

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Resiliensi merupakan kapasitas individu untuk menghadapi, mengatasi, memperkuat diri, dan tetap melakukan perubahan sehubungan dengan ujian yang dialami Grotberg, (1995). Resiliensi menurut Richardson, (2002) adalah istilah psikologi yang digunakan untuk mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengatasi dan mencari makna dalam peristiwa seperti tekanan yang berat yang dialaminya, di mana individu meresponnya dengan fungsi intelektual yang sehat dan dukungan sosial. Resiliensi menurut Ungar, (2008) memiliki makna sebagai suatu kemampuan individu untuk mengatasi kesulitan dan melanjutkan perkembangan normalnya seperti semula.

Connor dan Davidson, (2003) menyatakan resiliensi sebagai suatu karakteristik multidimensional yang bervariasi terhadap konteks, waktu, usia, jenis kelamin, dan budaya asal serta karakteristik dalam diri individual dalam berbagai kejadian hidup. Menurut Wagnild dan Young (1993) resiliensi adalah kekuatan dari dalam diri individu yang menggambarkan keberanian dan kemampuan untuk beradaptasi dalam menghadapi kondisi sulit dan kemalangan yang menimpanya.

Berdasarkan uraian diatas penelitian ini mengacu pada teori Connor dan Davidson (2003), yang menyebutkan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu untuk mampu bangkit dari keterpurukannya, bangkit dari kesengsaraan hidupnya dan bangkit penderitaannya, dan tetap menjalankan kehidupannya, resiliensi sebagai suatu karakterisik multidimensional yang bervariasi terhadap konteks, waktu, usia, jenis kelamin, dan budaya asal serta karakteristik dalam diri individual dalam berbagai kejadian hidup,

2. Aspek-Aspek Resiliensi

Connor dan Davidson (2003), mengemukakan lima aspek yang membangun resiliensi, antara lain:

- a. Kompetensi personal, standar yang tinggi dan keuletan (*tenacity*) Keuletan menggambarkan sikap optimis, tidak mudah putus asa dan berani atau mampu mencapai tujuan walaupun dalam situasi yang penuh dengan tekanan.
- b. Percaya pada diri sendiri, toleransi pada emosi negatif dan tegar menghadapi stres. Aspek ini menggambarkan seseorang yang resilien adalah orang yang mampu tetap fokus pada pekerjaan atau tugas walaupun sedang mengalami masalah dan meyakini kemampuannya mengatasi masalahnya tersebut.
- c. Penerimaan yang positif terhadap perubahan dan menjalin hubungan yang aman dengan orang lain. Hal ini menggambarkan perlunya kemampuan beradaptasi terhadap situasi baru dan menjalin serta saling memberikan dorongan motivasi dengan orang lain.

- d. Kontrol diri, kemampuan dalam mengatur perilaku dan perasaan atau emosi ketika menghadapi masalah. Seseorang yang memiliki kontrol diri yang baik mampu untuk mengendalikan perasaan emosinya meskipun dalam keadaan sulit
- e. Spiritualitas, meyakini adanya Tuhan dan mampu mengambil hikmah dari bencana atau permasalahan yang dialami.

Resiliensi menurut Reivich & Shatte (Amalia, 2015) mencakup tujuh aspek, yaitu:

- a. Regulasi emosi, adalah kemampuan untuk tetap tenang dalam kondisi yang penuh tekanan. Individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah. Pengekspresian emosi, baik negatif ataupun positif, merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat. Pengekspresian emosi yang tepat merupakan salah satu kemampuan individu yang resilien.
- b. Pengendalian impuls, merupakan kemampuan mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang. Individu dengan pengendalian impuls rendah sering mengalami perubahan emosi dengan cepat yang cenderung mengendalikan perilaku dan pikiran. Individu mudah kehilangan kesabaran, mudah marah, impulsif, dan berlaku agresif pada situasi situasi kecil yang tidak terlalu penting,

sehingga lingkungan sosial di sekitarnya merasa kurang nyaman yang berakibat pada munculnya permasalahan dalam hubungan sosial.

- c. Optimisme, individu yang resilien adalah individu yang optimis. Individu memiliki harapan di masa depan dan percaya dapat mengontrol arah hidupnya. Dibandingkan dengan individu yang pesimis, individu yang optimis lebih sehat secara fisik, tidak mengalami depresi, berprestasi lebih baik di sekolah, lebih produktif dalam kerja, dan lebih berprestasi dalam olahraga. Optimisme mengimplikasikan bahwa individu percaya dapat menangani masalah-masalah yang muncul di masa yang akan datang.
- d. Empati, menggambarkan bahwa individu mampu membaca tanda-tanda psikologis dan emosi dari orang lain. Empati mencerminkan seberapa baik individu mengenali keadaan psikologis dan kebutuhan emosi orang lain.
- e. Analisis penyebab masalah, yaitu merujuk pada kemampuan individu untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab penyebab dari permasalahan individu. Jika individu tidak mampu memperkirakan penyebab dari permasalahannya secara akurat, maka individu akan membuat kesalahan yang sama.
- f. Efikasi diri, merupakan keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Efikasi diri juga berarti meyakini diri sendiri mampu berhasil dan sukses. Individu dengan efikasi diri tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak akan menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakan itu tidak berhasil. Individu yang memiliki efikasi diri yang

tinggi akan sangat mudah dalam menghadapi tantangan. Individu tidak merasa ragu karena memiliki kepercayaan yang penuh dengan kemampuan dirinya. Individu ini akan cepat menghadapi masalah dan mampu bangkit dari kegagalan yang dialami.

- g. Peningkatan aspek positif. Resiliensi merupakan kemampuan yang meliputi peningkatan aspek positif dalam hidup. Individu yang meningkatkan aspek positif dalam hidup, mampu melakukan dua aspek ini dengan baik, yaitu: (1) mampu membedakan risiko yang realistis dan tidak realistis, (2) memiliki makna dan tujuan hidup serta mampu melihat gambaran besar dari kehidupan. Individu yang selalu meningkatkan aspek positifnya akan lebih mudah dalam mengatasi permasalahan hidup, serta berperan dalam meningkatkan kemampuan interpersonal dan pengendalian emosi.

Berdasarkan uraian aspek-aspek diatas maka peneliti akan menggunakan aspek-aspek berdasarkan aspek Cannor dan Davidson (2003) yaitu, kompetensi personal, percaya pada diri sendiri, penerimaan yang positif, kontrol diri, spiritualitas.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi

Everall (2006) mengemukakan ada tiga faktor yang mempengaruhi resiliensi, yaitu:

- a. Faktor individual, faktor individual meliputi kemampuan kognitif individu, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial yang dimiliki individu.

- b. Faktor keluarga, faktor keluarga meliputi dukungan yang bersumber dari orang tua, yaitu bagaimana cara orang tua untuk memperlakukan dan melayani anak. Selain dukungan dari orang tua struktur keluarga juga berperan penting bagi individu.
- c. Faktor komunitas, faktor komunitas meliputi kemiskinan dan keterbatasan kesempatan kerja.

Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi Menurut Holaday & Phearson, (1997) ada tiga faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi, yaitu:

1. *Psychological Resources* termasuk di dalamnya *locus of control internal*, empati dan rasa ingin tahu, cenderung mencari hikmah dari setiap pengalaman, dan selalu fleksibel dalam menghadapi situasi.
2. *Social Support* termasuk di dalamnya pengaruh budaya, dukungan komunitas, individu, keluarga. Budaya dan komunitas dimana individu tinggal juga dapat mempengaruhi resiliensi.
3. *Cognitive Skills* termasuk di dalamnya intelegensi, gaya *coping*, kemampuan untuk menghindarkan diri dari menyalahkan diri sendiri, kontrol personal, dan spritualitas.

Dukungan sosial dari beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi dukungan sosial terdapat di faktor keluarga, yang dimana faktor keluarga meliputi dukungan yang bersumber dari orang tua, struktur keluarga dan juga orang-orang yang berada disekitar lingkungan. Karena faktor keluarga berperan penting bagi dukungan sosial individu.

B. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan sosial

Sarafino (1998) yang menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu kesenangan yang dirasakan sebagai perhatian, penghargaan dan pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok. Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley, (1988) dukungan sosial adalah diterimanya dukungan yang diberikan oleh orang-orang terdekat individu meliputi dukungan keluarga, dukungan pertemanan, dan dukungan dari orang-orang yang berarti disekitar individu.

Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, dimana hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya, Kumalasari dan Ahyani 2012.

Menurut House (1994) dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosional, penghargaan dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan. Menurut Johnson & Jhonson (1991), Dukungan sosial didefinisikan sebagai keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan.

Taylor, (2000) menjelaskan, dukungan sosial akan lebih berarti bagi seseorang apabila diberikan oleh orang-orang yang memiliki hubungan signifikan dengan individu yang bersangkutan, dengan kata lain, dukungan tersebut diperoleh dari orangtua, pasangan (suami atau istri), anak dan kerabat keluarga lainnya. Johnson dan Jhonson (1991) juga mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah suatu usaha pemberian bantuan kepada individu dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan mental, meningkatkan rasa percaya diri, doa, semangat atau dorongan, nasihat serta sebuah penerimaan.

Berdasarkan uraian diatas dukungan sosial adalah keberadaan, keperdulian dari orang-orang sekitar yang dapat diandalkan dan juga selalu ada untuk menyayangi dan menghargai kita, maka berdasarkan itu peneliti akan menggunakan teori dari Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1998).

2. Aspek-aspek Dukungan sosial

Menurut Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley, (1988) ada 3 aspek dukungan sosial yaitu,

1. Dukungan keluarga (family support) atau bantuan-bantuan yang diberikan oleh keluarga terhadap individu seperti membantu dalam membuat keputusan maupun kebutuhan secara secara emotional
2. Dukungan teman (friends support) atau bantuan-bantuan yang diberikan oleh teman-teman individu seperti membantu dalam kegiatan sehari-hari maupun bantuan dalam bentuk lainnya.

3. Dukungan orang yang istimewa (significant other support) atau bantuan-bantuan yang diberikan oleh seseorang yang berarti dalam kehidupan individu seperti membuat individu merasa nyaman dan merasa dihargai.

Menurut Sarafino (1998) ada 4 aspek dukungan sosial yaitu,

1. Dukungan emosional. Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluhan orang lain
2. Dukungan penghargaan. Dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain.
3. Dukungan instrumental. Bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas - tugas tertentu
4. Dukungan yang bersifat informasi ini dapat berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan.

Berdasarkan uraian-uraian aspek di atas maka peneliti akan menggunakan aspek-aspek dari Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1998).

C. Gagal Ginjal Terminal

Gagal ginjal terminal terjadi bila fungsi ginjal sudah sangat buruk dan penderita mengalami gangguan metabolisme protein, lemak dan karbohidrat. Ginjal yang sakit tidak bisa menahan protein darah (albumin) yang seharusnya dilepaskan ke urine awalnya terdapat dalam jumlah sedikit (mikro-albuminuria). Gagal ginjal terminal adalah kerusakan fungsi ginjal yang progresif, yang berakhir fatal pada uremia (kelebihan urea dan sampah nitrogen lain didalam darah). (Bangkit 2013). Gagal ginjal terminal merupakan gangguan fungsi renal yang progresif dan irreversible dimana kemampuan tubuh gagal untuk mempertahankan metabolisme dan keseimbangan cairan dan elektrolit (Brunner & Suddarih, 2002).

Gagal ginjal terminal ginjal tahap akhir (*end stage*) adalah tingkat gagal ginjal yang dapat mengakibatkan kematian kecuali jika dilakukan terapi pengganti (Perhimpunan Nefrologi Indonesia, 2003). Selanjutnya gagal ginjal adalah suatu keadaan klinis yang ditandai dengan penurunan fungsi ginjal yang bersifat irreversible, pada suatu derajat yang memerlukan terapi ginjal yang tetap, berupa dialisis atau transplantasi ginjal (Tandi, 2014). Gagal ginjal kronik (GGK) merupakan masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia dan kini diakui sebagai suatu kondisi umum yang dikaitkan dengan peningkatan risiko penyakit dan GGK (Ratnawati, 2014). Berdasarkan estimasi Badan Kesehatan Dunia (WHO), secara global lebih dari 500 juta orang mengalami penyakit gagal ginjal kronik. Sekitar 1,5 juta orang harus menjalani hidup bergantung pada cuci darah (hemodialisis). (Ratnawati 2014).

Gagal ginjal kronik terbagi menjadi empat stadium berdasarkan laju filtrasi glomerulus (LFG) diantaranya adalah,

1. Gagal ginjal kronik ringan : LFG 30 – 50 ml/menit
2. Gagal ginjal kronik sedang : LFG 10 – 29 ml/menit
3. Gagal ginjal berat : LFG <10 ml/menit
4. Gagal ginjal terminal LFG <5 ml/menit



D. Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Penderita Gagal Ginjal Terminal

Gagal ginjal terminal merupakan tahap paling akhir dari penyakit gagal ginjal. Kondisi fisik yang terus menurun pada penderita gagal ginjal terminal pada umumnya akan jauh menurun terlihat dari fisik penderita gagal ginjal seperti menurunnya berat badan, warna kulit yang berubah menjadi memucat dan juga pastinya stamina yang menurun. Pada tahap ini mewajibkan penderita gagal ginjal terminal untuk selalu mendapatkan perawatan medis, seperti selama hidupnya harus selalu bergantung pada obat-obatan dan juga menjalani terapi, penderita gagal ginjal terminal setidaknya harus melakukan 2 hingga 3 kali hemodialisa setiap minggunya. Ketergantungan penderita gagal ginjal akan hemodialisa menyebabkan penderitanya harus mengatur ulang pola hidup sehatnya, selain itu juga penderita gagal ginjal harus selalu menjaga stamina ketahanan tubuhnya. Banyak perubahan yang harus dialami penderita gagal ginjal, mulai dari perubahan pola hidup, perubahan aktivitas sehari-hari. Pada tahap ini, pasien diwajibkan untuk melakukan pengobatan rutin diantaranya dengan dialisa Carpentez & Lazarus, 1998 (Kartika, 2012).

Untuk terus mempertahankan hidupnya, penderita gagal ginjal terminal harus bergantung pada terapi medis, seperti hemodialisa (cuci darah), biaya yang tinggi serta resiko kematian yang tinggi, yang mana hal ini turut berdampak pada masalah-masalah psikologis seperti stress, cemas, depresi dan putus asa. Namun sebenarnya penderita gagal ginjal terminal mampu membuat caranya sendiri agar dapat bangkit dari tekanan yang dialami dalam dirinya dan menjadi individu yang

dapat menjalankan hidupnya sama seperti sebagaimana individu lain yang sehat secara psikologis. Gutman (Kartika, 2012) menanyakan bahwa istilah untuk kondisi yang sulit yang akhirnya menghasilkan suatu kesuksesan, dalam hal ini beraktivitas seperti kebanyakan orang, disebut dengan resiliensi.

Grotberg (1995), berpendapat bahwa resiliensi merupakan kapasitas individu untuk menghadapi, mengatasi, memperkuat diri, dan tetap melakukan perubahan sehubungan dengan ujian yang dialami. Resiliensi sangat berperan penting dalam proses penerimaan atau adaptasi penderita gagal ginjal dalam menghadapi kondisi kesehatannya hingga penderita mampu kembali menjalin aktifitasnya sehari-hari seperti biasanya dengan baik. Penderita gagal ginjal dapat mengatasi stres yang dialami dengan resiliensi yang dimiliki. Orang yang resilien akan mampu bertahan dengan kehidupannya yang tertekan ataupun kesedihan dan tidak meneunjukan suasana hatinya yang negatif secara terus menerus dan juga berlebihan. Apabila resiliensi dalam diri seseorang itu tinggi ataupun meningkat, maka ia mampu untuk menghadapi masalah-masalah apapun yang terjadi dengan dirinya, dan juga mampu meningkatkan potensi-potensi dalam dirinya, munculnya rasa optimis yang tinggi, muncul keberanian.

Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley, (1988) mengemukakan 3 aspek dukungan sosial diantaranya, dukungan keluarga dukungan ini melibatkan bantuan-bantuan yang diberikan oleh keluarga terhadap individu seperti membantu dalam membuat keputusan maupun kebutuhan secara secara emotional. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan bersedia mendengarkan keluh kesah individu. Pada aspek dukungan keluarga pengaruh terhadap resiliensi

yaitu individu dapat berbagi beban, dan berbagi pemikiran saling bertukar pemikiran sehingga penderita merasa seolah-olah bebannya berkurang, dan individu akan lebih mudah menentukan apa yang harus ditentukan. Dukungan teman dukungan ini melibatkan bantuan-bantuan yang diberikan oleh teman-teman individu seperti membantu dalam kegiatan sehari-hari maupun bantuan dalam bentuk lainya. Pada dukungan teman pengaruh terhadap resiliensi ialah penderita dapat berbagi tugas kegiatan sehari-harinya, sehingga penderita dapat menerima dan merasakan keringanan dan kelegahan atas kegiatan-kegiatan yang biasa individu lakukan sehari-hari, selain itu juga penderita dapat lebih mudah untuk menjalani kehidupannya. Dukungan orang yang istimewa, meliputi bantuan-bantuan yang diberikan oleh seseorang yang berarti dalam kehidupan individu seperti membuat individu merasa nyaman dan merasa dihargai. Pada dukungan orang yang istimewa, pengaruh terhadap tingkat resiliensi ialah individu dapat merasakan nyaman dan dihargai terlebih apabila penderita menerima hal tersebut dari orang yang istimewa bagi penderita.

Selain itu juga didukung oleh hasil penelitian sebelumnya seperti hasil penelitian dari Hadiningsih (2014) Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta, alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial dan skala resiliensi. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*, pada penelitian ini didapatkan hasil yaitu terdapat adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja di Panti Asuhan keluarga Yatim Muhammadiyah Surakarta,

dukungan sosial berperan sebesar 32,9% dan koefisien determinan (r^2)= 0,329 dalam mempengaruhi resiliensi remaja di panti asuhan, tingkat dukungan sosial tergolong tinggi dan tingkat resiliensi tergolong tinggi. Selain itu juga didukung hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kartika (2012) Resiliensi pada penderita gagal ginjal terminal ditinjau dari dukungan sosial dan kebermaknaan hidup, alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*, pada penelitian ini didapatkan hasil yaitu terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi, dukungan sosial berperan sebesar 26,6 % dan koefisien determinan (r^2)= 0,266 dalam mempengaruhi resiliensi, tingkat dukungan sosial tergolong sedang dan tingkat resiliensi tergolong sedang.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa dengan adanya aspek-aspek diatas dapat meningkatkan resiliensi seseorang. Bagi penderita gagal ginjal mendapatkan dukungan-dukungan dari aspek-aspek diatas sangatlah penting, terutama pada saat proses adaptasi dengan kondisi kehidupannya yang baru diketahuinya, karena dengan kondisi kesehatan yang tidak sehat seperti dahulu lagi, akan membuat penderita menjadi terpuruk dengan kehidupannya, maka dengan begitu dukungan-dukungan sosial sangatlah berharga untuk memotivasi kehidupannya agar tetap dapat terus berjuang dan terus menjalani kehidupannya seperti biasanya, sebagaimana orang-orang yang sehat secara medis ataupun psikologis.

E. Hipotesis

Ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dan resiliensi pada penderita gagal ginjal, semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima individu maka semakin tinggi tingkat resiliensi individu.

