

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kehidupan merupakan suatu misteri yang dijalani seseorang. Pengalaman positif maupun negatif tidak dapat dilepaskan dalam kehidupan seseorang. Berdasarkan pengalaman-pengalaman tersebut seseorang memiliki cara pandang tertentu dalam menjalani kehidupan. Seseorang yang memiliki pengalaman hidup yang membahagiakan, maka dapat memaknai kehidupannya dengan baik dan merasa bahagia dengan kehidupannya. Kondisi ini tentu berbeda dengan dengan orang-orang yang mengalami penderitaan dalam hidupnya. Penderitaan merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan dan reaksi-reaksi yang ditimbulkan berkaitan dengan kesulitan yang dijalani seseorang (Bastaman, 2007).

Penderitaan dapat dirasakan oleh seseorang karena memiliki cacat tubuh, trauma, mengidap penyakit kronis, ketakutan menghadapi kematian, atau kehilangan keluarga. Kondisi-kondisi tersebut akan mempengaruhi aspek psikologis seseorang. Penderitaan psikologis yang muncul seperti perasaan tidak berdaya, putus asa, kecemasan, kesedihan mendalam, dan kemarahan. Penolakan terhadap penderitaan, akan mempengaruhi penurunan/ hilangnya tujuan hidup seseorang. Kehilangan tujuan hidup, maka dapat mempengaruhi hilangnya makna hidup seseorang, dan mengakibatkan terhambatnya seseorang mencapai

kebahagiaan.

Pada waktu tertentu seseorang harus berhadapan dengan situasi yang tidak terhindarkan, nasib yang tidak bisa dirubah, maka seseorang tidak memiliki pilihan selain menjalani semua penderitaan tersebut. Pada saat menghadapi kondisi yang tidak bisa diubah, maka sikap seseorang dalam menghadapi penderitaannya yang bisa diubah (Frankl, 2003). Tidak ada seorangpun yang bebas dari penderitaan atau situasi, namun setiap orang memiliki kebebasan dalam mengambil sikap terhadap situasi tersebut. Pada saat itulah seseorang mampu menampilkan potensi dan kekuatannya. Pontesi dan kekuatan inilah yang menjadikan penderitaan menjadi keberhasilan. Menurut Frankl, penderitaan tidak lagi menjadi penderitaan saat penderitanya mampu menemukan makna dari penderitaannya (Trijono, 2010; Bastaman, 2007). Hal ini dapat dilihat dari kasus seorang wanita bernama Lien Auliya Rachmah.

Lien mendapat diagnosa gagal ginjal stadium lima pada saat usianya dua lima tahun. Vonis dokter memaksa dirinya menjalani *hemodialysis* dua kali dalam seminggu. Lien yang awalnya memiliki impian indah diusia tersebut seperti menikah, bekerja, dan menjadi pribadi baik mengalami perubahan. Lien menjadi pemurung, bergantung pada orang, dan mengubur semua impiannya. Lien mengalami psikis yang terganggu, ia menjadi sensitif, mudah marah, menarik diri dari lingkungan, kerap menangis, berhenti berharap, dan tidak mau berdoa karena merasa Tuhan tidak adil pada dirinya. Lien merasakan kehampaan dalam hidupnya. Satu tahun pertama, ia berada pada tahap mengasihani diri sendiri dan hidupnya hanya menanti kematian. Pada tahun kedua, Lien memutuskan untuk menjalani hidup dengan positif dan menjadi pelajar di sekolah kehidupan. Pertama, ia menerima takdir Tuhan, dan percaya bahwa Tuhan memiliki rencana baik dibalik takdir-Nya. Kedua ia mempertahankan pikiran positif sekaligus terus berkarya. Lien menjalani pekerjaan di biro konsultan psikologi dan menulis buku yang berjudul Tuhan, Aku divonis cuci darah dan perempuan cahaya. Ia

juga sering diundang sebagai pembicara untuk memberikan semangat bagi pasien gagal ginjal kronis. Kesadaran akan kematianlah yang membuat Lien memanfaatkan hidupnya dengan baik dan mulai mendekatkan diri Tuhan. Lien mampu merasa bersyukur pada Tuhan, karena dalam kondisi sakit, ia masih bisa bermanfaat dan berkarya (sindonews.com, 8 Maret 2015).

Kondisi yang menimpa Lien adalah situasi yang tidak bisa dihindarkan. Seseorang tidak dapat menduga apa yang akan dialami di masa depan. Kondisi ini sama dengan ketika seseorang menderita penyakit kronis yang tidak bisa disembuhkan. Penyakit kronis adalah kondisi penyakit yang dapat bertahan dalam waktu lama, dan proses penyembuhannya cukup lama dan mungkin seumur hidupnya menjalani pengobatan. Pada saat terdiagnosa penyakit kronis, seseorang dituntut untuk beradaptasi dengan penyakitnya. Adaptasi yang dilakukan seperti perubahan aktivitas dan gaya hidup sehari-hari. Fisik yang berubah dari kondisi normal menjadi sakit dapat menurunkan motivasi seseorang untuk memenuhi tujuan hidupnya. Penderita penyakit kronis juga mengalami putus asa, perasaan tidak mampu, tidak berdaya, frustrasi, kecemasan, perasaan tergantung dan kehilangan kebebasan sering menimbulkan gejala-gejala kecemasan atau yang parah depresi. Kondisi ini disebabkan karena penderita merasa bahwa pemeriksaan dan pengobatan medis yang dijalani tidak kunjung membawa kesembuhan (Sarafino, 2006).

Salah satu penyakit kronis adalah gagal ginjal kronis. Gagal ginjal kronis merupakan kondisi gagal ginjal yang ditandai dengan keadaan klinik yang menunjukkan penurunan *progresif* fungsi ginjal secara perlahan tapi pasti hingga kerusakan yang terjadi mencapai 60% dari kondisi

normal menuju ketidakmampuan ginjal menjalankan fungsinya (Guyton, 1990). Data dari WHO penyakit ginjal telah menyebabkan kematian sekitar 850.000 jiwa per tahunnya. Penyakit ginjal kronis merupakan penyakit dengan prevalensi yang cukup tinggi di Indonesia (Andra, 2008). Berdasarkan dari pusat nefrologi Di Indonesia diperkirakan berkisar 100–150 per satu juta penduduk mengalami gagal ginjal kronis. Menurut yayasan ginjal nasional (Yagina) 6,7% dari penduduk Indonesia sudah mempunyai gangguan fungsi ginjal dengan tingkatan sedang sampai berat. Berdasarkan survei yang dilakukan Perhimpunan Nefrologi Indonesia terdapat 18 juta penduduk Indonesia yang mengalami gagal ginjal kronis (kompasiana, 12 Maret 2010).

Pasien gagal ginjal kronis diharuskan melakukan beberapa perubahan gaya hidup supaya penyakitnya tidak semakin parah. Perubahan yang dialami oleh pasien gagal ginjal yaitu perubahan gaya hidup, pengaturan makanan yang ketat, kontrol cairan yang masuk ke tubuh, dan menjalani *hemodialysis* secara rutin. *Hemodialysis* merupakan proses membersihkan darah dari sisa metabolisme yang tidak dibutuhkan tubuh. Pasien gagal ginjal memerlukan *hemodialysis* untuk bertahan hidup, akan tetapi sifatnya tidak menyembuhkan. Pasien sangat bergantung pada prosedur ini selama hidupnya.

Pasien gagal ginjal yang menjalani *hemodialysis* mengalami beberapa penderitaan terutama secara fisik. Derita fisik yang dialami seperti kondisi tubuh lemah, tidak memiliki, mudah lelah, anemia, sesak nafas, insomnia,

dan kehilangan nafsu makan. Kondisi ini menjadikan pasien terhambat dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Perubahan fisik ini menjadikan pasien merasa tidak berguna, tergantung pada orang lain, tergantung pada alat medis, merasa rendah diri dan menarik diri dari lingkungan. 2/3% pasien gagal ginjal yang menjalani *hemodialysis* meninggalkan aktivitas atau pekerjaannya. Keterbatasan secara fisik ini menjadikan pasien mengalami permasalahan secara psikologis dan sosial (Rustiana, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian Feroze (2010) dan Pattel (2012) pasien gagal ginjal kronis mengalami permasalahan psikologis yaitu kecemasan dan depresi. Kecemasan yang dialami oleh pasien terkait ketidakmampuan beradaptasi dengan perubahan dan merasa takut menghadapi kematian. Depresi yang dialami pasien diakibatkan karena perasaan rendah diri, merasa tidak berguna, tidak mampu, tidak berdaya dengan kondisi fisiknya, sehingga cenderung menarik diri dari lingkungan. Kondisi yang lebih parah adalah munculnya keinginan untuk bunuh diri baik dengan menyakiti diri sendiri maupun menghentikan terapi medis yang harus dijalani.

Beratnya penderitaan yang dihadapi pasien secara fisik dan psikologis mengakibatkan pasien hanya mengisi hidupnya dengan meratapi nasib, merasa sedih bekepanjangan, kemarahan kepada Tuhan atas nasib buruk yang dialami dan jatuh dalam depresi yang berkepanjangan. Pada kondisi ini pasien mulai kehilangan tujuan hidupnya. Pada saat tujuan hidupnya

kabur, maka kesempatan seseorang mencapai hidup yang bermakna juga terhambat. Sejatinya setiap manusia menginginkan hidupnya bermakna bagi dirinya sendiri maupun untuk lingkungannya (Tasmara, 2001).

Kebermaknaan hidup dapat dicapai dalam kondisi apapun, bahkan dalam kondisi sakit parah. Frankl (1985) mengemukakan bahwa setiap manusia memiliki kemampuan untuk mengambil sikap atas penderitaan atau peristiwa tragis yang tidak dapat dihindari. Pada saat seseorang tidak dapat mengubah suatu keadaan (penderitaan), maka mengubah sikap atas keadaan tersebut dapat dilakukan agar tidak terhanyut secara negatif pada situasi tersebut. Pada saat seseorang dapat mengambil sikap yang positif terhadap penderitaan, maka seseorang dapat memaknai kehidupannya. Pasien yang mampu mencapai kebermaknaan hidup, maka akan merasa bahagia.

Pada saat mengalami penderitaan, maka pada saat itulah karakter seseorang sedang diuji. Dalam proses ujian tersebut seseorang akan mengalami pergulatan mental dikarenakan muncul keraguan terhadap kemampuan dimiliki, nilai-nilainya yang dipercaya untuk meraih tujuan hidup yang ingin dicapai (Triyono, 2010). Kebahagiaan dan kebermaknaan hidup seseorang merupakan tanggung jawab individu. Individu sendiri yang menentukan jalan hidupnya. hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Frankl,

*“Kehidupan tidak akan memberikan jawaban atas pertanyaan kita mengenai arti hidup, tetapi sebaliknya menyerahkan kepada kita untuk menemukan jawabannya dengan jalan menentukan sendiri apa yang bermakna bagi kita” (Bastaman, 2007).*

Makna hidup adalah sesuatu yang dianggap penting dan berharga, yang memberikan arti khusus dan dijadikan tujuan hidup seseorang. Setiap individu memiliki kebebasan untuk menentukan makna hidupnya dan tujuan hidup yang ingin dicapai. Seseorang yang memiliki kebermaknaan hidup akan bertanggung jawab mengarahkan hidupnya, optimis, dan mampu mengenai potensi serta kekurangan yang dimiliki. Individu yang memiliki kebermaknaan hidup akan mampu menyelesaikan permasalahan hidupnya secara bertanggung jawab dan selalu optimis mewujudkan tujuan hidupnya melalui kegiatan-kegiatan sesuai dengan minat dan potensi yang dimiliki (Koswara, 1992).

Logoterapi merupakan terapi yang memiliki tujuan agar seseorang yang mengalami penderitaan mampu menemukan makna hidupnya walaupun dalam kondisi menderita. Tujuan dari logoterapi adalah agar seseorang mampu memahami potensi, sumber daya rohani yang selama ini tidak disadari. Ketika seseorang mampu menyadari segala potensi yang dimiliki maka seseorang akan mampu memanfaatkan potensi yang dimiliki untuk bangkit dari penderitaan sehingga mampu mencapai tujuan yang ingin diraih dalam hidupnya dan terbebas dari gejala ketidakbermaknaan hidup dan depresi. Pasien yang mampu memahami makna hidupnya maka akan memiliki tujuan, harapan, memahami potensi yang dimiliki dan memiliki kualitas hidup yang cukup baik (Frankl, 2003).

Penelitian yang dilakukan oleh Golzari, dkk (2014) menunjukkan bahwa logoterapi secara kelompok efektif untuk mengurangi kecemasan pada

wanita yang menderita kanker payudara. Penelitian hampir sama juga yang dilakukan oleh Kang, dkk (2009), menunjukkan jika logoterapi efektif untuk mengurangi penderitaan dan meningkatkan makna hidup pada remaja yang menderita kanker stadium terminal. Julom dan Guzman (2013) mengemukakan bahwa logoterapi efektif untuk menurunkan perasaan tidak berarti pada pasien yang mengalami kelumpuhan. Menurut hasil penelitian yang dilakukan Mosalanejad dan Koole (2012) menunjukkan bahwa logoterapi dapat membantu wanita yang mengalami infertilitas, agar dapat menerima kondisinya, permasalahannya, dan menemukan makna hidupnya dalam kondisi tidak mampu memiliki keturunan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Herawati dan Sudiyanto (2010) menunjukkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan intensitas rasa nyeri dan depresi pada pasien yang menderita nyeri kronis di RSUD Surakarta. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Slametingsih (2012) logoterapi dengan teknik *paradoxical intention* efektif untuk menurunkan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani *hemodialysis*. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada metode logoterapi yang digunakan. Pada penelitian sebelumnya metode yang digunakan adalah *paradoxical intentions* dengan menggunakan teknik relaksasi bertujuan untuk mengurangi kecemasan pasien. Pada penelitian ini, teknik yang digunakan adalah *existential analysis*, dimana subjek penelitian dibantu untuk memahami makna dari penderitaan yang dialami, memahami potensi dirinya, memahami tujuan

hidupnya dan merealisasikan sumber-sumber nilai kebermaknaan hidupnya. Tujuan penelitian ini agar pasien mampu menemukan makna hidup yang baru dari penderitanya dan mampu berfungsi kembali sebagai individu yang berguna walaupun dalam kondisi sakit. Penelitian ini lebih mendalami aspek psikologis dari pasien gagal ginjal kronis yang menjalani *hemodialysis*.

Berdasarkan uraian diatas pasien gagal ginjal kronis memiliki risiko penurunan kebermaknaan hidup, sehingga penulis merasa perlu untuk melakukan penelitian dengan terapi psikologis pada pasien gagal ginjal kronis untuk mengatasi permasalahan ketidakbermaknaan hidup. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya logoterapi cukup efektif untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pasien kanker, pasien dengan infertilitas dan yang mengalami amputasi maka penulis merasa perlu untuk melakukan penelitian apakah logoterapi efektif untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pasien gagal ginjal kronis yang menjalani *hemodialysis*?

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian logoterapi terhadap perubahan tingkat kebermaknaan hidup pasien gagal ginjal kronis yang menjalani *hemodialysis*.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi perkembangan psikologi, terutama psikologi klinis dalam upaya pendampingan pasien penyakit kronis.

### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian penelitian ini diharapkan dapat digunakan dan diaplikasikan oleh pihak rumah sakit diutamakan dilakukan oleh psikolog klinis yang bekerja di RS, apabila tidak ada maka dokter maupun perawat diharapkan mampu menggunakan terapi ini saat mendampingi pasien yang menunjukkan gejala ketidakbermaknaan hidup atau pasien menghadapi penyakit terminal (menjelang kematian). Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu kegiatan yang bisa dilakukan ketika pihak rumah sakit ingin mendirikan kelompok pendampingan bagi penderita penyakit kronis (kanker, jantung, ginjal, diabetes, hipertensi, dll).