

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) ialah suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang diselenggarakan secara terintegrasi dengan melibatkan peserta, fasilitas kesehatan (Faskes) tingkat pertama dan Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) kesehatan seperti Puskesmas maupun rumah sakit swasta (Setiyorini, dan Wulandari, 2018).

Tujuan diselenggarakannya Prolanis adalah untuk mendorong peserta penyandang penyakit kronis mencapai kualitas hidup yang optimal dengan indikator memiliki hasil pada pemeriksaan spesifik terhadap penyakit diabetes tipe 2 dan hipertensi sesuai pemeriksaan klinis terkait, sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit (Ariani, dkk., 2020).

Kegiatan Prolanis meliputi senam dan penyuluhan kesehatan bagi anggota klub, pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mengetahui faktor risiko kesehatannya, berkonsultasi dengan dokter atau dilakukan terapi, mendapatkan obat untuk mengendalikan penyakitnya, dan kunjungan ke rumah. Hal ini berbeda dengan pelayanan pengobatan lain, dimana pasien melakukan pemeriksaan, konsultasi kesehatan kemudian memperoleh obat (BPJS Kesehatan, 2019).

Dikutip dari Latest News 12 Maret 2019, data 10 besar penyakit di Puskesmas Kabupaten Sleman menunjukkan bahwa hipertensi (HT) pada tahun 2018 berada di urutan ke 3. Sementara diabetes mellitus (DM) pada tahun 2018 di urutan ke 7. Dalam rangka optimalisasi pelayanan Prolanis Puskesmas Kabupaten Sleman meluncurkan program “LAPIS KENYAL” (Pelayanan Prolanis Berkualitas Menjamin Kenyamanan dan Kesehatan Lansia), yang terdiri dari: 1) Pelayanan *one stop service* (pemantauan status kesehatan, konsultasi medis, pelayanan psikologi, konsultasi gizi, fisioterapi; pemeriksaan laboratorium). 2) Sistem reminder esem manis. 3) Aktivitas klub senam sehat dan penyuluhan kesehatan. 4) Skrining komplikasi penyakit. 5) Konsultasi kasus pasien dengan dokter spesialis dan tindak lanjut. 6) Rekreasi, dan 7) Penyelenggaraan event-event khusus (Dinas Kesehatan Sleman, 2019).

Penyakit kronis dapat menimbulkan dampak bagi kesehatan, dalam hal ini kesehatan jiwa yaitu kecemasan. Kecemasan merupakan suatu perasaan dimana seseorang merasa tidak nyaman dan terancam atas sesuatu hal atau keadaan (Stuart, 2013).

Penurunan kesehatan sampai indikasi suatu penyakit merupakan sumber penyebab depresi, kecemasan dan stres bagi pasien. Dampak dari kecemasan, depresi, dan stres jika tidak ditanggulangi akan timbul masalah-masalah terhadap kesejahteraan psikologis seseorang, diantaranya gangguan interaksi sosial (Jamil, 2019).

Dikutip dari Media Indonesia.com Selasa 01 Maret 2022, penelitian terbaru menemukan bahwa tekanan untuk selalu merasa bahagia memiliki efek yang buruk pada kesejahteraan psikologis seseorang. Penelitian ini melibatkan lebih dari 7.400 peserta di 40 negara, yang dilakukan para ilmuwan di Universitas Tilburg Belanda. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang kuat antara perasaan perlu bahagia dan sejauh mana orang benar-benar mengalami perasaan seperti kesedihan, kesuraman, kelelahan atau kecemasan (Purnama, 2022).

Menjadi sejahtera merupakan hak setiap individu dan siapa saja berhak menjadi sejahtera, dan hal ini diatur dalam perundang-undangan negara. Sejahtera bukan hanya terkait dengan dimensi fisik, tetapi juga terkait dengan dimensi psikologis sehingga terdapat konsep kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) (Darmawan, 2021).

Setiap individu memiliki harapan dalam kehidupannya, salah satunya kesejahteraan baik fisik maupun psikis. Untuk mencapai itu individu cenderung melakukan berbagai cara agar kebutuhan fisik, psikologis, dan sosialnya terpenuhi dengan cara menjalani hidup dengan optimisme dan jauh dari penderitaan (Purnomosidi, 2022).

Menurut Huppert (2009) mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis menggambarkan kesejahteraan emosional dan fungsi keseluruhan individu. Individu yang memiliki kesehatan mental yang baik maka akan terpenuhi aspek-aspek kesejahteraan psikologisnya.

Seseorang dapat dikatakan sejahtera secara psikologis (*psychological well being*) jika seseorang tersebut mampu menerima kondisi dirinya, menjalin relasi yang positif dengan orang lain, bersikap otonom (mandiri), mampu menguasai kondisi yang terjadi di sekitarnya, memiliki tujuan hidup serta tumbuh secara personal (Ryff, 1989).

Kesejahteraan psikologis dijelaskan sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang, dimana individu tersebut dapat menerima kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya, menciptakan hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemampuan dalam mengambil keputusan dan mandiri, mampu dan berkompetensi untuk mengatur lingkungan memiliki tujuan hidup dan mampu melalui tahapan perkembangan dalam kehidupannya.

Menurut Darmawan (2021) menyatakan bahwa, kesejahteraan psikologis yang tinggi ditandai dengan adanya perasaan yang bahagia, didukung dengan baik, dan puas dengan kehidupannya.

Tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi menunjukkan bahwa individu memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan sekitarnya, memiliki kepercayaan diri yang baik, dan dapat membangun hubungan personal yang baik dengan orang lain. Kesejahteraan psikologis menggambarkan sejauh mana individu merasa nyaman, damai, dan bahagia berdasarkan penilaian subjektif serta bagaimana individu tersebut memandang pencapaian potensi-potensi sendiri (Ryff dan Singer, 1996).

Menurut Schultz (2010) menjelaskan bahwa dampak kesejahteraan psikologis terhadap kehidupan seseorang yaitu, individu mampu menerima dengan tabah berbagai hal yang dapat memicu permasalahan dalam hidupnya, mampu menjalankan fungsi psikologis positif dengan menggunakan potensi yang ada dalam dirinya agar tercapai kehidupan yang bahagia, aman, sejahtera dan damai, serta mampu merealisasikan dirinya secara optimal dan berkelanjutan.

Dampak dari kesejahteraan psikologis yang negatif yaitu memiliki hubungan dengan kesehatan mental yang buruk seperti adanya depresi, kecemasan dan stres baik yang bersumber dari lingkungan sosial masyarakat, keluarga atau sumber lainnya (Rahayu & Salendu, 2018).

Menurut Wells (2010) menjelaskan bahwa Individu yang mempunyai masalah terkait dengan *psychological well being*, yaitu munculnya stres, tidak mampu mengendalikan lingkungan dan dirinya, cemas, emosi, dan marah yang berlebihan.

Untuk mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pasien Prolanis di Puskesmas Wergu Wetan, peneliti melakukan wawancara dengan JM usia 50 tahun, penderita diabetes, SZ usia 53 tahun penderita diabetes dan tekanan darah tinggi, dan MF usia 46 tahun penderita diabetes yang dilaksanakan pada hari Senin, 12 Oktober 2022. Adapun wawancara terhadap pasien Prolanis di Puskesmas Jati dengan responden W usia 56 tahun dan JS usia 48 tahun, dan MS usia 43 tahun pada hari Selasa 13 Oktober 2022, sebagai berikut:

Berdasarkan wawancara pertama dengan JM, menyatakan rasa kecewa dengan kondisinya saat ini, mengalami kekhawatiran dalam kehidupannya, tidak percaya diri, dan merasa dirinya lemah tak berdaya. Penyebabnya adalah timbulnya frustrasi, pikiran kalut, dan depresi. Penyebab lainnya merasa dikucilkan masyarakat karena tidak dapat mendatangi pengajian, dan tidak dapat mengikuti sholat berjamaah di masjid.

Wawancara kedua dengan SZ, mengungkapkan sikap tertutup, berpikiran negatif, dan tidak memiliki kemandirian diri. Penyebabnya adanya perasaan khawatir, takut dan kecemasan yang berlebihan. Penyebab lainnya takut ibadahnya tidak diterima Allah karena kurang khusuk dalam mengaji maupun sholat.

Wawancara dengan MF pada 12 Oktober, MF menyatakan tidak mampu mengontrol diri, tidak dapat melakukan hubungan sosial dengan lingkungan, merasa dirinya tidak berguna, dan tidak memiliki tujuan hidup. Penyebabnya adalah merasa patah semangat, frustrasi, dan depresi. Penyebab lainnya merasa ditinggalkan karena tidak dapat mendatangi pengajian, maupun tahlilan di rumah tetangga atau kerabat.

Berdasarkan wawancara dengan W pada 13 oktober, W menyatakan akibat menderita komplikasi diabetes membuat dirinya merasa tidak memiliki tujuan hidup dan merasa terisolasi dan frustrasi dalam hubungan interpersonal, yang diakibatkan depresi, merasa tertekan, resah dan gelisah. Penyebab lainnya merasa tidak yakin akan mnendapat kesembuhan dari Allah.

Sedangkan wawancara kedua dengan JS, mengungkapkan tentang penyakit hipertensi dan diabetes yang dideritanya memunculkan rasa tidak

percaya diri, selalu bergantung pada orang lain dalam aktivitasnya, dan merasa bosan serta tidak tertarik kepada kehidupan yang disebabkan jantung berdebar-debar, gelisah, kurang tidur, tegang dan bingung. Penyebab lainnya merasa tidak memiliki keyakinan yang memberikan makna pada kehidupan keagamanya.

Selain itu, wawancara dengan MS menyatakan bahwa penyakit komplikasi diabetes yang dialaminya memunculkan rasa tidak percaya diri, memandang diri sendiri secara negatif, dan merasa tidak layak bergaul dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, yang diakibatkan munculnya perasaan resah, gelisah, cemas, khawatir, dan depresi. Penyebab lainnya yaitu terisolasi dari lingkungan karena tidak dapat melaksanakan kegiatan keberagamaanya seperti sholat Jum'at maupun sholat berjamaah.

Ryff dan Keyes (1995) salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well being* seseorang, yaitu stres,. Jadi semakin tinggi tingkat stres yang dimiliki seseorang, maka semakin rendah tingkat *psychological well beingnya*, demikian pula sebaliknya semakin rendah tingkat stres yang dimiliki individu, maka semakin tinggi tingkat *psychological well being* seseorang..

Stres merupakan suatu peristiwa atau pengalaman negatif sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan seseorang yang berasal dari situasi yang bersumber pada system biologis, psikologis, dan sosial seseorang (Ekasari, 2022).

Stress merupakan suatu interaksi atas respon adaptif yang dimediasi adanya perbedaan individu dan proses psikologi sebagai konsekuensi atas setiap

tindakan, situasi maupun peristiwa eksternal sebagai tuntutan psikologis dan fisik yang berlebihan (Ivancevic, 2014).

Menurut Santrock (2003) stres sebagai suatu respon terhadap individu terhadap suatu kejadian yang dianggap mengancam, dan mengganggu kenyamanan dirinya.

Stres merupakan suatu respon adaptif seseorang terhadap rangsangan yang menempatkan tuntutan psikologis atau fisik yang berlebihan pada orang- tersebut (Griffin dan Moorhead, 2014)

Tanda-tanda individu yang mengalami stres yaitu munculnya gejala fisik seperti sakit kepala, sakit pada leher dan pundak, sakit pada pinggang, sakit perut, tidak merasa lapar, ada yang terasa mengganjal di tenggorokan,, dada seperti tertekan, dan otot tegang. Perubahan emosi seperti orang menjadi tidak bisa fokus, mudah marah, tidak dapat tenang, kesulitan tidur, merasa sedih atau bersalah, khawatir, menangis, dan merasa sangat lelah, selain itu, memikirkan hal-hal buruk dari masa lalu atau yang akan ditakutkan di masa depan (Simanullang, 2020).

Dampak stres terhadap seseorang yaitu gangguan kecemasan yang pada tahap ekstrim berakibat terjadinya depresi, perasaan gelisah, emosi yang meledak-ledak ketidakmampuan mengambil keputusan karena buruknya kemampuan berkonsentrasi, dan perasaan mudah tersinggung (Armanu, 2021).

Didukung penelitian oleh Sitorus (2020) dalam penelitian “Hubungan Antara Harga Diri Dan Stres Dengan *Psychological Well Being* Pada Remaja



Panti Asuhan Tanjung Barat”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara stres dengan *psychological well being*.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Ulfa (2018) dalam penelitiannya “Hubungan antara Stres, Harga Diri, dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Lanjut Usia”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara stres dengan kesejahteraan psikologis.

Menurut Darmawan (2021) faktor lain yang dapat mempengaruhi *psychological well being* ialah religiusitas. Seseorang yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi akan dapat memaknai kejadian dalam kehidupannya secara positif sehingga hidupnya akan dirasakan lebih bermakna.

Religius sebagai suatu sikap kepercayaan atau suatu keyakinan terhadap sesuatu kekuatan kodrati di atas kemampuan manusia yang diwujudkan dalam bentuk pengabdian yang besar terhadap agama dibuktikan dengan melaksanakan segala perintah agama dan menjauhi apa yang dilarang agama (Su'adah, 2021).

Religiusitas adalah seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa tekun pelaksanaan ibadah, dan seberapa dalam penghayatan agama yang dianut seseorang. Oleh karena itu keberagamaan yang baik akan membawa tiap individu memiliki jiwa yang sehat dan membentuk kepribadian yang kokoh dan seimbang (Nasrudin, 2020).

Religiusitas menunjuk pada tingkat keterikatan individu terhadap agamanya. hal ini menunjukkan bahwa individu telah menghayati dan

menginternalisasikan ajaran agamanya sehingga berpengaruh dalam segala tindakan dan pandangan hidupnya (Karyono, 2022).

Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna (Bastaman, 2007).

Menurut Darajat (2011) mengemukakan ada tiga fungsi dari religiusitas bagi manusia, yaitu sebagai bimbingan dalam hidup, penolong dalam menghadapi kesukaran, dan menentramkan batin.

Agama memberikan bimbingan hidup dari yang sekecil-kecilnya sampai pada yang sebesar-besarnya, mulai dari hidup pribadi, keluarga, sekolah, masyarakat dan hubungan dengan Tuhan, bahkan dengan alam semesta dan makhluk hidup lainnya (Jalaludin, 2004)

Didukung penelitian Fadillah (2017), dengan judul penelitian “Hubungan Religiusitas dengan *Psychological Well Being* Penderita Diabetes Melitus Tipe 2”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan *psychological well being*. Penelitian oleh Situmorang (2018), dalam judul penelitian “Pengaruh Religiusitas Terhadap *Psychological Well Being* (PWB) Pada Pensiunan Suku Batak Toba”. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan *psychological well being*.

Sesuai dengan permasalahan yang telah dipaparkan tersebut di atas, dan didukung adanya penelitian terdahulu, mendorong peneliti untuk mengungkap lebih dalam mengenai hubungan antara stres dan religiusitas dengan

*psychological well being* pada pasien Prolanis di Puskesmas Wergu Wetan, dan Jati, Kudus.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang dilakukan ialah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara stres dan religiusitas dengan *psychological well being* pada pasien Prolanis di Puskesmas Wergu Wetan, dan Jati, Kudus.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, terutama ilmu psikologi klinis, berkaitan dengan hubungan antara stres dan religiusitas dengan *psychological well being*.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi pasien Prolanis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang hubungan antara stres dan religiusitas dengan *psychological well being*.
- b. Bagi Puskesmas, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu acuan dalam meningkatkan program pengelolaan penyakit kronis dengan memperhatikan tingkat stres, religiusitas, dan *psychological well being* pasien
- c. Bagi peneliti lain, dapat dijadikan sebagai sumber referensi ilmiah dalam melakukan penelitian dengan tema yang sama.