PEMBENTUKAN RESILIENSI (RESILIENT FORMATION) PADA PENDERITA THALASSEMIA

Yudi Kurniawan (07320112)
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

Abstract

Thalassemia is a genetic disorder within haemoglobin formation that cause its patients were given blood transfusion along their life. It make thalassemia patients having difficulties for doing activity and self-actualization. Thalassemia patient in Indonesia increase rapidly within ten years lately (TEMPO magazine January 17th 2010 edition). This research have been used qualitative method with case study design. It is aimed for exploring resilient formation and resilient determinant within thalassamia patients. There are two respondents (thalassemia patient) attain the age of 19 and 20 years old who have been interviewed in this research. Data in this research were collected by indepth interview. Data were analysed using open and axial coding. Result in this research showed that resilience is formed by four resilient determinants. There are support from significant others, individual spiritual factor, competent factor, and goal-seeking. Resilient formation process consists of resilient determinant key factor, adaptive strategies, optimized resilient determinant, and moving forward. Trust and support from family are the key factor of resilient process and also be a resilient foundation for each respondent.

Keywords: Resilient formation, resilient determinant, thalassemia

PENGANTAR

Thalassemia adalah penyakit keturunan (genetik) yang terkait dengan pembentukan sel darah merah pada tubuh manusia. Penderita thalassemia tidak hanya kekurangan sel darah merah (hemoglobin), namun juga tidak memiliki sel darah merah yang sehat dalam jumlah cukup. Sel darah merah tersebut terbentuk tidak sempurna dan tidak mengandung cukup hemoglobin. Akibatnya, sel darah merah yang sakit tidak mampu memberikan oksigen yang diperlukan oleh tubuh penderita. Dampak fisik yang terlihat adalah penderita tidak sanggup melakukan
aktivitas fisik berat dan kulit yang menghitam akibat penumpukan zat besi pada tubuh (Lena, dkk, 1997).


Mayoritas penderita thalassemia memiliki fisik yang lemah dan tidak dapat berkembang seperti orang normal. Penderita juga harus menemui pengobatan dan transfusi darah sekali sebulan selama usia hidupnya. Walau pun saat ini kualitas pengobatan thalassemia semakin berkembang, masih banyak penderita yang menghabiskan waktu dengan berdiam diri dan tidak mampu mengaktualisasikan dirinya. Minimnya informasi tentang thalassemia juga membuat keluarga penderita cenderung tidak berani membiarkan penderita melakukan aktivitas fisik yang berat.

Menariknya berdasarkan penelusuran peneliti pada peguyusan thalassemia Yogyakarta, ada dua orang penderita thalassemia usia dewasa yang tetap mampu beraktivitas normal bahkan mampu melanjutkan pendidikan hingga pergutuna tinggi.
Kondisi kedua penderita ini membuat peneliti tertarik mengkaji secara psikologis terhadap faktor yang membantu mereka mampu bertahan dan bangkit dalam kondisi tidak menguntungkan. Apalagi peneliti belum menemukan referensi terkait penelitian thalassemia dalam konteks psikologis. Secara psikologis, individu yang mampu bangkit dari kondisi sulit dinamakan orang yang resilien. Sifat tersebut terkait dengan istilah resilien.

Karakteristik resilien muncul pada individu yang mampu meminimalisir faktor risiko yang timbul akibat peristiwa traumatik atau kondisi fisik yang tidak menguntungkan (cacat atau penyakit genetik) dengan mengotimalkan faktor protektif, sehingga ia bisa bangkit dari kondisi tidak menguntungkan. Individu yang resilien mampu menemukan aktualisasi dirinya. Apa yang ditemukan sebagai faktor protektif pada seseorang bisa saja menjadi faktor risiko bagi orang lain. Proses resilien yang terjadi pada setiap individu bisa bersifat unik (Rutter; Bogar&Killacky, 2006).


Peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana proses pembentukan resiliensi dan faktor penentu resiliensi apa saja yang terdapat pada penderita thalassemia. Maka peneliti menjadikan penelitian Bogar dan Killacky sebagai landasan teori utama karena kesamaan konteks penelitian. Penelitian ini penting karena bisa digunakan sebagai langkah kuratif (penolong) bagi penderita thalassemia. Hasil penelitian ini utama memang diperuntukkan bagi penderita thalassemia yang belum
bergant dari kondisi risiko agar mereka mampu mengaktualisasikan dirinya. Hal inilah yang menjadi latar belakang sekaligus tujuan dari penelitian ini.

TINJAUAN PUSTAKA

Rutter (Bogar dan Killacky, 2006) menjelaskan bahwa resiliensi adalah konsep psikologis yang merupakan kombinasi antara kepribadian dasar dengan pengaruh lingkungan, dimana kombinasi tersebut memberikan perlindungan bagi individu dari efek psikologis yang berbahaya akibat trauma atau tekanan yang sangat hebat.

Definisi lain diungkapkan oleh Wisner (Rodriguez & Aguirre, 2006). Ia memberikan penjelasan bahwa resiliensi adalah kemampuan "bounce back" (mengembalikan kembali) dan kembali pada fungsi normal sebagai individu. Individu yang resilien mampu menggunakan bantuan dari lingkungan untuk menyelesaikan masalah.

Bogar dan Killacky (2006) menjelaskan istilah resiliency determinant yang merujuk pada 5 faktor penentu yang membuat seseorang mampu bertahan pada situasi trauma dan menekan serta kembali pada kontinum normal sebagai manusia seutuhnya. Faktor penentu resiliensi (resiliency determinant) ini sama dengan faktor protektif, hanya saja kemunculannya lebih kasusistik sesuai dengan hasil penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Bogar dan Killacky. Lima faktor penentu tersebut adalah:

a) Intpersonally skilled

Kemampuan interpersonal adalah faktor pertama yang membuat seseorang mampu berinteraksi secara positif dengan orang lain. Kemampuan ini bisa menggiring kondisi psikologis individu pada kebahagiaan dan kesenangan.

b) Competent

Kompetensi adalah gabungan antara bakat dan kerja keras. Individu yang menggunakan bakat serta berusaha keras untuk terus mengasahnya, maka ia akan mampu menjadi individu yang berkompeten dan mampu bersaing secara positif dengan manusia lainnya.

c) High Self Regard

Setiap manusia pasti memiliki banyak kelemahan dalam dirinya. Namun dengan penerimaan diri yang positif, setiap kelemahan tersebut dapat tertutupi dengan kelebihan dan mampu menerima diri apa adanya.

d) Spiritual

Keyakinan spiritual menjadi penting untuk membentuk individu menjadi resilien karena keyakinan spiritual membuat manusia menemui peristiwa trauma mungkin terjadi di alam semesta ini.

e) Helpful Life Circumstance

Lingkungan yang mendukung juga sangat membantu seseorang

a) Coping Strategies


b) Refocusing and Moving On

Tahapan berikutnya adalah kembali pada fokus dan bergerak maju untuk mencari cara agar bisa meninggalkan peristiwa traumatis dan kembali pada kondisi normal.

c) Active Healing

Penyembuhan secara aktif dapat berupa memberikan sugesti-sugesti positif kepada diri sendiri dan visualisasi terhadap kebaikan yang ingin dicapai. Proses penyembuhan ini juga bisa dengan cara menge-

Oleh karena itu, Ganie (2005) menjelaskan bahwa bahwa secara psikologis, individu yang terkena thalassemia rentan mengalami guncangan dan ketidakseimbangan emosi akibat kondisi fisik yang lemah seumur hidupnya. Hal tersebut dapat dikurangi apabila ada dukungan keluarga atau pun faktor pendukung lain yang mampu membuat individu dengan thalassemia tetap beraktivitas layaknya individu tanpa thalassemia.

Menurut Isbisten dan Pittiglio (1999), jenis thalassemia dikelompokkan dalam tiga jenis yaitu:

a. Thalassemia Mayor


b. Thalassemia Intermedia


c. Thalassemia Minor

Orang dengan thalassemia jenis ini hanya mengalami anemia ringan dan asintomatik. Mereka bukan penderita namun pembawa sifat thalassemia yang akan diturunkan pada generasi setelahnya. Thalassemia adalah penyakit genetik yang lazim terdiagnosa ketika seseorang berusia kanak-kanak atau bahkan saat masih bayi. Pada masa
ini, individu secara mutlak membutuhkan perawatan, dukungan, dan penerimaan dari orang terdekatnya (keluarga dan orangtua) karena belum mampu untuk mencerna situasi secara abstrak. Grotberg (1999) juga memaparkan bahwa trust (kepercayaan) dari orang lain adalah fondasi bagi individu untuk melewati masa-masa penuh tekanan. Maka, dukungan dari lingkungan bisa menjadi faktor penentu pertama yang muncul pada penderita thalassemia yang resilien.

Berdasarkan pemaparan masalah dan kerangka teori, maka pertanyaan penelitian yang diajukan oleh peneliti adalah:

1. Apa saja faktor penentu resiliensi (resilient determinant) pada penderita thalassemia?
2. Bagaimana proses pembentukan resiliensi (resilient formation) pada penderita thalassemia?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian studi kasus. Metode kualitatif memutat peneliti untuk mengutamakan penjelasan yang cermat dalam melakukan analisis dan menyajikan temuan-nya. Prinsipnya adalah menjelaskan secara akurat tentang hal yang diteliti. Proses mengurangi dan menyusun materi ini merupakan seleksi dan interpretasi (Strauss & Corbin, 2003).

Responden dalam penelitian ini ditentukan dengan purposive sampling dimana pemilihan sampel sesuai dengan kebutuhan yang dikehendaki dalam penelitian. Subjek yang dipilih adalah orang-orang yang memiliki informasi khusus mengenai kasus yang diteliti (Newman, 2003). Adapun karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah:

1. Penderita thalassemia yang memiliki aktivitas rutin, seperti mengajar dan bekerja (aktivitas selain proses pengobatan dan transfusi darah).
2. Penderita thalassemia yang minimal telah lima tahun terdiagnosa thalassemia dan memenuhi kriteria individu yang resilien. Hal ini diketahui melalui proses wawancara terhadap kedua subjek. Batasan waktu lima tahun adalah asumsi bahwa individu telah mengembangkan tahapan atau proses untuk menjadi resilien dengan beberapa strategi penyelesaian masalah (Bogar & Killacky, 2006).

Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan metode wawancara mendalam. Metode ini lazim digunakan dalam pendekatan kualitatif karena memungkinkan peneliti melakukan
interaksi lebih dalam dan lebih dekat dengan subjek penelitian. Wawancara merupakan perangkat untuk memproduksi pemahaman situasional (situated understanding) yang bersumber dari episode-episode interaktional khusus (Denzin dan Lincoln, 2009).


HASIL DAN PEMBAHASAN
Faktor-Faktor Penentu Resiliensi
1. Dukungan dari Orang Terdekat

Dukungan dari orang terdekat merupakan bentuk modifikasi dari faktor helpful life circumstance yang terdapat pada teori acuan penelitian ini. Dukungan dari orang terdekat meliputi dukungan dan penerimaan dari keluarga inti (ayah, ibu, saudara), sahabat, pacar, dan guru. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan responden:


2. Spiritual

Spiritual adalah faktor yang terkait dengan keyakinan manusia yang menjadi kesatuan diri dengan alam semesta sehingga apapun yang terjadi adalah bentuk dari keharmonisan kehidupan. Dari hasil wawancara dengan responden pertama, faktor spiritual terdiri dari beberapa subfaktor seperti hubungan dengan Tuhan, penerimaan diri positif, dan refleksi diri. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan responden:

"Kalau aku memandangnya nggak sebagai ujian. Malah sebagai anugerah. Kalau kita memandangnya sebagai ujian, maka kita akan semakin lemah. Tapi kalau kita memandangnya sebagai anugerah, maka kita akan lebih semangat." (W1, SR, 370-374)

3. Kompetensi

Kompetensi adalah kemampuan yang merupakan kombinasi antara faktor kepribadian, minat, dan keahlian yang dimiliki oleh responden. Kompetensi ini terkait pada pola interaksi responden dengan orang lain dan bagaimana cara responden mengaktualisasikan diri. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan responden:

"Buat program. Terus desain grafis. Web desain, nullis cerpen, nullis puisi juga kadang-kadang... Ya, ada yang online di blog dan juga"
Pembentukan Resiliensi (Resilient Formation) Pada ..........Yudi

"ada yang di file komputer offline." (W1, SR, 78-79, 81-82)

4. Memiliki Cita-Cita

Faktor ini menjadi salah satu pembentuk resiliensi yang membuat responden terus bersemangat menjalani kehidupan karena ada yang ia cita-citakan. Cita-cita ini terkait dengan keinginan responden untuk mengembangkan keahliannya agar menjadi sesuatu yang bisa bermanfaat dan membuat dirinya mandiri secara finansial. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan responden penelitian:

"... Emm.. Bisnis...Software, desain. Masih berhubungan dengan komputer lah"(W1, SR, 415, 417-418)

Dinamika Pembentukan Resiliensi pada Responden Penelitian


Memasuki masa SMP, SR mulai mendapatkan penolakan dari teman sebayanya. Penolakan ini muncul akibat kesalahpahaman terhadap penyakit thalassemia. Apalagi saat SMP kondisi fisik SR mulai berubah, seperti kulit yang menghitam dan perut yang membesar. SR tidak pernah diacuhkan ketika ia ingin berbicara dengan teman-temannya. Ia bahkan selalu ditolak jika ada tugas sekolah yang harus diselesaikan secara berkelompok.


Ketika duduk di bangku SD, NN masih dalam kategori siswa yang mendapatkan peringkat bagus di kelasnya. Sama seperti responden pertama, NN tidak dapat mengikuti pelajaran olahraga karena hambatan fisik. Pada masa SD ini, NN sangat takut jika harus menjalani pengobatan dan transfusi darah. Bagi NN, proses tersebut sangat menyakitkan. Apalagi setiap hari ketika pulang sekolah, ia harus diberikan infus sebagai bagian dari pengobatan. Kondisi ini praktis membuat NN tidak dapat bermain bebas seperti teman-teman seusianya. Setiap pulang sekolah ia hanya ber-
diam diri di rumah karena harus diinfus. Ketakutan yang dihadapi NN ketika proses pengobatan dan transfusi darah hanya dapat hilang ketika ada orangtua yang menenangkannya.

Sejak awal terdiagnosis thalassemia, orangtua menjadi figur yang selalu memberikan dukungan bagi NN. Pada fase inilah dukungan dan penerimaan dari keluarga memegang peran yang sangat penting. Dukungan keluarga ini menjadi fondasi awal bagi kebangkitan mental responden di masa depan. Dukungan keluarga juga menjadi faktor penentu yang berasal dari lingkungan responden. Responden memang membutuhkan dukungan dan penerimaan dari orang-orang terdekatnya, terutama keluarga, karena ia belum bisa memahami penyakit thalassemia.

Keahlian yang telah dimiliki oleh responden membuat ia ingin menggelutinya secara lebih profesional di masa depan. Ia bercita-cita untuk bekerja pada bidang yang mereka senangi. NN ingin menjadi guru dan mengabdikan dirinya bagi dunia pendidikan. Sebagai seorang manusia, NN juga berkeinginan untuk membangun sebuah keluarga. NN sadar dengan risiko sebagai penderita thalassemia. Maka ia menginginkan ada proses pengecekan darah dengan pasangan sebelum pernikahan. Pada akhirnya, NN tetap pasrah kepada Sang pencipta, bahwa thalassemia yang diberikan kepada mereka ini adalah sebuah anugerah, bukan ujian.


Kemudian faktor spiritual tidak hanya dikaitkan dengan ritual ibadah, tapi lebih kepada perilaku responden yang memperlihatkan bahwa ia yakin dengan campur tangan Tuhan dalam kondisi dirinya serta mengenai efek kausalitas dari apapun perbuatan yang telah ia lakukan (Adz Zakiey, 2007). Kedua responden menyatakan bahwa
mereka yakin bahwa thalassemia adalah anugerah Tuhan yang diberikan dengan cara berbeda dari orang normal. Keyakinan ini membuat mereka bersyukur dan bisa menjalani kehidupan dengan menumbuhkan harapan baru. Spiritual termasuk dalam faktor penentu yang berasal dari diri responden (Within the child).


Pada acuan teori yang digunakan, faktor penentu kompetensi terkait dengan kemampuan khusus yang dimiliki oleh individu untuk membantu pengembangan potensi dirinya. Namun dalam penelitian ini, kompetensi terkait juga dengan kemampuan responden dalam menjalin relasi sosial.

Bagian pertama adalah kemampuan interpersonal yang termasuk dalam kategori protective factor within the child (Shonkoff & Meisels, 2000). Faktor penentu yang berasal dari dalam diri individu, terutama ketika individu tersebut beranjak dewasa, menjadi prediktor paling kuat dalam pembentukan resiliensi. Faktor penentu internal cenderung stabil dan kemunculannya tidak berdasarkan pengaruh lingkungan, melainkan keinginan internal dari responden. Kemampuan ini terkait juga dengan sikap asertif responden sehingga mereka mampu menyiapkan apa yang mereka rasakan kepada orang lain. Faktor ini membantu responden untuk menyelesaikan masalah trauma akibat pengobatan dan masalah penolakan dari teman-teman di sekolahnya.


Keadaan ini sesuai dengan pema-

Dinamika pembentukan resiliensi pada penderita thalassemia dapat dijabarkan dalam bagan berikut:

Gambar 1 Proses Pembentukan Resiliensi pada Penderita Thalassemia
Pembentukan Resiliensi (Resilient Formation) Pada Yudi


Kelemahan dalam penelitian ini adalah belum adanya data observasi
yang bisa dijadikan sebagai bahan analisis data. Peneliti memang tidak menjadi observer yang mengikuti aktivitas responden secara utuh. Jika ada data observasi yang bisa didapatkan, analisis dan pembahasan terhadap pembentukan resiliensi pada penderita thalassemia akan lebih komprehensif. Kelemahan kedua adalah tidak adanya data wawancara dari significant other. Meskipun wawancara dari significant other tidak sebagai data utama, kehadiran data ini bisa membantu validitas data yang didapatkan dari kedua responden.

KESIMPULAN


SARAN

Saran bagi responden dalam penelitian ini adalah tetap mempertahankan gaya hidup resilien dengan mengoptimalkan minat dan potensi mereka pada bidang tertentu. Pencapaian positif pada bidang tertentu akan me-
Pembentukan Resiliensi (Resilient Formation) Pada ..........Yudi

ningkatkan kepercayaan diri penderita thalassemia untuk berkompetisi dengan orang lain.


Resiliensi adalah kondisi psikologis yang terjadi dalam waktu relatif lama dan harus melalui beberapa tahapan. Oleh karena itu, menarik bagi peneliti berikutnya untuk meneliti pembentukan resiliensi dalam model penelitian jangka panjang (longitudinal) yang menggabungkan metode kualitatif (dengan tambahan observasi dan wawancara significant others) dan kuantitatif.

**DAFTAR PUSTAKA**


