

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Selama ini manusia selalu mengabaikan kesehatan, baik itu kesehatan fisik maupun mental dengan pengaruh perubahan perilaku yang tidak disadari. Pola konsumsi makanan dan minuman yang mulai tidak sehat, lingkungan yang mulai memburuk, semua dikarenakan perilaku manusia yang tidak mementingkan kesehatan, namun lebih mementingkan sisi ekonomis saja (<http://skmumj2006.blogdetik.com/2008/09/14/cara-mudah-hidup-sehat>). Menurut *WHO (1947)*, sehat adalah suatu keadaan yang sempurna baik secara fisik, mental dan sosial serta tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan. Berdasarkan pengertian ini maka kesehatan harus dilihat sebagai satu kesatuan yang utuh yang terdiri dari unsur-unsur fisik, mental dan sosial, dan di dalamnya kesehatan jiwa merupakan bagian integral kesehatan (<http://yuniawan.blog.unair.ac.id/files/2008/03/sehatsakit.pdf>).

Pada beberapa tahun ini dapat melihat bahwa penyebab kematian manusia adalah penyakit. Penyakit ini dapat mengganggu kehidupan manusia. salah satu jenis penyakit tersebut adalah penyakit gagal ginjal. Gagal ginjal umumnya terjadi secara bertahap selama bertahun-tahun, apabila tanda-tanda itu diketahui sejak dini penderita

bisa mendapat bantuan untuk mengubah atau menyesuaikan gaya hidup agar bisa lebih memperlambat kegagalan tersebut atau bahkan menghentikan kegagalan tersebut, tergantung dari penyebabnya. Pada umumnya manusia kurang memperhatikan pola hidup sehari-hari yang mereka jalani yang kadang tanpa mereka sadari mereka sudah mengidap penyakit gagal ginjal (**Gagal Ginjal, Vitahealth, 2008**).

Gagal ginjal adalah suatu penyakit dimana fungsi organ ginjal mengalami penurunan sehingga pada akhirnya tidak mampu lagi bekerja dalam hal penyaringan pembuangan elektrolit tubuh, menjaga keseimbangan cairan dan zat kimia tubuh seperti sodium dan kalium di dalam darah atau produksi *urine*. Dalam dunia kedokteran dikenal dua jenis penyakit gagal ginjal, yaitu gagal ginjal akut (*acute renal failure*) dan gagal ginjal kronis (*chronic renal failure*). Dikatakan akut bila penurunan fungsi ginjal berlangsung secara tiba-tiba, tetapi kemudian dapat kembali normal setelah penyebabnya dapat diatasi dengan benar. Sedangkan gagal ginjal kronis gejalanya muncul secara bertahap, bisa dalam hitungan bulan bahkan tahun, dan sifatnya tidak dapat disembuhkan. Memburuknya fungsi ginjal bisa dihambat apabila pasien melakukan terapi hemodialisa (cuci darah) secara teratur.

Kasus gagal ginjal di dunia meningkat lebih dari 50% (<http://rifahyesung.blogspot.com/2008/04/makalah-penanganan-pasien-gagal-ginjal.html>). Indonesia termasuk negara dengan tingkat penderita gagal ginjal yang cukup tinggi. Menurut data dari Pernefri (Persatuan Nefrologi Indonesia), diperkirakan ada 70 ribu penderita gagal ginjal di Indonesia, namun yang terdeteksi

menderita gagal ginjal kronis tahap terminal dari mereka yang menjalani terapi hemodialisis hanya sekitar 4 ribu sampai 5 ribu orang. Gagal ginjal bisa menyerang semua umur, pria maupun wanita, dan tidak memandang tingkat ekonomi (*Suara Merdeka, 24 Agustus 2002*). Penyakit gagal ginjal dapat mempengaruhi kehidupan manusia, seperti sebuah slogan yang mengatakan bahwa “Di dalam badan yang sehat terdapat jiwa yang sehat”. Artinya bahwa kondisi fisik pasien gagal ginjal akan mempengaruhi kondisi psikologis. Keadaan ketergantungan pasien pada terapi hemodialisa seumur hidupnya mengakibatkan terjadinya perubahan dalam kehidupan pasien gagal ginjal baik secara fisik maupun psikis. Kondisi fisik yang dirasakan pasien selama menjalani terapi hemodialisa, yaitu cepat lelah, mual, muntah, sakit kepala, dan mulut kering, serta menjalani pola diet makan dan minum. Akibat terapi hemodialisa yang dijalani pasien gagal ginjal maka akan terjadi perubahan kondisi psikologis yang dirasakan pasien yaitu mudah tersinggung, cemas, dan marah. Selain itu mahalny biaya pengobatan membuat pasien merasa menjadi beban keluarga, pasien menjadi tidak percaya diri, kehilangan semangat hidup, dan merasa tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari. Reaksi setiap pasien dalam menghadapi penyakit gagal ginjal berbeda-beda tergantung bagaimana pasien tersebut berpikir, merasakan, dan bertingkah laku dalam suatu keadaan tertentu.

Peneliti melakukan penelitian di salah satu rumah sakit negeri di kota Jakarta, dimana rumah sakit ini memiliki alat dialisa yang terbanyak di semua rumah sakit kota Jakarta. Rata-rata usia pasien gagal ginjal di rumah sakit ini adalah sekitar 40 tahun sampai 57 tahun. Menurut **Santrock, W. John, 2002** usia ini berada pada masa

perkembangan dewasa tengah, adalah suatu masa menurunnya kondisi (keterampilan) fisik dan semakin besarnya tanggung jawab, semakin sadar akan polaritas muda-tua dan semakin berkurangnya jumlah waktu yang tersisa dalam kehidupan. Masa ini merupakan suatu titik ketika individu berusaha meneruskan sesuatu yang berarti pada generasi berikutnya dan suatu masa ketika orang mencapai dan mempertahankan kepuasan dalam karirnya.

Pasien gagal ginjal yang berusia dewasa tengah membutuhkan penyesuaian diri yang sulit dalam hal kesehatan, emosional, dan pekerjaan. Pada bidang kesehatan, yaitu pasien gagal ginjal harus menyesuaikan diri dengan pola hidup sehat yang dapat mendukung proses terapi hemodialisa yang dilakukan yang menghambat mereka untuk menikmati masa tua dengan melakukan banyak aktivitas sosial dan agama. Penyakit gagal ginjal juga dapat mempengaruhi keadaan emosi pasien yang menjadi labil, dimana pasien menjadi mudah tersinggung, cepat marah, dan panik. Sedangkan pada bidang pekerjaan, pasien gagal ginjal mengalami hambatan dalam menjalankan tugas-tugas dan tanggung jawab pekerjaan.

Situasi-situasi yang menyebabkan perubahan pada diri pasien gagal ginjal ini akan mempengaruhi bagaimana mereka berinteraksi dengan orang lain, keadaan emosional, dan kemampuan dalam mengatasi masalah-masalah lain yang datang secara bersamaan. Hal ini dihayati sebagai situasi yang menekan (*adversity*) sehingga membutuhkan kemampuan adaptasi untuk menghadapinya dan tetap mampu berfungsi dengan baik pada situasi yang menekan tersebut (*resiliency*). *Resiliency* merupakan kemampuan untuk dapat beradaptasi dengan baik dan mampu berfungsi

secara baik di tengah situasi yang menekan dan banyak halangan dan rintangan (Benard, 2004). *Resiliency* ini termanifestasi dari *personal strength* yang ada di dalam diri individu. *Personal strength* adalah karakteristik individu yang dihubungkan dengan perkembangan yang sehat dan keberhasilan hidup yang terdiri dari : *social competence*, *problem solving*, *autonomy*, dan *sense of purpose*. Menurut Benard (2004), individu yang *resilient* (memiliki *resiliency* yang tinggi) dapat menjalani keadaan yang sulit dan menekan dan mereka mampu mengatur perilaku yang keluar agar tetap positif dalam menghadapi kesulitan tanpa menjadi lemah.

Social competence adalah kemampuan sosial yang mencakup karakteristik, kemampuan dan tingkah laku yang dibutuhkan untuk membangun relasi dan kedekatan positif dengan orang lain. Pasien gagal ginjal membutuhkan dukungan dari keluarga dan teman untuk melewati setiap terapi hemodialisa, dan untuk itu pasien gagal ginjal membutuhkan kemampuan untuk memunculkan respon yang positif dari orang lain, melakukan komunikasi yang baik, dan berempati serta memiliki kepedulian dan tidak menyakiti orang lain. Berdasarkan hasil wawancara kepada 10 pasien gagal ginjal, diketahui bahwa 30% pasien gagal ginjal yang mengatakan bahwa mereka masih dapat berinteraksi dengan teman-teman dan keluarga dengan melakukan kegiatan bersama dan berbagi informasi mengenai hal-hal yang menjadi permasalahan mereka. Sedangkan 70% mengatakan bahwa mereka mulai malas dan menghindari interaksi dengan orang-orang di sekitar mereka dikarenakan perasaan kurang percaya diri sehingga mereka memilih untuk mengurung dirinya di rumah saja (*social competence*).

Problem solving skills merupakan kemampuan untuk mengatasi permasalahan yang meliputi kemampuan merencanakan, fleksibilitas, dan berpikir kritis. Pasien gagal ginjal diharapkan mampu fleksibel dalam merencanakan pola diet makan dan minum serta kegiatan yang dapat dilakukan yang mendukung terapi hemodialisa. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh bahwa 20% mengatakan bahwa mereka sudah memiliki solusi alternatif untuk dapat menahan rasa haus setiap harinya, menjalankan program diet yang dapat mendukung terapi hemodialisa yang sedang dijalani, dan dapat memilih kegiatan dengan mempertimbangkan keadaan kesehatan mereka, sedangkan 80% mengatakan sampai saat ini mereka belum memikirkan dan bahkan tidak mengetahui kegiatan apa yang dapat mereka lakukan, dan mereka juga belum dapat membuat rencana dalam menjalankan program diet.

Autonomy merupakan kemampuan untuk bertindak bebas dan peka terhadap lingkungan. Pasien gagal ginjal diharapkan memiliki kemandirian dan percaya diri sehingga tidak mudah terpengaruh dengan kondisi dan pandangan lingkungan terhadap penyakit gagal ginjal. Berdasarkan wawancara diperoleh bahwa 20% mengatakan bahwa mereka dapat melakukan kegiatan sehari-hari tanpa harus bergantung kepada keluarga atau orang lain, minum obat tanpa harus diingatkan oleh anggota keluarga, dan dapat mengontrol pola makan. Sedangkan 80% mengatakan bahwa mereka kurang dapat melakukan aktifitas tanpa dibantu oleh anggota keluarga atau teman. Misalnya pasien gagal ginjal masih harus diingatkan untuk mengontrol makan dan minum yang akan dikonsumsi dan pasien masih harus diingatkan juga

untuk mengendalikan diri dan mengontrol diri terhadap kegiatan yang akan dilakukan.

Sense of purpose and bright future merupakan kemampuan untuk fokus terhadap masa depan yang positif, optimistik dan menetapkan tujuan. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh bahwa 60% mengatakan bahwa untuk mengisi waktu luang, mereka melakukan kegiatan yang mereka sukai, lebih mendekatkan diri kepada Tuhan dengan mengikuti kegiatan keagamaan seperti mengaji dan mengikuti acara keluarga, sedangkan 40% mengatakan bahwa pasien mulai mengurangi aktivitas dan kegiatan seperti sebelum sakit, seperti sudah tidak pernah melakukan olah raga kegemaran pasien, dan sering menolak ajakan rekan-rekan kerja untuk jalan-jalan.

Seorang pasien gagal ginjal yang memiliki derajat *resiliency* yang tinggi mampu menghadapi rintangan tanpa menjadi lemah, seperti tidak terpuruk dalam kesedihan dalam jangka waktu yang lama, menjalani pola diet makan dan minum, menjalani gaya hidup sehat dan mengikuti saran-saran dokter serta mencari informasi mengenai gagal ginjal. Pasien juga mampu memotivasi diri, tetap berinteraksi dengan keluarga dan orang lain baik dengan sesama pasien gagal ginjal, tenaga medis di rumah sakit, rekan kerja dan orang lain, serta mampu mengungkapkan perasaan dan pikirannya kepada orang lain. Selain itu pasien gagal ginjal juga optimis dalam menjalani hidup, dan dalam menghadapi berbagai permasalahan pasien juga mampu mencari solusi alternatif serta tetap semangat dalam menjalankan peran dan kewajibannya di lingkungan keluarga, tempat kerja dan lingkungan tempat tinggal.

Sedangkan pasien gagal ginjal yang memiliki derajat *resiliency* yang rendah cenderung menutup diri dari orang lain, tidak menjalani terapi hemodialisa secara teratur, kurang mampu dalam menjalani pola diet makan dan minum, kurang yakin dengan hemodialisa yang pasien sedang jalani, kurang mampu berinteraksi dengan keluarga dan orang lain. Pasien juga terpuruk dalam penderitaan dalam jangka waktu yang lama, kurang dapat menerima kenyataan bahwa dirinya menderita gagal ginjal, kurang mampu memotivasi diri dan pesimis dalam menjalani masa depan, kurang mampu mengungkapkan perasaan dan pikirannya baik kepada keluarga, dokter, maupun perawat dan orang terdekat, merasa diri menjadi orang yang sangat lemah, merasa tidak bahagia, serta kurang mampu menjalankan peran dan kewajiban di dalam lingkungan keluarga dan tempat kerja.

Hal ini yang menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian pada penderita gagal ginjal yaitu ingin mengetahui bagaimana derajat *resiliency* pasien gagal ginjal usia dewasa tengah dalam menjalani hidup dengan baik dan bagaimana ketahanan pasien gagal ginjal untuk menghadapi dan menyelesaikan setiap masalah yang datang secara bertubi-tubi.

1.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, masalah yang hendak diteliti adalah bagaimana derajat *resiliency* pada pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di rumah sakit "X" di kota Jakarta.

1.2 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.2.1 Maksud Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan maksud untuk memperoleh gambaran mengenai *resiliency* pada pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di rumah sakit "X" kota Jakarta.

1.2.2 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran derajat *resiliency* dan kaitannya dengan *protective factors* yang mendukungnya pada pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di rumah sakit "X" kota Jakarta.

1.3 Kegunaan Penelitian

1.3.1 Kegunaan Teoritis

1. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai *resiliency*, terutama *resiliency* pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa kepada .
2. Hasil penelitian diharapkan dapat memberi informasi tambahan dalam bidang ilmu Psikologi khususnya Psikologi Perkembangan dan Kesehatan Mental mengenai *resiliency*, pada pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa.

1.3.2 Kegunaan Praktis

- 1 Hasil penelitian diharapkan dapat memberi informasi kepada pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di Rumah Sakit "X" kota Jakarta dalam meningkatkan resiliency yang dimiliki pasien yang selanjutnya dapat digunakan sebagai acuan untuk ketahanan dan pengembangan diri.
- 2 Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi kepada pasangan pasien dan anggota keluarga dari pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa agar memiliki pemahaman mengenai *resiliency* pasien yang bisa dimanfaatkan dalam memberi dukungan.

1.4 Kerangka Pemikiran

Ginjal adalah salah satu organ utama sistem kemih atau uriner (*tractus urinarius*) yang bertugas menyaring dan membuang cairan sampah metabolisme dari dalam tubuh. Sebagian dibuang melalui usus sebagai tinja dan sebagian lagi melalui ginjal sebagai urin, dan sisanya melalui kulit dibawa keringat (**Vitahealth, 2008, Gagal Ginjal**). Apabila salah satu saja fungsinya tidak dapat dilakukan, ginjal bisa dianggap gagal dan mempunyai akibat yang kritis.

Gagal ginjal (*renal* atau *kidney failure*) adalah kasus penurunan fungsi ginjal yang terjadi secara akut maupun kronis. Dikatakan gagal ginjal akut (*acute renal failure*) bila penurunan fungsi ginjal berlangsung secara tiba-tiba, tetapi kemudian

dapat kembali secara normal setelah penyebabnya segera dapat diatasi. Sedangkan gagal ginjal kronis (*chronic renal failure*) gejalanya muncul secara bertahap, biasanya tidak menimbulkan gejala awal yang jelas, sehingga penurunan fungsi ginjal tersebut sering tidak dirasakan. Gagal ginjal kronis termasuk *silent killer*, yaitu penyakit mematikan yang tidak menunjukkan gejala sebelumnya, sebagaimana umumnya yang terjadi pada penyakit berbahaya lainnya. Sehingga apabila fungsi ginjal sudah sangat menurun, maka pasien gagal ginjal harus melakukan terapi *hemodialisa* (cuci darah) secara teratur sebagai pengganti fungsi ginjal atau melakukan cangkok ginjal. Disamping itu juga pasien gagal ginjal harus menjalani program diet makan dan minum untuk dapat mempertahankan berat badan ideal yang akan berpengaruh pada efek dari terapi hemodialisa, menjaga stamina tubuh dengan meminum multi vitamin dan menjaga pola hidup yang teratur.

Tanda-tanda fisik seperti kurang darah (anemia), berat badan akan menurun, cepat lelah, pusing, mual, dan kehilangan nafsu makan merupakan akibat dari menurunnya fungsi ginjal yang menyebabkan pula terjadinya perubahan dalam kehidupan psikis individu. Tanda-tanda fisik ini mengakibatkan timbulnya suatu krisis dan termanifestasikan dalam simptom-simptom psikologis seperti cepat marah, mudah tersinggung, timbulnya kecemasan, ketegangan perasaan dan stress, merasa menjadi beban keluarga, merasa tidak berdaya yang dihubungkan dengan adanya kekhawatiran dalam menghadapi situasi yang sebelumnya tidak pernah dikhawatirkan.

Pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di RS “X” kota Jakarta yang berusia 40 sampai 60 tahun merupakan tahapan perkembangan dewasa tengah. Bagi banyak orang, perkembangan masa dewasa tengah adalah salah satu rentang kehidupan setelah individu memasuki periode dewasa yang menyangkut kedewasaan secara biologis, psikologis, sosial dan dalam hukum. Paruh kehidupan adalah suatu masa menurunnya keterampilan fisik dan semakin besarnya tanggung jawab; suatu titik ketika individu berusaha meneruskan sesuatu yang berarti pada generasi berikutnya; dan suatu masa ketika individu mencapai dan mempertahankan kepuasan karirnya. Perubahan-perubahan yang dialami pada masa dewasa tengah antara lain perubahan fisik, perubahan pada status kesehatan, dan perubahan pada seksualitas. Perubahan pada status kesehatan menjadi persoalan utama (**Santrock, 1994: 139-149**).

Salah satu masalah kesehatan dialami oleh individu dewasa tengah adalah penyakit gagal ginjal. Di saat kesehatan pasien gagal ginjal mulai menurun dan harus menjalani terapi hemodialisa, ia harus berusaha untuk tetap menjalankan fungsi dan tanggung jawabnya dalam lingkungan keluarga, kerja, dan lingkungan sosialnya.

Situasi tersebut menimbulkan kesulitan baik fisik, psikis dan juga finansial yang dirasakan pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa sebagai situasi yang menekan (*adversity*). Dalam kondisi ini pasien gagal ginjal diharapkan dapat beradaptasi terhadap situasi yang cukup sulit, yaitu harus menyeimbangkan antara pekerjaan, keluarga, dan kebutuhan untuk menjalin relasi pribadi. Kemampuan untuk dapat bertahan itu disebut *Resiliency* (Benard, 2004).

Resiliency merupakan kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan baik dan mampu berfungsi secara baik walaupun di tengah situasi yang menekan atau banyak halangan dan rintangan. Menjadi pasien gagal ginjal tentu mengalami kesulitan dan kesedihan, tetapi dengan *resiliency* yang dimilikinya pasien diharapkan mampu mengatur perilaku mereka untuk tidak menjadi lemah dalam menghadapi rintangan. *Resiliency* memiliki empat aspek yang ada dalam "*personal strength*", yaitu *social competence, problem solving, autonomy, dan sense of purpose and bright future*. Setiap individu memiliki *resiliency* di dalam dirinya tetapi dengan derajat yang bervariasi, termasuk pada pasien gagal ginjal. Begitu pula dengan pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisa, mereka memiliki *resiliency* dengan derajat yang berbeda-beda. Hal ini dikaitkan dengan adanya faktor yang mendukung manifestasi perkembangan *resiliency* yang disebut dengan *protective factors* yang terdiri dari *caring relationship, high expectation, dan oppurtunities to participates and contribution* yang diberikan oleh keluarga, rekan kerja dan dari lingkungan sosial serta komunitas pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di RS "X" kota Jakarta.

Caring relationships merupakan dukungan yang didasari cinta oleh kepercayaan dan cinta tanpa syarat (tanpa mengharapkan balasan). *Caring relationships* dikarakteristikkan sebagai dasar penghargaan yang positif. *High expectation* merupakan harapan yang jelas, positif, dan terpusat kepada individu. Sedangkan *oppurtunities to participates and contribution* merupakan kesempatan

yang diberikan kepada individu untuk menghadapi masalah, tertarik mengikuti suatu kegiatan juga melatih kemampuan memecahkan masalah dan pengambilan keputusan.

Situasi yang penuh dengan tekanan pada pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisa, lingkungan keluarga sebagai salah satu *protective factors* yang penting. Lingkungan yang memberikan banyak *caring relationship* pada pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisa, akan membuat pasien gagal ginjal cenderung memiliki *social competence* yang baik. *Caring relationship* merupakan hubungan positif yang telah dibina oleh pasien gagal ginjal dengan orang-orang di lingkungan keluarga, tempat kerja, dan lingkungan sosial serta tetap bertahan meskipun pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisa mengalami perubahan yang menekan. Di dalam lingkungan keluarga, *caring relationship* dapat ditunjukkan dengan pemberian dukungan, bantuan, pengungkapan kepedulian saling mengkomunikasikan perasaan, hubungan yang dekat, saling memberikan kasih sayang, saling mendukung dan mendapatkan perhatian dari suami atau istri dan anak-anak.

Lingkungan yang memiliki *high expectation* yang kuat bagi pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisa akan membuat pasien gagal ginjal memiliki *high expectation* yang kuat pula karena mereka memiliki *positive belief* di dalam dirinya. *High expectation* dimana keluarga memberikan kepercayaan kepada pasien gagal ginjal bahwa mereka mampu untuk melakukan sesuatu hal yang berguna baik bagi dirinya maupun orang lain. Sehingga pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisa mampu menghadapi situasi yang menekan dan memberikan keyakinan

kepada mereka bahwa mereka dapat tetap dapat menjalankan peran dalam keluarga. Selain itu pasien gagal ginjal memiliki *high expectation* maka mereka juga dapat mandiri, bertindak sesuai keinginannya, sesuai dengan apa yang direncanakannya terhadap lingkungan.

Selain mendapat *caring relationships* dan *high expectation* dari keluarga, keluarga juga dapat memberikan *opportunities for participation and contribution* bagi pasien gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisa. Lingkungan keluarga dapat memberikan kesempatan kepada pasien gagal ginjal untuk bertanggung jawab, mengambil keputusan dalam mengatasi permasalahannya, serta mengambil keputusan penting dalam keluarga, seperti member pertimbangan atau saran dan tetap dilibatkan untuk mengetahui permasalahan dalam keluarga.

Tempat kerja juga merupakan lingkungan yang berpengaruh penting dalam mendukung pasien gagal ginjal untuk meningkatkan *resiliency*-nya. *Protective factors* tersebut dapat berupa dukungan dan motivasi dari rekan kerja seperti mencoba memahami pasien gagal ginjal jika sedang mengalami emosi yang kurang stabil, mereka dapat menunjukkan dengan memberikan dukungan dan perhatian kepada pasien gagal ginjal yang melakukan hemodialisa, tempat untuk bertukar pikiran dan berbagi pengalaman (*caring relationships*). Adanya rasa saling percaya di antara rekan kerja terutama kepercayaan yang diberikan tempat kerja bahwa pasien gagal ginjal masih mampu diberikan pekerjaan dan mampu mempertanggung jawabkannya, serta memberikan kinerja yang baik (*high expectation*). Pasien gagal ginjal juga diikutsertakan untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang diadakan di tempat kerjanya,

lingkungan juga dapat memberikan kesempatan kepada pasien gagal ginjal untuk bercerita, *sharing*, mengungkapkan pendapat, apa yang dipikirkan dan dirasakan, serta kesempatan untuk mengambil keputusan (*opportunities for participation and contribution*).

Selain keluarga dan tempat kerja, lingkungan sosial juga merupakan faktor yang dapat berpengaruh untuk mendukung *resiliency* pada pasien gagal ginjal. *Caring relationships* dapat berupa saling peduli dengan tetangga ataupun sesama pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di rumah sakit “X” Kota Jakarta, dimana pasien gagal ginjal dapat saling bercerita mengenai pengalaman mereka selama proses terapi hemodialisa dan pengobatan alternatif yang sudah mereka jalani, dan mendapat masukan serta memberikan tanggapan positif terhadap berbagai macam hal. *High expectation* dapat berupa rasa saling percaya di antara teman bahwa pasien gagal ginjal masih dapat melakukan hal-hal yang bermamfaat bagi perkumpulan pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di rumah sakit “X” Kota Jakarta. *Opportunities for participation and contribution* dapat berupa diikutsertakannya pasien gagal ginjal untuk mengikuti kegiatan-kegiatan yang diadakan di lingkungan rumah ataupun di tempat ibadah masing-masing pasien.

Dengan adanya dukungan, harapan, dan kesempatan yang diberikan oleh keluarga, rekan kerja, dan teman-teman dari lingkungan tempat tinggal dan komunitas kepada pasien gagal ginjal maka kebutuhan akan rasa aman, dicintai, dimiliki, dihormati, kemandirian, kekuatan, tertantang, memiliki keunggulan, dan

merasa berarti akan terpenuhi. Kebutuhan dasar yang terpenuhi tersebut akan menyebabkan derajat *resiliency* tinggi. Derajat *resiliency* tinggi ini terlihat melalui keempat manifestasi *resilience*, yaitu *social competence*, *problem solving*, *autonomy*, dan *sense of purpose and bright future*.

Social competence, yaitu kompetensi sosial yang mencakup karakteristik, kemampuan, dan tingkah laku yang diperlukan untuk membangun suatu relasi dan kedekatan yang positif terhadap orang lain, yang mencakup *responsiveness*, *communication*, *empathy and caring*, dan *compassion, altruism and forgiveness*. Pasien gagal ginjal yang memiliki *social competence* tinggi maka dengan rasa percaya diri mereka secara aktif menjalin relasi dengan orang di sekitar mereka seperti keluarga, teman, tetangga, dan saudara, aktif mencari informasi mengenai penyakit gagal ginjal, mampu memunculkan respon positif terhadap orang lain mengenai terapi hemodialisa yang mereka jalani, dan mampu mengungkapkan apa yang sedang mereka pikirkan dan rasakan. Selain itu juga pasien mampu memberikan tanggapan positif terhadap apa yang dikatakan orang lain misalnya tanggapan mengenai perubahan fisik pasien setelah menjalani terapi hemodialisa. Hal-hal ini tentu saja akan dapat mengurangi beban pribadi masing-masing dengan mendapatkan pengetahuan yang lebih banyak mengenai gagal ginjal. Pasien gagal ginjal juga memiliki kemampuan komunikasi dan kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan dan mengerti pandangan orang lain, serta peduli dan membantu meringankan kesulitan orang lain meskipun mereka sedang mengalami proses hemodialisa yang menekan, dan mau memaafkan kesalahan diri sendiri dan orang

lain yang pernah menyinggung perasaan dan menyakiti dirinya. Pasien gagal ginjal yang memiliki derajat *social competence* tinggi cenderung tidak larut dalam keadaan terpuruk, mereka akan segera bangkit dengan cara menjalin relasi sosial baik dengan dokter, perawat, maupun dengan pasien gagal ginjal yang lain dengan mereka dapat saling bertukar pengalaman dan mendapatkan pengetahuan mengenai gagal ginjal, bergaul dengan lingkungan sosial, dan pasien juga tidak mudah marah dan tersinggung apabila teman atau anggota keluarga dan orang lain menanyakan mengenai penyakit gagal ginjal dan terapi hemodialisa yang sedang dijalannya.

Pasien gagal ginjal yang memiliki *social competence* rendah pada awalnya akan merasa sulit untuk menjalin kembali relasi dengan orang lain karena merasa tidak percaya diri, menarik diri dari lingkungan, kurang memiliki kemampuan untuk berkomunikasi secara baik sehingga sangat rentan menyakiti orang lain dan membawa dampak yang kurang baik dalam mengatasi konflik interpersonal. Perilaku yang cenderung pasien perlihatkan seperti cepat tersinggung dan mudah marah, menyendiri, kurang bersedia untuk berkomunikasi dengan orang lain, dan kurang bersedia menceritakan perasaan dan kesakitan sebagai dampak dari penyakit gagal ginjal kepada dokter dan perawat atau kepada istri atau anak.

Problem solving skills, yaitu kemampuan membuat perencanaan, fleksibilitas, pemikiran kritis, dan *insight*. Pasien gagal ginjal yang memiliki *problem solving skills* tinggi akan dapat berusaha mencari solusi alternatif yang tepat pada permasalahan yang sedang mereka hadapi, tidak terpaku pada satu solusi saja jika mendapatkan masalah, misalnya untuk mengatasi masalah berat badan, maka pasien gagal ginjal

tersebut dapat menguranginya dengan minum air hangat dan banyak melakukan aktivitas serta mengurangi kembali porsi makan. Pasien gagal ginjal juga dapat mempertahankan diri dan mencari berbagai sumber bantuan untuk mengatasi masalahnya, misalnya pasien gagal ginjal dapat meminta bantuan dana dari keluarga besar. Mereka juga dapat menggunakan informasi mengenai gagal ginjal dan pengobatannya, dan sumber dukungan dari anak, suami-istri, keluarga, teman-teman, dan lingkungan yang akan sangat membantu pasien gagal ginjal untuk beradaptasi dengan perubahan-perubahan pada dirinya dan dapat mengurangi rasa sakit yang dirasakan sangat menekan. Pasien gagal ginjal yang memiliki derajat *problem solving* tinggi, apabila mereka menghadapi masalah yang berhubungan dengan pengobatan gagal ginjal maka mereka akan tetap berusaha untuk dapat menyelesaikannya dan mampu memanfaatkan sumber-sumber dukungan yang ada dan mampu membuat solusi alternative terhadap penyelesaian masalah tersebut.

Pasien gagal ginjal yang memiliki *problem solving skills* rendah akan kurang dapat mengontrol keinginan dan harapannya untuk masa depan, kurang dapat mencari solusi alternatif baik pada masalah kognitif maupun pada masalah sosial, kurang dapat mempertahankan diri bila menghadapi masalah, kurang dapat mengerti arti dari suatu kejadian (Schor, 1983), misalnya saja pasien gagal ginjal terpuruk dalam kesedihan dan penderitaan yang mereka alami, kurang dapat memotivasi diri dan tidak memiliki semangat hidup.

Autonomy, yaitu kemampuan untuk bertindak dengan bebas dan untuk merasakan suatu *sense of control* atas lingkungannya, *autonomy* juga diasosiasikan

dengan kesehatan yang positif dan perasaan akan kesejahteraan yang mencakup *positive identity, internal locus of control initiative, self-efficacy and mastery, adaptive distancing and resistance, self-awareness and mindfulness*, dan humor. Pasien gagal ginjal yang memiliki *autonomy* yang tinggi maka dia akan mampu bertindak bebas meskipun sedang mengalami perubahan pada kondisi fisik dan psikis, cenderung memiliki *self-esteem* tinggi misalnya menghargai dan menerima keadaan diri dan setiap perubahan yang sedang dialaminya, tetap mampu menjalani terapi hemodialisa secara teratur, menjaga stamina tubuh, memiliki komitmen yang kuat untuk melakukan segala sesuatu dengan baik seperti tetap melaksanakan apa yang telah direncanakan olehnya, memiliki kepercayaan diri yaitu tetap percaya pada kemampuan dirinya meskipun saat ini sedang mengalami kondisi yang kurang stabil. Pasien gagal ginjal juga menjadi orang yang tidak bergantung kepada orang lain seperti kepada keluarga dan teman, memiliki kemampuan untuk termotivasi dalam mengarahkan perhatian untuk mencapai *goal* yang menantang (Larson), merasa dapat melakukan segala sesuatu dengan benar, dapat mengubah kemarahan dan kesedihan menjadi gelak tawa, dan dapat membantu dirinya sendiri dan orang lain untuk jauh dari rasa penderitaan.

Pasien gagal ginjal yang memiliki *autonomy* rendah, maka memiliki *self-esteem* yang cenderung rendah, memiliki perasaan bahwa dirinya kurang kompeten, kurang percaya diri, kurang memiliki motivasi untuk dapat mencapai *goal* yang menantang, cepat tersinggung dan mudah marah, dan terpuruk dalam kesedihan dan penderitaan dalam jangka waktu yang lama. Perilaku yang diperlihatkan pasien gagal ginjal yang

memiliki derajat *autonomy* rendah, seperti tidak teratur menjalani terapi hemodialisa karena merasa bahwa hal tersebut hanya sia-sia karena hidupnya tidak akan lama.

Sense of purpose and bright future, yaitu kemampuan untuk fokus terhadap masa depan yang positif dan kuat secara konsisten telah diidentifikasi dengan identitas diri yang positif, dan sedikitnya tingkah laku yang beresiko terhadap kesehatan, yang mencakup *goal direction, achievement motivation, and educational aspirations, special interest, creativity, and imagination, optimism and hope*, dan *faith, spirituality, and sense of meaning*. Pasien gagal ginjal yang memiliki *sense of purpose and bright future* tinggi maka akan memiliki kemampuan untuk memotivasi dirinya, mampu mengisi waktu luang dengan melakukan kegemaran khusus atau hobi yang tidak mengganggu kesehatan dan terapi hemodialisa-nya sehingga dapat menghindarkan diri dari kejenuhan dan keterpurukan (Werner dan Smith, 2001), bahkan tidak menutup kemungkinan bahwa dari kegiatan hobi tersebut seorang pasien gagal ginjal dapat memperoleh pengetahuan yang berhubungan dengan gagal ginjal yang juga akan meningkatkan kepercayaan diri bahwa dirinya masih dapat bermanfaat bagi orang lain. Selain itu memiliki motivasi dan harapan dapat membuat pasien gagal ginjal memiliki emosi dan perasaan positif, memperoleh kekuatan dari keyakinan spiritualitasnya dan akan mencapai stabilitas diri meskipun sedang menghadapi perubahan dan setiap dampak dari hemodialisa yang dialami dirinya. Apabila pasien menerima hasil pemeriksaan dari dokter terhadap perkembangan penyakit gagal ginjal dengan hasil yang baik, pasien menjadi lebih semangat dan memiliki semangat hidup dengan tetap berusaha mempertahankan kondisi tubuh yang

fit. Apabila hasilnya buruk, pasien tidak hilang semangat dan akan mengikuti saran dokter, dapat mengalihkan perasaan negatif pada kegiatan-kegiatan yang disukai pasien.

Pasien gagal ginjal yang memiliki *sense of purpose and bright future* rendah maka akan menjadi pesimis akan masa depan, kurang dapat mengalihkan perhatian mereka dari keterpurukannya kepada hal-hal yang menjadi minat mereka, kurang memiliki keyakinan, dan kurang termotivasi untuk memperbaiki keadaannya. Misalnya pasien gagal ginjal tersebut menjadi kurang mempunyai harapan untuk sembuh dan keinginan untuk tetap hidup, serta merasa dirinya tidak berarti dan menyalahkan diri sendiri.

Pasien gagal ginjal yang memiliki derajat *resiliency* tinggi akan memiliki kemampuan untuk menjalin relasi dengan orang lain dan menimbulkan kesan positif dari orang lain, dapat mencari berbagai sumber bantuan untuk mengatasi masalah yang dihadapinya khususnya mengenai gagal ginjal. Pasien juga memiliki rasa percaya diri dan mampu memotivasi diri dalam menjalankan aktivitasnya meskipun dengan penyakit gagal ginjal yang dialaminya, mampu mengisi waktu mereka dan mengalihkan perhatiannya dengan melakukan kegiatan yang disukai serta memperoleh manfaat dari keyakinan yang lebih umum. Sedangkan pasien gagal ginjal yang memiliki derajat *resiliency* rendah akan merasa sulit untuk menjalin kembali relasi dengan orang lain karena kurang percaya diri serta kurang mampu mencari solusi alternatif bila menghadapi masalah. Pasien juga kurang mampu

memotivasi diri untuk memperbaiki keadaannya dan kurang dapat mengalihkan perhatian mereka kepada hal-hal yang menjadi minat mereka.

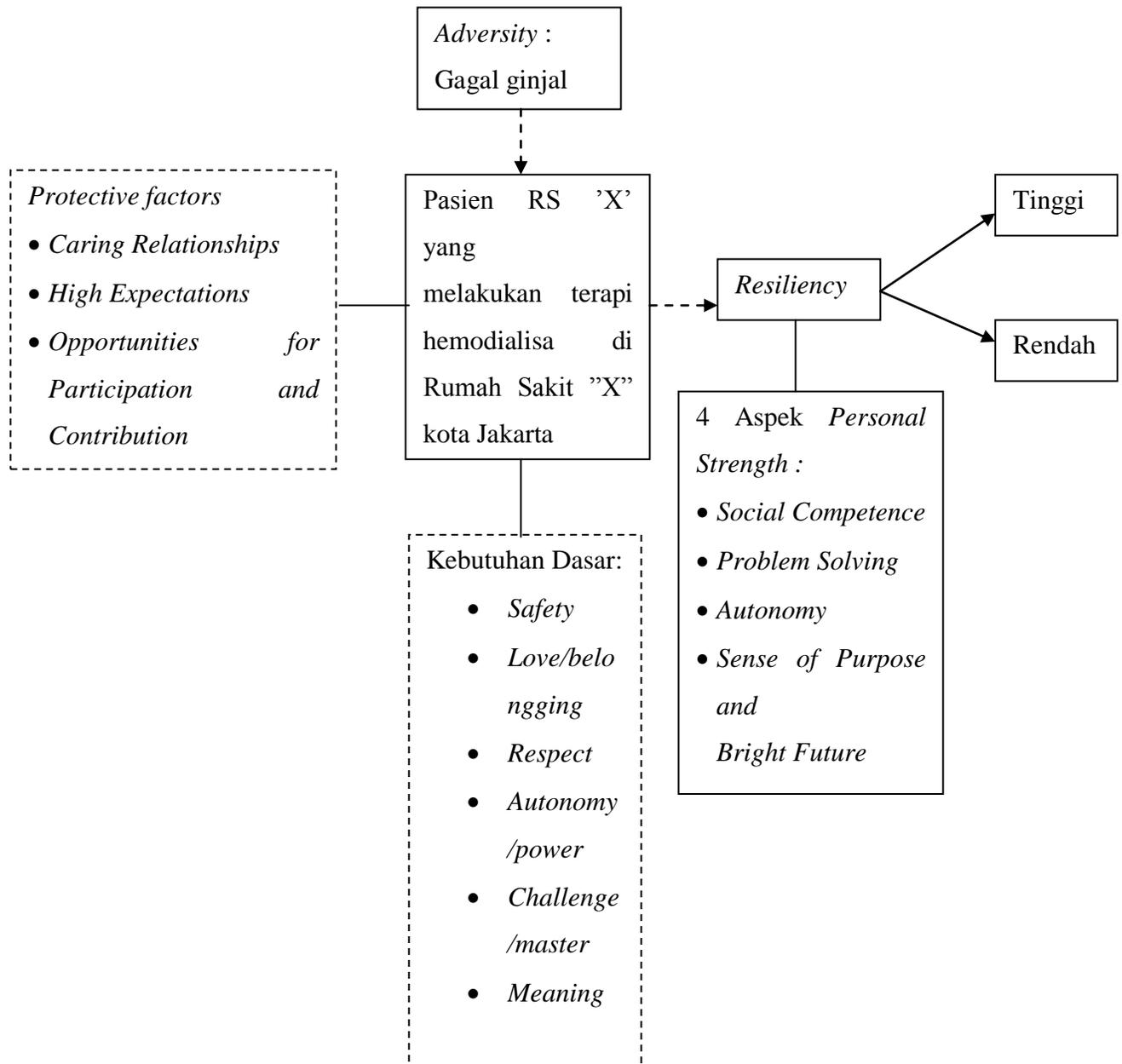
Berdasarkan hal di atas, pasien gagal ginjal yang mendapatkan dukungan dari keluarga, tempat kerja, dan lingkungan sosialnya akan memiliki derajat *resiliency* tinggi. Mereka juga akan memiliki *social competence* yang baik sehingga dapat tetap aktif di lingkungan sosial meskipun terkadang ketidakstabilan emosi dan fisik yang dialaminya dapat menghambat kegiatannya. Pasien yang memiliki *problem solving skills*, misalnya mempersiapkan dirinya dengan informasi-informasi mengenai gagal ginjal dan pengobatannya dapat menentukan kegiatan apa yang dilakukannya nanti. Pasien gagal ginjal yang memiliki *autonomy* tinggi yang merupakan kebebasan dalam bertindak dan melakukan sesuatu meskipun dengan kondisi fisiknya yang tidak sebaik dulu seperti mudah merasa lelah, pusing, mual, dan berat badan harus stabil, serta keadaan emosi yang tidak stabil. Pasien gagal ginjal juga memiliki *sense of purpose and bright future* dimana seorang pasien gagal ginjal dapat mengisi waktunya dengan melakukan kegiatan yang bermamfaat bagi dirinya, keluarganya, lingkungannya sehingga memiliki identitas yang positif.

Pasien gagal ginjal yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarga, tempat kerja, dan lingkungan sosialnya akan memiliki derajat *resiliency* rendah. Pasien gagal ginjal yang memiliki kemampuan *social competence* yang kurang, sehingga cenderung terlibat konflik dengan orang lain, menarik diri dari lingkungan, serta memiliki *problem solving skills* yang kurang. Seperti kurang dapat mempersiapkan dirinya dengan informasi-informasi mengenai gagal ginjal dan pengobatannya,

misalnya terapi hemodialisa (cuci darah), dan belum dapat menentukan kegiatan apa yang dapat dilakukannya nanti. Pasien gagal ginjal ini juga cenderung memiliki *autonomy* rendah dimana mereka tidak memiliki kebebasan dalam bertindak dan melakukan sesuatu, merasa dirinya menjadi seseorang yang lemah dan tidak berdaya karena penyakit gagal ginjal yang dialaminya. Selain itu pasien gagal ginjal kurang memiliki *sense of purpose and bright future* dimana mereka kurang dapat menentukan tujuan hidupnya untuk ke depan yaitu tujuan hidup untuk dapat bertahan hidup lebih lama lagi.

Oleh karena itu, dengan perubahan-perubahan baik secara fisik maupun psikis yang sedang dialami oleh pasien gagal ginjal, maka mereka perlu mengembangkan *resiliency* pada diri mereka. Hal tersebut dapat membantu mereka untuk tetap dapat menyesuaikan diri secara positif walaupun berada di tengah situasi yang menekan bagi mereka. *Resiliency* membantu mereka untuk tetap mampu memenuhi tuntutan baik dari keluarga, pekerjaan ataupun lingkungan sosialnya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat digambarkan dengan bagan kerangka pemikiran sebagai berikut :



Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

1.5 Asumsi

Berdasarkan hal-hal tersebut di atas, maka dapat ditarik sejumlah asumsi sebagai berikut :

1. Kondisi fisik pasien gagal ginjal yang menurun dan proses terapi hemodialisa (cuci darah) yang dilakukan secara teratur ini dihayati sebagai situasi yang menekan (*adversity*)
2. Diperlukan *resiliency* agar pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di Rumah Sakit “X” kota Jakarta mampu beradaptasi di tengah situasi yang menekan.
3. Setiap pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di Rumah Sakit “X” kota Jakarta memiliki derajat *resiliency* yang berbeda-beda.
4. Faktor-faktor yang dapat mendukung perkembangan *resiliency* yang dimiliki pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di Rumah Sakit “X” kota Jakarta adalah *caring relationships, high expectation,* dan *opportunities for participation and contribution.*

Protective factors yang terdiri dari *caring relationships, high expectation,* dan *opportunities for participation and contribution* akan mempengaruhi terpenuhinya *basic needs* pasien gagal ginjal usia dewasa tengah yang menjalani terapi hemodialisa di Rumah Sakit “X” kota Jakarta.