meningkatnya jumlah penderita Lupus, maka memungkinkan semakin banyak

penderita yang mengalami kondisi emosional yang negatif, seperti stres, cemas bahkan depresi. Namun di Indonesia sendiri masih sedikit ahli profesional dan masyarakat yang memahami mengenai lupus.

Berdasarkan penanganan lupus di Indonesia Yayasan Syamsi Dhuha menuliskan bahwa penderita lupus di Indonesia pada saat ini sekitar 300.000 orang dan tren-nya terus meningkat. Sosialisasi yang dilakukan pemerintah masih cukup minim, penanganannya pun demikian. Saat ini perangkat kesehatan yang menangani dan mengerti tentang penyakit ini masih cukup langka (Sanusi, 2013). Kurangnya pelayanan kesehatan khususnya pada penyakit lupus, hal ini memaksa penderita untuk mampu melakukan penanggulangan secara mandiri yang bertujuan untuk mengurangi atau mengontrol beban psikologis yang dialaminya. Coping adalah upaya untuk mencegah, menghilangkan, atau mengurangi stres, atau mentolerir efek stres dengan bahaya minimum (Rice, 1999). Coping mengacu pada cara seseorang mengatasi atau menghadapi ancaman-ancaman dan konsekuensi emosional dari ancaman-ancaman tersebut (Taylor, dkk., dalam Baron dan Byrne, 2005).

Berdasarkan dari uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Strategi coping stress pada penderita lupus”. Maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana strategi coping stres pada penderita lupus?”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Untuk mendapatkan pemahaman mengenai strategi coping stress pada penderita lupus.

### **C. Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini memiliki beberapa manfaat diantaranya sebagai berikut:

1. Dari segi teoritis, diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan serta mengembangkan ilmu dalam bidang psikologi, khususnya pada psikologi klinis dan psikologi sosial
2. Dari segi praktis
  - a. Penderita lupus  
Memberikan wawasan dan pengetahuan mengenai berbagai permasalahan yang dapat terjadi akibat penyakit lupus serta mengetahui bentuk strategi coping stress yang dialami penderita lupus
  - b. Masyarakat  
Memberikan wawasan dan pengetahuan bagi masyarakat agar lebih memahami fenomena penyakit lupus dan mampu memahami dampak psikologis penderita lupus dalam kehidupan bermasyarakat serta peduli dan berpartisipasi dalam program-program penanganan penderita lupus.
  - c. Peneliti  
Memberikan gambaran mengenai bagaimana strategi coping stress yang dilakukan penderita Lupus