

MOTIVASI HIDUP PADA PENDERITA LUPUS DEWASA

Aditya Widi Kristanto

TA. Prapancha Hary

LIFE MOTIVATION FOR ADULT LUPUS SUFFERER Aditya Widi Kristanto Abstract *The purpose of this research is to know about life motivation of lupus sufferer when an individual face difficult periods and comes up from the condition which is full limitation after the doctor diagnoses lupus disease. Subject of the research is someone who is attacked by lupus. The range of age is from 25 until 35. This research will be held at subject's house which is in Gombong sub distric, Kebumen district. The methods that are used are observation, interview and the use of triangulation technic to strengthen the result. The result of analyzing data is based on three aspect of motivation, it is concluded that having positive attitude, oriented on achievement of a goal, and streng that motivates an individual becomes one influence that supports life motivation for the subject. Keywords: Motivation, Lupus Sufferer*

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui motivasi hidup pada penderita lupus saat mengalami masa-masa sulit untuk tetap bertahan dengan lupus yang ada di dalam tubuhnya, serta bangkit dari keadaan yang penuh dengan keterbatasan-keterbatasan yang ada setelah didiagnosis lupus oleh dokter.

Subjek penelitian terdiri dari seseorang yang didiagnosis lupus, berusia 25-35 tahun. Penelitian ini dilakukan di kediaman subjek yang berada di Kecamatan Gombong, Kabupaten Kebumen. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara serta menggunakan tehknik triangulasi data sebagai penguat data yang diperoleh.

Hasil analisis data berdasarkan tiga aspek motivasi diperoleh kesimpulan bahwa memiliki sikap positif, berorientasi pada pencapaian suatu tujuan serta kekuatan yang mendorong individu menjadi salah satu pengaruh pendukung motivasi hidup pada subjek.

Kata Kunci : Motivasi, Penderita Lupus

PENDAHULUAN

Penyakit lupus sering membuat stres bahkan frustrasi para penderitanya karena sampai saat ini belum diketahui pasti penyebabnya. Gejala-gejala umum lupus mulai dari yang ringan hanya mengenai bagian kulit dan persendian, sampai gejala yang serius jika sudah menyerang organ vital, salah satu dampak penyakit lupus adalah kematian yang mengancam. Lupus bukan penyakit menular, tetapi penyakit kelainan antibodi. Sistem kekebalan tubuh (zat antibodi) justru menyerang diri sendiri dan menjadi perusak, karena kelebihan antibodi. Penyakit ini disebut *Autoimmune*, yaitu sistem kekebalan tubuh yang tidak mengenal teman atau lawan.

Di dunia kedokteran, jenis penyakit ini dikenal sejak tahun 1928, melalui seorang dokter kulit dari Prancis bernama Laurent Biett. Awalnya, penyakit ini dianggap sebagai penyakit kulit biasa. Gejalanya, timbul kemerahan di wajah, serta umumnya di sekitar hidung dan pipi. Pada tahun 1833, Cazenave menamakan penyakit dengan gejala tersebut sebagai *Erythema centrifugum*. Istilah itu berkembang menjadi penyebaran ruam yang menyerupai kupu-kupu di wajah (*butterfly rash*) yang diterbitkan pertama kali di Von Hebra tahun 1846. Tahun 1856, gejala kemerahan di wajah tersebut akhirnya digambarkan sebagai *Lupus erythematosus* (Savitri, 2005).

Pada tahun 1948, Dr. Malcolm Hargraves dari klinik Mayo di Amerika melaporkan lebih rinci mengenai sel *Lupus erythematosus* (LE). Penelitian itu mengindikasikan adanya sel LE di dalam darah pasien lupus yang akhirnya disebut sebagai sel. Penemuan ini menjadi pembuka jalan untuk menemukan lebih banyak kasus LE. Dari penelitian ini ditemukan kenyataan lain yang menarik. Antibodi yang pada tubuh normal berfungsi untuk menyerang kuman, pada pasien lupus justru produksinya meningkat secara berlebihan hingga menyerang organ tubuh yang sehat tanpa dapat dikendalikan. Seiring berjalannya waktu, penyakit ini lebih populer sebagai penyakit seribu wajah karena gejalanya sangat beragam, meyerupai demam dan terkadang seperti tifus. Gejala yang muncul tidak berdiri sendiri sebagai gejala dan bentuk penyakit lupus. Akhirnya, penyakit lupus diketahui tidak hanya menyerang bagian kulit luar, tetapi juga hampir seluruh organ tubuh bagian dalam. Dampak psikologis yang dapat terjadi saat vonis dokter menyatakan lupus telah menggerogoti tubuh, perasaan yang muncul adalah cemas, takut, marah, kesal dan stres. Rasa takut kehilangan pekerjaan dan orang-orang yang dicintai, rasa takut akan kematian. Data di Amerika menunjukkan insiden penyakit ini lebih tinggi di alami oleh ras Asia dibanding ras Kaukasia. Di Indonesia, jumlah penyakit lupus yang tercatat sebagai anggota YLI (Yayasan Lupus Indonesia) sebanyak 1068 orang per bulan September 2004. Jika dilakukan pendataan lebih jauh, diperkirakan penderitanya justru lebih besar dibandingkan di Amerika yang jumlahnya sekitar 1.500.000 orang (Savitri, 2005). Semua perilaku manusia pada hakikatnya mempunyai motivasi yang dapat bekerja secara sadar ataupun tidak sadar, yang dapat memberikan tujuan dan arah kepada perilaku. Setelah perbuatan itu dilakukan dan apabila sesuai dengan kebutuhan maka terjadilah keadaan seimbang dalam diri individu, dan timbul perasaan puas, senang dan sebagainya. Misal, ketika seorang individu divonis bahwa dirinya menderita penyakit akut maka individu tersebut akan berusaha mengembalikan kondisi tubuhnya ke dalam kondisi seimbang dengan cara berobat. Selama proses pengobatan, penderita harus memiliki keyakinan yang kuat, karena keyakinan itu sendiri merupakan hal yang penting dalam kehidupan setiap individu. Tingkah laku yang termotivasi mencakup suatu tujuan tertentu, jadi dapat dikatakan bahwa motivasi merupakan faktor penting untuk membangkitkan atau menggerakkan individu agar bertingkah laku sesuai dengan yang diharapkan oleh individu tersebut (Mala, 2011). Sebenarnya motivasi merupakan istilah umum yang menunjukkan pada sebuah proses gerakan termasuk situasi yang mendorong tujuan atau akhir dari gerakan atau perbuatan yang membangkitkan semangat hidup untuk mencapai suatu tujuan. Motivasi yang tinggi dapat berdampak positif bagi para penderita lupus karena tanpa motivasi yang baik, maka penderita lupus itu akan sulit untuk mempertahankan hidupnya. Motivasi atau semangat hidup itu sendiri merupakan hal yang sangat penting bagi seseorang yang menderita lupus untuk menjalani kehidupannya. Motivasi tersebut merupakan bentuk dorongan untuk melakukan sesuatu yang timbul dari dirinya sendiri maupun dengan bantuan pihak lain sebagai motivator bagi dirinya sendiri. Berdasarkan uraian di atas, seseorang yang menderita lupus membutuhkan motivasi hidup untuk tetap bertahan dengan kondisi dan keterbatasan yang dimiliki. Kemampuan penderita lupus dalam memotivasi diri membuat penulis tertarik untuk mengadakan suatu penelitian dengan judul "Motivasi Hidup Pada Penderita Lupus Dewasa".

Pengertian Motivasi Hidup

Motivasi dan motif adalah dua kata yang saling berhubungan secara etimologis, motif dalam bahasa inggris *motive*, berasal dari kata *motion*, yang berarti gerakan. Menurut Suryabrata (2005) motif adalah keadaan dalam setiap pribadi individu yang mendorong individu tersebut untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu guna mencapai suatu tujuan tertentu.

Selain motif, dalam psikologi juga dikenal istilah motivasi. Berawal dari kata motif itulah maka motivasi dapat diartikan sebagai suatu usaha yang disadari untuk memengaruhi tingkah laku individu agar tergerak hatinya untuk melakukan sesuatu sehingga akan mencapai hasil ataupun juga tujuan tertentu. Motivasi ini merupakan istilah yang lebih umum yang menunjuk pada proses gerakan, termasuk situasi yang mendorong perbuatan yang timbul dalam diri individu untuk mencari suatu kepuasan dalam tujuan hidup (Soubur, 2003). Menurut Maslow (dalam Alma, 2010), motivasi didasarkan oleh dua asumsi. Pertama, kebutuhan seseorang tergantung dari apa yang telah dipunyainya dan kedua, kebutuhan merupakan hirarki dilihat dari pentingnya. Menurut Maslow ada lima kategori kebutuhan manusia, yaitu: *Physiological needs*, *safety (security)*, *social (affiliation)*, *esteem (recognition)* dan *self actualization*. Bila suatu tingkat kebutuhan sudah terpenuhi, maka akan muncul tingkat kebutuhan yang lebih tinggi. Namun bukan berarti tingkat kebutuhan yang lebih rendah harus terpenuhi 100% atau sangat memuaskan. Berdasarkan beberapa uraian di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi hidup adalah suatu usaha yang disadari untuk memengaruhi tingkah laku individu agar bergerak hatinya untuk melakukan sesuatu sehingga mencapai suatu hasil atau tujuan tertentu guna mempertahankan hidupnya.

Pengertian Lupus

Istilah lupus berasal dari bahasa latin yang berarti anjing hutan atau serigala. Istilah *Erythematosus* dalam bahasa latin berarti kemerah-merahan. Pada saat itu, penyakit kelainan kulit kemerahan di sekitar hidung dan pipi diperkirakan karena gigitan anjing hutan. Oleh karena itu, penyakit ini diberi nama lupus. Istilah lupus dalam dunia kedokteran, dikenal dengan sebutan *Systemic lupus erythematosus*. Lupus juga dikenal sebagai penyakit *Autoimmune*. Pada manusia normal, sistem kekebalan tubuh biasanya akan membuat antibodi yang fungsinya melindungi tubuh dari berbagai macam serangan virus, kuman, bakteri maupun benda asing lainnya (*antigens*). Pada penyakit *Autoimmune* seperti lupus, sistem kekebalan seperti kehilangan kemampuan melihat perbedaan antara substansi asing dengan sel maupun jaringan tubuhnya. Lupus dikatakan *Great imitator* alias peniru ulung karena menyerupai penyakit lain (mimikri). Lupus juga bukan cuma satu jenis penyakit “yang bermukim” di sana, tetapi cukup banyak dan sangat heterogen. Gejala lupus mulai dari ringan sampai berat sendiri (Savitri, 2005). Lupus terjadi terutama pada wanita subur. Hasil akhir persalinan pada wanita penderita lupus umumnya baik, terutama jika lupus sedang dalam keadaan tenang saat konsepsi. Namun, pada beberapa bentuk lupus (terutama jika terdapat *Antibodi antifosfolipid*) dan jika kerusakan organ utama terlibat (terutama ginjal) dapat terjadi komplikasi kehamilan dan kerusakan organ lebih lanjut yang menghasilkan peningkatan *morbidity* dan bahkan *mortality* (Bothamley dan Boyle, 2011). Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa lupus adalah suatu penyakit *Autoimmune* yang sistem kekebalan seperti kehilangan kemampuan melihat perbedaan antara substansi asing dengan sel maupun jaringan tubuhnya sendiri.

Dinamika Psikologis antara Motivasi Hidup Pada Penderita Lupus Dewasa

Motivasi merupakan hal yang sangat penting bagi seseorang yang menderita penyakit lupus. Saat vonis dokter menyatakan *Systemic lupus erythematosus* (SLE) telah menggerogoti tubuh, tentu saja perasaan cemas, takut bahkan stres dapat muncul. Perasaan seperti itu normal karena siapa pun tentu tak ingin menjalani hidup dengan kesakitan. Banyak pasien lupus yang mengalami perubahan fisik seperti kehilangan kecantikan, bentuk tubuh, wajah dan kulit karena penyakit lupus. Kenyataan tersebut menimbulkan rasa frustrasi, depresi, stres bahkan menurunnya rasa percaya diri yang mengakibatkan penderita menghindari dari

lingkungan. Biasanya, pasien sukar bergaul dengan siapa pun apalagi dengan lawan jenis. Banyak pertanyaan yang mengganjal hati ketika pasien ingin menjalani kehidupan sosialnya. Baik perempuan maupun laki-laki yang menderita lupus mengalami tekanan emosional yang sama, yang berbeda hanya dari segi perasaan. Pasien lupus laki-laki lebih sensitif dari pasien lupus perempuan. Laki-laki dengan lupus akan mengalami kesulitan dalam melaksanakan pekerjaan yang berkaitan dengan pekerjaan fisik sehingga merasa tidak mampu lagi mencari penghasilan untuk keluarga (Savitri, 2005). Oleh karena itu, motivasi hidup sangat diperlukan bagi seseorang yang menderita lupus. Motivasi hidup itu sendiri sebagai bentuk dorongan untuk melakukan sesuatu yang dikehendaki, dengan kata lain motivasi merupakan penyemangat yang timbul dari dirinya sendiri ataupun dengan bantuan pihak lain sebagai motivator bagi dirinya sendiri.

METODOLOGI PENELITIAN

Subjek Penelitian

Peneliti akan menggunakan satu subjek penelitian untuk mendukung pelaksanaan penelitian. Kriteria subjek penelitian adalah sebagai berikut: 1. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan 2. Rentang usia 20-40 tahun 3. Positif didiagnosis lupus oleh dokter

Metode Pengumpulan Data

Metode yang paling umum digunakan dalam penelitian kualitatif adalah wawancara dan observasi. Kemampuan melakukan wawancara dan observasi merupakan kemampuan dasar yang perlu dimiliki oleh peneliti kualitatif. Dasar keterampilan wawancara dan observasi berperan besar dalam pelaksanaan metode-metode yang lebih praktis (Poerwandari, 2001).

Teknik Analisis Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data kualitatif, maka analisis yang dilakukan dengan kualitatif pula. Data yang diperoleh akan dijelaskan atau digambarkan dalam bentuk uraian-uraian atau pernyataan, sehingga penyelesaiannya merupakan hasil interpretasi dari data yang diperoleh. Menurut Miles (Maleong, 2010) adapun prosedurnya sebagai berikut: reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan teknik analisis data melalui koding.

HASIL PENELITIAN

Orientasi Kacah dan Pembahasan

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan subjek berjumlah satu orang yang menderita penyakit lupus dan dua informan sebagai pendukung kelengkapan data penelitian. Subjek tersebut bertempat tinggal di Kecamatan Gombong, Kabupaten Kebumen. Subjek penelitian berjumlah satu orang yang menderita penyakit lupus. Subjek merupakan warganegara Indonesia, berasal dari suku Jawa dan berdomisili di Gombong, Kebumen. Subjek berprofesi sebagai wiraswasta, subjek berusia 32 tahun, memiliki tinggi badan sekitar 160-165cm, berkulit sawo matang, berambut pendek berwarna merah kecoklatan. Subjek memiliki berat badan 85kg, berat badan tersebut setelah subjek menjalani kehidupan dengan lupus, hal tersebut disebabkan oleh obat yang dikonsumsi subjek. Sedangkan berat badan subjek sebelum didiagnosis lupus, maksimal hanya mencapai 65kg. Subjek sudah mengetahui fonis dokter yang menyatakan hidup subjek hanya sampai tahun 2015. Subjek adalah tipe orang yang supel, ramah, santun dan suka bercanda. Subjek memiliki satu orang anak yang kini duduk di bangku sekolah dasar. Subjek memiliki hobi membuat kue-kue serta makanan ringan.

Pembahasan

Penelitian ini mengemukakan tiga aspek motivasi. Masing-masing aspek diuraikan dalam beberapa kategori sebagai berikut:

1. Memiliki Sikap Positif Kemampuan untuk menerima apapun yang ada dalam diri baik itu penyakit ataupun tekanan yang berupa pandangan negatif dari lingkungan tentang perubahan pada fisik. Individu yang memiliki kemampuan untuk selalu berpikir maupun berperilaku positif dapat mengendalikan dirinya apabila sedang emosi, berpikiran buruk terhadap penilaian orang dan dapat mengatasi rasa takut, cemas, tertekan sehingga mendapatkan kehidupan yang tenang dan bahagia. Kemampuan mengatur mindset sangat diperlukan untuk selalu bersikap positif, karena ketika individu selalu berpikiran buruk tentang apa yang dilihat dan apa yang didengar akan mengakibatkan tidak ada yang dapat diterima dengan baik di tubuh. Sedangkan jika individu mampu mengatur mindsetnya untuk berpikiran positif, individu tersebut dapat bersosialisasi dengan baik terhadap lingkungan dan mendapatkan hidup yang tenang sehingga dapat menumbuhkan rasa percaya diri dalam diri individu untuk menikmati hidupnya.
2. Berorientasi Pada Pencapaian Suatu Tujuan Suatu tujuan sangat diperlukan untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik. Individu yang memiliki tujuan dalam hidupnya, akan lebih termotivasi untuk menjalani kehidupannya. Berpikir positif, mengetahui keterbatasan diri sendiri serta mampu mengukur keadaan tubuh merupakan hal yang harus dimiliki oleh individu dalam mencapai suatu tujuan yang ditargetkan.
3. Kekuatan yang Mendorong Individu Individu selalu membutuhkan kekuatan untuk menjalani kehidupannya, baik itu kekuatan dari dalam diri individu maupun kekuatan dari luar diri individu. Kekuatan dari dalam diri individu dapat berupa keinginan pribadi dari individu itu sendiri, sedangkan kekuatan dari luar diri individu dapat berupa keluarga maupun teman. Semua itu sangat berperan penting bagi individu untuk mencapai tujuan hidup yang lebih baik, karena dengan kehadiran kekuatan dari luar diri individu, individu merasa tidak sendiri menghadapi kendala yang ada dalam mencapai sebuah tujuan. Selain aspek dari motivasi tersebut, peneliti menemukan aspek religius dalam diri subjek. Setiap individu membutuhkan kekuatan yang mendorong dirinya untuk melakukan sesuatu dalam mencapai sebuah tujuan. Selain kekuatan dari luar maupun dari dalam diri individu tersebut, individu juga membutuhkan kekuatan religius untuk menjalani kehidupan dalam mencapai sebuah tujuan yang ditargetkan. Kekuatan religius tersebut sangat penting agar setiap individu dalam menjalani kehidupan tidak menuju ke jalan yang tidak dianjurkan dalam agama.

SIMPULAN

Hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan beberapa aspek yang dapat membentuk motivasi hidup pada penderita lupus sebagai berikut:

1. Memiliki sikap positif Melalui aspek ini subjek dapat menyikapi dengan positif kehidupannya yang berdampingan dengan lupus.
2. Orientasi pada pencapaian suatu tujuan Melalui aspek tersebut subjek dapat memunculkan optimisme pada diri subjek untuk mencapai tujuan.
3. Kekuatan yang mendorong individu Kekuatan terbesar yang dapat membuat subjek tetap semangat dalam menjalankan kehidupannya yang berdampingan dengan lupus adalah adanya anak yang dimiliki subjek.
4. Aspek religius Selain ketiga aspek tersebut, ada aspek lain yang dapat memotivasi subjek untuk tetap bertahan dengan lupus. Aspek itu adalah keyakinan yang dimiliki subjek kepada Tuhan yang Maha Esa. Keyakinan tersebut membuat subjek dapat menerima lupus dalam diri subjek sebagai anugerah dari Tuhan yang Maha Esa.

DAFTAR PUSTAKA

- Allifni, M. 2011. *Pengaruh Dukungan Sosial dan Religiusitas Terhadap Motivasi untuk Berobat Pada Penderita Kanker Serviks*. Skripsi (diterbitkan. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah).
- Azwar, S. 2009. *Metode Penelitian*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Bothamley, J., Boyle. M. 2011. *Patofisiologi dalam Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Chaplin, J.P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Chriasmawati, F. 2008. *Motivasi Untuk Sembuh pada Remaja Penyalahguna Narkoba ditinjau dari Dukungan Sosial*. Skripsi (tidak diterbitkan. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Khatolik Soegijapranata).
- Danim, S. 2004. *Motivasi (unsur, tipe dan tautannya dengan kepemimpinan)*. www.agungpia.multiplay.com. 21/01/2014
- Maleong, J.L. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakur.
- Poerwandari, K. 2001. *Penelitian Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Universitas Indonesia.
- Savitri, T. 2005. *Aku dan Lupus*. Jakarta: Puspa Swara.
- Soubur, A. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Suryabrata, S. 2005. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.