

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekarang ini kita dihadapkan pada berbagai macam penyakit, salah satunya penyakit Lupus. Penyakit ini merupakan sebutan umum dari suatu kelainan yang disebut sebagai Lupus Erythematosus. Penyakit ini dalam ilmu kedokteran disebut *Systemic Lupus Erythematosus* (SLE), yaitu ketika penyakit ini sudah menyerang seluruh tubuh atau sistem internal manusia. Dalam ilmu imunologi atau kekebalan tubuh, penyakit ini adalah kebalikan dari kanker atau HIV/AIDS. Pada Lupus, tubuh menjadi overacting terhadap rangsangan dari sesuatu yang asing dan membuat terlalu banyak antibodi atau semacam protein yang malah ditujukan untuk melawan jaringan tubuh sendiri. Dengan demikian, Lupus disebut sebagai *autoimmune disease* atau penyakit dengan kekebalan tubuh berlebihan (id.wikipedia.com, 2009).

Lupus merupakan penyakit kronik (menahun), sebagian besar penderitanya adalah wanita yang berusia produktif antara 14-45 tahun (Satriani, 2007, p.1). Ketua Yayasan Lupus Indonesia (YLI) Tiara Savitri mengatakan, hingga Januari 2009 terdapat 8.693 penderita lupus di Indonesia. Padahal, penderita lupus di Indonesia tahun 2004, baru mencapai 4.100 orang (www.ictwoman.com, 2009). Hal ini membuktikan semakin lama penderita lupus semakin meningkat namun sampai saat ini belum ditemukan cara penyembuhannya.

Penyakit SLE ini belum bisa disembuhkan atau dicegah yang bisa dilakukan hanyalah sebatas menekan dan mengurangi gejala lupus, yang mana salah satu caranya dengan mengkonsumsi obat-obatan seumur hidup. (www.dkkbpp.com, 2008). Oleh karena itu seorang penderita lupus seumur hidupnya sangatlah bergantung pada obat-obatan.

Beberapa jenis obat-obatan yang dikonsumsi akan menyebabkan perubahan baik secara fisik maupun psikis. Secara psikologis penderita mengalami perubahan suasana hati (*mood*), berupa depresi ataupun emosi yang tidak stabil. Secara fisik dapat menyebabkan penambahan berat badan, kebotakan, pembengkakan kaki atau wajah yang menjadi bulat seperti bulan (Savitri, 2005). Sehingga seorang penderita lupus akan dihadapkan pada masalah fisik dan emosi yang berlebihan. Oleh karena itu dukungan keluarga sangatlah penting.

Suami yang istrinya menderita lupus akan memberikan pengaruh yang besar dalam memberikan dukungan terhadap istri yang menderita lupus, karena salah satu peran utama dari pasangan hidup yakni menolong pasangannya dari keadaan yang lemah, dan dapat mendukung dalam keadaan sulit yang sedang menimpa pasangannya itu (archaengela.tblog.com, 2009).

Dalam menjalankan peran sebagai suami penderita lupus tidaklah mudah, karena sebagai pasangan penderita lupus terkadang memiliki emosi yang sama kuatnya dengan penderita lupus akan timbul ketakutan, marah, kecewa dan gelisah bahwa orang terdekatnya berubah secara fisik maupun psikis (Savitri, 2005). Seperti ungkapan beberapa suami penderita lupus yang mengatakan (Savitri, 2005) :

”saya takut jika kita melakukan hubungan seksual, lupus kamu akan kambuh.”

” Saya benci keadaan kamu karena kamu sakit sepanjang waktu sehingga tidak bisa mengerjakan apa yang mestinya kamu lakukan.”

” Saya takut kamu mati dan meninggalkan saya dan anak-anak.”

Perasaan-perasaan dan kesulitan-kesulitan yang ditemui pada ungkapan diatas merupakan respon dari stres. Taylor 1991 (Wangsadjaja, 2008) stres dapat menghasilkan berbagai respon salah satunya yakni respon yang berasal dari emosi seperti takut, cemas, marah, dan sebagainya. Respon-respon tersebut dapat menandakan seseorang sedang mengalami stres dikarenakan oleh suatu peristiwa yang dapat menimbulkan stres.

Peristiwa dimana suami yang istrinya menderita lupus merupakan salah satu peristiwa yang dapat menimbulkan stres. Dalam *The College Life Stress Inventory* (Renner & Mackin 1998 dalam Nevid, Rathus & Greene, 2005) dimana anggota keluarga menderita sakit serius, merupakan salah satu peristiwa yang dapat menimbulkan stres. Peristiwa ini berada pada urutan ke 14 dari 51 peristiwa-peristiwa yang dapat menimbulkan stres, dengan skala nilai stresnya 85 (skala 20-100). Berarti suami yang istrinya menderita sakit lupus mengalami stres.

Peristiwa yang dapat menimbulkan stres dimana suami memiliki istri yang menderita lupus tentunya akan melakukan suatu usaha untuk dapat mengatasi stres yang terjadi agar kehidupan berjalan dengan baik. Usaha untuk mengatasi stres disebut juga dengan coping. Miller (dalam Lazarus & Folkman, 1984) menyatakan coping adalah sebagian dari perilaku-perilaku yang dipelajari dan yang membantu kelangsungan hidup dalam menghadapi bahaya yang mengancam individu. (Wangmuba, 2009).

Coping yang efektif adalah coping yang membantu seseorang untuk mentoleransi dan menerima situasi menekan, serta tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya (Wangsadjaja, 2008). Dalam ungkapan Surpan yang istrinya terus menerus kesakitan karena sakit lupusnya (Anggraeni, 2008) : "Kalau dada saya terbuat dari balon, mungkin sudah pecah dari dulu. Bayangkan saja anak masih kecil, istri ingin bunuh diri, urusan kantor menumpuk, masih harus mengeluarkan uang untuk pengobatan." Ungkapan Surpan ini, terlihat tidak dapat mentoleransi kejadian yang terjadi pada saat itu. Berarti dalam hal ini coping yang dilakukan Surpan maupun istrinya yang berusaha untuk bunuh diri tidaklah efektif.

Dalam melakukan coping membutuhkan suatu usaha, yang mana hal tersebut akan menjadi perilaku otomatis lewat proses belajar (Wangsadjaja, 2008). Proses belajar tiap individu tentunya berbeda-beda. Dengan demikian tiap individu dalam melakukan coping akan berbeda-beda tergantung dari proses belajar individu tersebut dalam menghayati dan merasakan situasi yang terjadi. Oleh karena itu penulis ingin meneliti mengenai gambaran coping stres pada suami penderita lupus.

B. Identifikasi Masalah

Pada latar belakang telah dijelaskan bahwa peristiwa dimana suami yang istrinya menderita lupus akan mengalami stres. Hal ini dikarenakan adanya kesulitan-kesulitan yang ditemui oleh suami, karena istrinya menderita lupus. Kesulitan-kesulitan yang ditemui suami yang istrinya menderita lupus ini dapat bersumber dari faktor psikologis, fisik-biologis ataupun berasal dari lingkungan. Sehingga respon stres yang dialami suami tidak

sama kalahnya dengan penderita lupus yakni akan timbul ketakutan, marah, kecewa dan gelisah. Oleh karena itu seorang suami penderita lupus perlu suatu usaha untuk mengatasi stres yang terjadi agar kehidupan dapat berjalan dengan baik. Usaha untuk mengatasi stres disebut juga dengan *coping*. Setiap individu dalam melakukan coping tidaklah sama karena dalam proses belajar setiap individu berbeda-beda dalam meghayati dan merasakan situasi yang terjadi. Dengan demikian penulis ingin meneliti lebih lanjut mengenai bagaimana gambaran coping stres pada suami penderita lupus ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang, sesuai dengan objek yang diteliti maka tujuan dari penelitian ini yakni untuk mengetahui gambaran *coping stress* pada suami penderita lupus.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis :

Memberikan sumbangan kepada dunia psikologi tentang gambaran *coping stress* pada suami penderita lupus, sehingga hasilnya dapat dijadikan referensi pada penelitian selanjutnya untuk menyempurnakan penelitian ini.

2. Manfaat Praktis :

- a. Memberikan masukan pada berbagai pihak yang berkepentingan untuk memahami stres dan *coping stress* yang dilakukan suami penderita lupus agar dapat menyikap dengan bijaksana dan obyektif.

- b. Dapat memberikan masukan pada berbagai pihak yang berkepentingan untuk menentukan *coping stress* yang efektif pada suami penderita lupus, baik untuk masa sekarang maupun yang akan datang.

E. Kerangka Berpikir

Lupus merupakan penyakit kronik (menahun). Penyakit ini disebut sebagai *autoimmune disease* atau penyakit dengan kekebalan tubuh berlebihan. Sebagian besar penderitanya adalah wanita yang berusia produktif antara 14-45 tahun.

Seorang perempuan yang divonis menderita lupus akan dihadapkan pada masalah fisik dan emosi yang berlebihan. Dalam hal ini tentunya sebagai suami penderitapun juga akan mengetahui masalah yang terjadi pada istrinya yang divonis menderita lupus. Peristiwa ini mempengaruhi emosi suami penderita lupus yang tidak sama kalahnya dengan penderita lupus yakni akan timbul ketakutan, marah, kecewa dan gelisah, sehingga menimbulkan stres pada suami penderita lupus.

Usaha individu dalam menangani stres yang dihadapi berbeda-beda tergantung dari proses belajar individu tersebut dalam menghayati dan merasakan situasi yang terjadi sehingga kehidupan dapat berjalan dengan baik. Usaha untuk mengatasi stres disebut juga dengan *coping*. Dengan demikian suami penderita lupus juga akan melakukan suatu *coping*.

Dalam melakukan *coping* ada empat strategi yang dibedakan menjadi : 1) *Problem-focused coping*, yaitu usaha mengatasi stres dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan terjadinya tekanan, 2) *Emotion-focused coping*, yaitu usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon

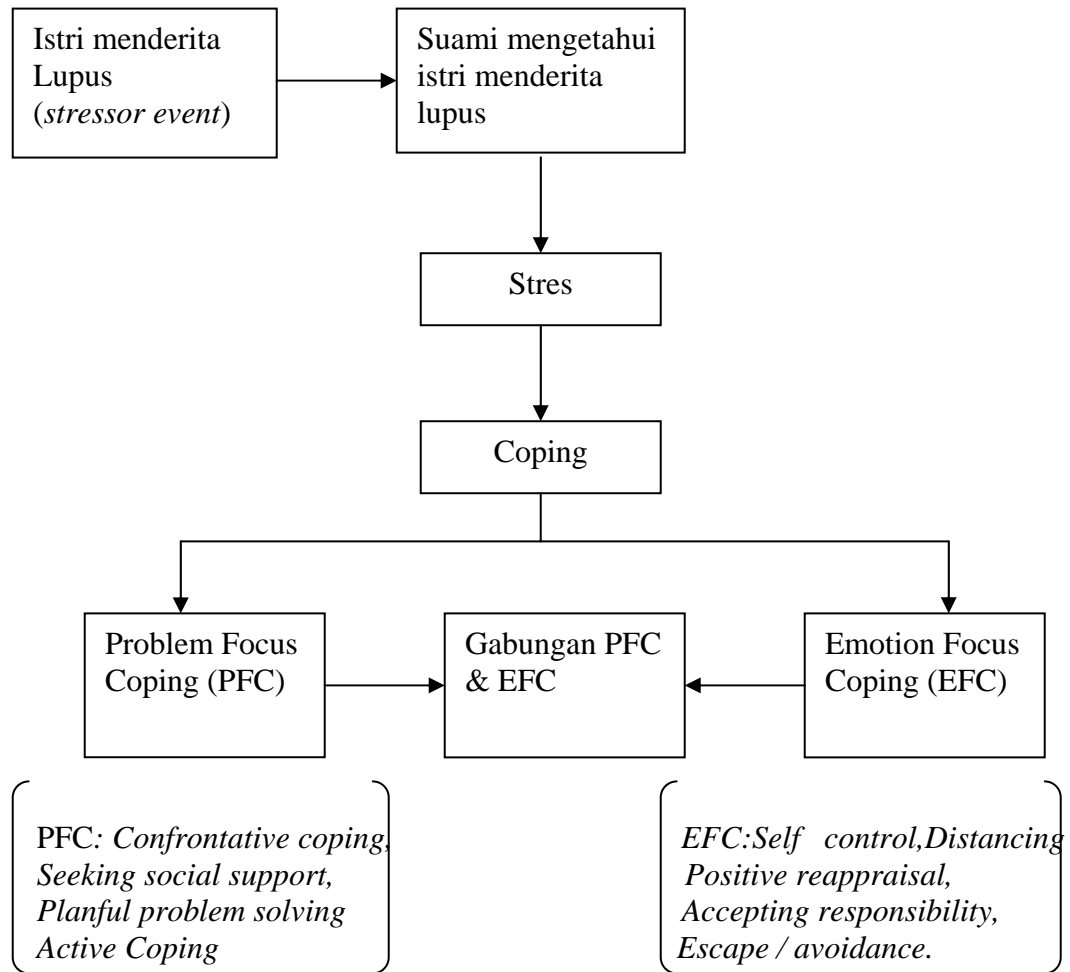
emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan. Namun terkadang individu dapat menggunakan kedua strategi tersebut secara bersamaan, namun tidak semua strategi *coping* pasti digunakan oleh individu.

Ada sembilan strategi *coping* yang muncul, yang mana dalam *problem-focused coping* terbagi menjadi 4 strategi sedangkan dalam *emotion focused coping* terbagi menjadi 5 strategi. Empat strategi coping dalam *Problem-focused coping* yakni : 1) *Confrontative coping*; usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang agresif, tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan resiko. Misal suami yang menjadi lebih marah dibanding istri yang sedang marah-marah karena depresi akibat penyakit lupusnya. 2) *Seeking social support*; yaitu usaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan bantuan informasi dari orang lain. Misal suami yang mencari informasi mengenai penyakit lupus kepada temannya. 3) *Planful problem solving*; usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap, dan analitis. 4) *Active Coping*, merupakan proses pengambilan langkah aktif untuk menghadapi *stressor* guna mengurangi dampak yang ditimbulkannya. Jenis coping ini meliputi bertindak langsung mengatasi *stressor*. Langkah ini juga dapat dilakukan secara bertahap dalam mengatasi masalah yang ada. Misal suami langsung membawa istri ke rumah sakit karena lupusnya kambuh.

Lima strategi *coping* dalam *emotion focused coping* yakni: 1) *Self-control*; usaha untuk mengatur perasaan ketika menghadapi situasi yang menekan dengan cara menyimpan sendiri perasaannya, atau dengan berusaha menahan tindakannya. Misal suami

menyembunyikan perasaan kecewanya terhadap istri yang sakit sepanjang waktu sehingga tidak bisa mengerjakan yang mestinya dilakukan oleh istri 2) *Distancing*; usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seperti menghindar dari permasalahan seakan tidak terjadi apa-apa atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif, seperti menganggap masalah sebagai lelucon. Misal suami bekerja untuk menjauh dari istrinya menderita lupus. 3) *Positive reappraisal*; usaha mencari makna positif dari permasalahan dengan terfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius. Misal suami menerima keadaan istri yang terkena lupus merupakan kehendak Tuhan. 4) *Accepting responsibility*; usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya, dan mencoba menerimanya untuk membuat semuanya menjadi lebih baik. Misal suami yang bertanggung jawab dalam membiayai istrinya untuk berobat. 5) *Escape/avoidance*; usaha untuk mengatasi situasi menekan dengan menggambarkan reaksi berkhayal dan usaha menghindar atau melarikan diri dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan. Misal suami merokok karena sedang menunggu istrinya dirawat dirumah sakit karena lupusnya aktif kembali.

Berdasarkan dari latar belakang ini, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai gambaran coping stres pada suami penderita lupus.



(Bagan 1.1 Kerangka Berpikir)