



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 17%

Date: Wednesday, December 11, 2019

Statistics: 722 words Plagiarized / 4235 Total words

Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

LEVEL STRES DAN STRATEGI COPING PADA CAREGIVER STROKE RUMAH SAKIT PELAMONIA Level Stress and Coping Strategy Caregiver Stroke in Pelamonia Hospital Makassar Yunitia Insani¹, Nurmulia Wunaini² STIKES PELAMONIA KESDAM VII WIRABUANA (insanitya2689@gmail.com, Jalan Garuda No. 3 AD Makassar Sulawesi Selatan) ABSTRAK Stroke sering terjadi secara tiba-tiba dan tidak terprediksi.

Selain membawa dampak psikologis bagi pasien itu sendiri, stroke juga membawa dampak bagi keluarga pasien. Menurut data Riset Kesehatan Dasar 2013, prevalensi stroke di Indonesia 12,1 per 1.000 penduduk. Data yang didapatkan dari Rumah Sakit Pelamonia mengenai jumlah pasien stroke selama tahun 2018 sebanyak 2379 orang.

Agar pasien stroke dapat melangsungkan kehidupannya maka diperlukan seseorang yang dapat membantu segala aktivitasnya yakni caregiver. Beban caregiver mengacu pada perasaan negatif dan ketegangan yang dialami seseorang ketika merawat seseorang yang stroke. Desain penelitian yang digunakan adalah mix method (kualitatif dan kuantitatif) untuk menggali informasi secara mendalam mengenai level dan strategi coping stres caregiver pasien stroke yang menjalani pengobatan di Rumah Sakit TK.

Il Pelamonia Makassar dengan pendekatan studi kasus melalui pengisian kuesioner dan wawancara mendalam. Alasan pemilihan lokasi penelitian ini adalah tingginya jumlah pasien stroke di Rumah Sakit TK. Il Pelamonia Kota Makassar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa caregiver pasien stroke di Rumah Sakit TK. Il Pelamonia Makassar menggunakan strategi coping yang berpusat pada masalah dan emosi.

Strategi coping yang berpusat pada masalah dilakukan melalui menyanyi, mengobrol dengan tetangga, menangis, dan mengatur waktu untuk aktifitas lainnya. Strategi

coping yang berpusat pada emosi dilakukan melalui mencari dukungan sosial dari keluarga, menganggap bahwa menjadi caregiver adalah bentuk pengabdian dan kewajiban kepada pasien, bersabar dan tidak berputus asa, dan menjadikannya sebagai upaya untuk memperoleh ladang pahala dari Tuhan.

Kata kunci : Coping caregiver, stroke, level stres ABSTRACT Strokes often occur suddenly and unpredictably. Besides bringing psychological effects to the patient itself, stroke also has an impact on the patient's family. According to the 2013 Basic Health Research Data, the prevalence of stroke in Indonesia is 12.1 per 1,000 population.

Data obtained from the Pelamonia Hospital regarding the number of stroke patients during 2018 were 2379 people. In order for stroke patients to carry out their lives, it is necessary to have someone who can help all their activities namely caregivers. Caregiver burden refers to the negative feelings and tension experienced by someone when treating someone who has a stroke.

The research design used was a mix method (qualitative and quantitative) to explore in depth information about the level and coping strategies of stress caregiver for stroke patients undergoing treatment at Pelamonia Hospital with a case study approach through questionnaires and in-depth interviews. The reason for choosing the location of this study is the high number of stroke patients at Pelamonia Hospital, Makassar City.

The results showed that the caregiver of stroke patients at Pelamonia Hospital uses coping strategies that focus on problems and emotions. Coping strategies that focus on problems are done through singing, chatting with neighbors, crying, and arranging time for other activities. Coping strategies that focused on emotions are done through seeking social support from families, assuming that being a caregiver is a form of devotion and obligation to patients, being patient and not giving up, and making it an effort to obtain a reward field from God.

Keywords: Coping caregiver, stroke, level stress

PENDAHULUAN Stroke sering terjadi secara tiba-tiba dan tidak terprediksi. Selain membawa dampak psikologis bagi pasien itu sendiri, hal ini juga membawa dampak bagi keluarga pasien. Penyakit stroke merupakan penyebab kematian nomor tiga di dunia dan penyebab paling sering kecacatan pada orang dewasa.

(Fajriyati, 2017) Stroke tidak mengenal batas dimana setiap 2 detik seseorang di dunia mengalami stroke. Secara global seseorang meninggal karena penyebab utama kecacatan ini setiap 5 detik, mengakhiri 6,4 juta nyawa setiap tahunnya. (Julianti, 2015) Individu yang terkena stroke mengalami penurunan aktivitas baik secara fisik, mental maupun sosial yang mengakibatkan individu tersebut tidak mampu lagi untuk menjalankan kegiatannya sehari-hari secara mandiri.

Agar pasien stroke dapat melangsungkan kehidupannya maka diperlukan seseorang yang dapat membantu segala aktivitasnya. Seseorang yang menyediakan bantuan bagi penderita penyakit kronis seperti stroke disebut caregiver. (Ayuningputri & Maulana, 2013) Pada kasus stroke, caregiver harus menemani pasien selama hampir 24 jam untuk memenuhi segala kebutuhan pasien peran keluarga.

Beban caregiver mengacu pada perasaan negatif dan ketegangan yang dialami seseorang ketika merawat seseorang yang sakit kronis stroke, salah satu masalah kesehatan masyarakat, merupakan penyebab utama kecacatan jangka panjang. Perawatan stroke komprehensif atau perawatan holistik membutuhkan perawatan yang sangat efektif. Oleh karenanya, caregiver memainkan peran penting dalam rehabilitasi pasca stroke. Selain itu, rawat inap juga memberi beban pada pasien.

Caregiver pasien dengan penyakit neurologis telah ditemukan memiliki risiko isolasi sosial yang lebih tinggi, beban emosional dan penurunan kualitas hidup. (Astuti, 2010) Penelitian yang dilakukan oleh Kristina Adi Nugraha dari Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Keperawatan dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan pengasuhan penderita stroke hemoragik di RSUD Soediran Mangun Sumarso Wonogiri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa caregiver memiliki strategi coping yang baik berupa emotional focused coping dan problem focused coping yakni dimana kecerdasan emosional yang baik akan berpengaruh pada coping yang dilakukan misalnya dengan mengelola emosi agar lebih sabar. (Wijanarko & Ediati, 2016) Sejalan dengan itu, juga penelitian Fahrunnisa dari Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta dilakukan untuk mengetahui kondisi stres dan strategi coping yang digunakan oleh caregiver yang merawat pasangan yang terkena stroke.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa religious coping membantu dalam menangani pasien stroke dan strategi lain dipengaruhi oleh dukungan sosial dan kondisi ekonomi yang melatarbelakangi subjek. Subjek penelitian ini terbatas hanya 4 orang yang terdiri dari pasangan pasien stroke dan significant person yang berjenis kelamin wanita sehingga tidak menunjukkan hasil yang sifatnya umum atau berlaku untuk semua jenis kelamin.

(Yuliasari, Wahyuningsih, & Sulityarini, 2018) Data yang didapatkan dari Rumah Sakit Pelamonia mengenai jumlah pasien stroke selama tahun 2018 sebanyak 2379 orang. Agar pasien stroke dapat melangsungkan kehidupannya maka diperlukan seseorang yang dapat membantu segala aktivitasnya yakni caregiver. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengukur level stres dan bentuk-bentuk strategi coping pada caregiver pasien stroke di Rumah Sakit Pelamonia, maka penelitian ini diharapkan mampu menjadi rujukan intervensi bagi pihak rumah sakit untuk membantu caregiver dalam menangani stresnya saat merawat pasien stroke.

Maka dengan mempertimbangkan data-data tersebut, kami selaku peneliti akan meneliti mengenai pengalaman stres dan strategi coping caregiver pasien stroke yang memperoleh pengobatan di Rumah Sakit Pelamonia. METODE Desain penelitian ini adalah mix method (kuantitatif dan kualitatif) untuk mengukur level stres dan menggali informasi secara mendalam mengenai strategi coping stres caregiver pasien stroke yang menjalani pengobatan di Rumah Sakit TK. II Pelamonia Makassar tahun 2019 dengan pendekatan studi kasus.

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Pelamonia yang berlokasi di Jalan Jend. Sudirman No.27, Kota Makassar, Sulawesi Selatan pada tanggal 18 Juni 2019 hingga 27 Juli 2019 dengan jumlah populasi dari Januari hingga April 2019 sebanyak 133 pasien rawat inap dan 556 pasien rawat jalan.

Hasil penelitian kuantitatif dianalisis menggunakan SPSS dan kualitatif menggunakan analisis tematik dan disajikan dalam bentuk tabel dan teks naratif. Hasil penelitian kuantitatif diukur dari 46 responden yang mengisi kuesioner DASS khusus untuk pertanyaan terkait level stres. Hasil penelitian kualitatif diukur dari hasil wawancara 8 orang informan kunci. Sementara data sekunder dari data pasien stroke di Rumah Sakit Pelamonia.

Informan kunci dalam penelitian ini adalah caregiver atau penjaga informal pasien stroke yang tidak menerima pendidikan sebagai tenaga caregiver yakni anggota keluarga pasien. HASIL Tabel 1. Karakteristik Responden (Kuantitatif) Jenis Kelamin _N _% _Laki-laki_5_10.9 __Perempuan_41_89.1 __Total_46_100.0 __Pendidikan

akan menjaga pasien seperti biasanya.

_ _Perencanaan _Sebagian besar responden tidak membuat rencana khusus jika sewaktu-waktu menghadapi stres. Sebagian responden menanggapi dengan santai tanpa banyak pertimbangan rencana sebelumnya. Bagi responden menjadi caregiver sudah menjadi tanggung jawabnya sebagai keluarga sehingga tidak perlu perencanaan khusus.

Namun ada pula beberapa informan yang karena pernah stres selama menjaga sehingga sudah terbiasa dengan coping yang sebelumnya pernah dilakukan seperti tidur, tidak menghiraukan, membiarkan saja, menonton tv, bermain dengan anak, atau mengobrol dengan tetangga. _ _Penundaan terhadap aktifitas lain yang saling bersaing _Beberapa cara yang dilakukan oleh responden dalam usaha untuk menunda terhadap aktifitas lain yang sifatnya bersaing misalnya diganti oleh saudara, mengatur waktu sebaik mungkin, menyelesaikan pekerjaan caregiver lebih pagi dari biasanya, meniggalkan aktifitas lain jikalau dirasa tidak bisa meninggalkan pasien, ataupun sebaliknya akan meninggalkan pasien jika dirasa ada aktifitas lain yang sifatnya lebih mendesak.

_ _Pengekangan diri _Sebagian besar dari mereka tidak membuat kiat atau cara khusus untuk melatih diri mengontrol atau mengendalikan diri agar mengatasi sumber stres selama menjaga pasien, kalaupun ada biasanya hanya seperti membiarkan saja, ambil jeda untuk tidur atau beristirahat, bersabar, atau menasihati pasien untuk bersabar menghadapi penyakit yang dideritanya.

_ _Mencari dukungan sosial secara instrumental _Sebagian besar informan memperoleh bantuan berupa bantuan merawat pasien, dibantu oleh keluarga dalam mengurangi beban caregiver sehari-hari seperti memasang popok, makanan, pakaian, pemberian uang pengobatan, dan pengantaran ke rumah sakit. _ _ Tabel 4. Hasil Wawancara tentang Perilaku Coping Stres Caregiver Pasien Stroke yang Berorientasi pada Emosi (emotion focused coping) di Rumah Sakit TK.

II Pelamonia Makassar Perilaku Coping _Hasil Wawancara _ _Mencari dukungan sosial secara emosional _Sebagian besar informan mendapat bantuan emosional dari orang lain dalam menyelesaikan pemicu stres seperti mendapat perhatian, kepedulian dan empati pada caregiver agar bersabar. _ _Reinterpretasi positif _Beberapa bentuk reinterpretasi positif yang dilakukan informan adalah menguatkan diri atas kondisi pasien dengan menganggap bahwa dengan menjadi caregiver adalah bagian dari bentuk pengabdian kepada pasien, menerima keadaan, dan berpasrah diri.

_ _Penerimaan diri _Beberapa bentuk penerimaan diri dari informan seperti menganggapnya sebagai bentuk balas jasa karena telah dirawat sejak belia, mengatur waktu sedemikian rupa, bersabar dan tabah. _ _Kembali kepada ajaran agama _Beberapa bentuk pengaruh ajaran agama yang dipahami informan adalah bahwa menjaga pasien adalah bentuk kewajiban dan pengabdian kepada pasien sebagai orangtua, menjadi ladang pahala dan menghindari dosa sebagai keluarga.

_ _ PEMBAHASAN Stres yang dialami oleh caregiver disebabkan oleh beratnya tugas yang harus dilakukan dalam merawat pasien stroke.(Nunung, 2019) Caregiver memiliki peranan yang penting dalam membantu kesembuhan pasien stroke, hal ini dikarenakan hampir seluruh kegiatan pasien dibantu oleh caregiver. Karakteristik responden (pada tabel 1) menunjukkan bahwa sebagian besar jenis kelamin responden adalah perempuan (89,1%) dimana family caregiving alliance menunjukkan bahwa caregiver wanita jelas menanggung beban pengasuhan informal pada masyarakat dengan persentase 59%-75% dari pengasuh adalah perempuan.

(Julianti, 2015) Selain itu, caregiver berada pada pada kategori usia terbanyak yakni lansia awal (46-55 Tahun) sebesar 28,3%. Berdasarkan hasil penelitian Fajriyati menunjukkan bahwa caregiver secara emosional mengaku lebih sabar setelah merawat pasien stroke hal ini berkaitan dengan budaya masyarakat jawa dimana mereka akan menerima secara ikhlas apapun yang terjadi padanya sesuai ketentuan dari Allah Swt atau dalam penelitian biasa kita sebut sebagai kontrol diri.

(Fajriyati, 2017) Sebagian besar caregiver merupakan anak/menantu dari pasien stroke (47,8%) dan suami/istri dari pasien stroke (41,3%) yang menunjukkan bahwa caregiver kunci merupakan orang terdekat dari pasien dimana dalam Schulz dan Sherwood menyebutkan bahwa hubungan suami istri menimbulkan efek yang sangat baik dalam perawatan. Hal ini juga sejalan pula dengan Wensley yang menekankan bahwa makna spiritualitas adalah bagian dari mengembangkan keterlibatan dalam keluarga yangmana dalam hal ini memungkinkan hubungan antara caregiver dengan pasien menjadi lebih dekat.

(Yuniarsih, 2014) Selanjutnya, hasil kuesioner DASS menunjukkan sebagian besar responden berada pada level stres yang normal. dengan tingkat pendidikan terakhir yang terbanyak adalah tamat SMA/ sederajat (37%). Menurut Notoatmodjo, tingkat pendidikan merupakan salah-satu faktor dalam keberhasilan suatu perawatan yang baik, dimana semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi pula pengetahuannya.(Hartati, 2015) Berdasarkan hasil wawancara juga ditemukan bahwa tidak ada kesulitan bagi caregiver dalam upaya penerimaan diri karena sebagian caregiver adalah golongan masa paruh baya yang mana dalam proses

perkembangannya sudah ada di tingkatan keinginan untuk merawat orang lain, seperti cucu atau pasangan.

Serangkaian studi terdahulu yang didasarkan pada skala Ryff menunjukkan masa paruh baya (dewasa madya) secara umum berada pada periode kesehatan mental positif. Hal ini menjelaskan teori perkembangan Erikson yang mengatakan bahwa tugas perkembangan utama pada usia paruh baya adalah mencapai generatifitas, yaitu **keinginan untuk merawat dan membimbing orang** lain. (Ayuningputri & Maulana, 2013) Dalam penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar caregiver tidak merasa terbebani dan stres karena menjaga pasien.

Data ini didukung dari tabel 1 yang menunjukkan bahwa 5 dari 8 caregiver berada kategori usia dewasa akhir dan lansia awal (36-55 tahun) yang merasa ikhlas **dalam merawat pasien stroke**. Berdasarkan hasil penelitian fajriyati menunjukkan bahwa caregiver secara emosional mengaku lebih sabar setelah merawat pasien stroke hal ini berkaitan dengan budaya masyarakat Jawa dimana mereka akan menerima secara ikhlas apapun yang terjadi padanya sesuai ketentuan dari Allah Swt atau dalam penelitian biasa kita sebut sebagai kontrol diri. (Fajriyati, 2017) Lazarus **menjelaskan fungsi coping menjadi dua fungsi yaitu coping yang terpusat pada masalah dan coping yang terpusat pada emosi**.

Bentuk **perilaku coping yang berorientasi pada masalah (problem focused coping)** yang dilakukan oleh informan adalah perilaku aktif, perencanaan, penundaan terhadap aktifitas lain yang saling bersaing, pengekangan diri, dan **mencari dukungan sosial secara instrumental**. Bentuk **perilaku coping yang berorientasi pada emosional (emotion focused coping)** yang dilakukan oleh informan adalah perilaku **mencari dukungan sosial secara emosional, reinterpretasi positif, penerimaan diri, dan kembali kepada ajaran agama**.

(Maryam, 2018) Salah satu bentuk **perilaku coping yang berorientasi pada emosional** adalah **dukungan sosial secara emosional**. Dukungan sosial secara emosional pada umumnya menggambarkan pengaruh emosi **yang dapat ditimbulkan oleh orang lain**, baik itu dari keluarga maupun orang-orang terdekat. Dukungan **ini diberikan dengan tujuan** agar caregiver merasa diperhatikan, disayangi dan dicintai dan menimbulkan sikap menerima keadaan dirinya.

Adapun **bentuk dukungan sosial yang** diberikan kepada caregiver berasal dari keluarga dan tetangga dengan memberikan semangat dan empati kepada caregiver agar menerima keadaannya sebagai penjaga pasien. Penelitian ini didukung oleh **penelitian yang dilakukan oleh Masyithah tentang Hubungan Dukungan Sosial dan Penerimaan**

Diri pada Penderita Pasca Stroke yang menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap penderita pasca stroke pada pasien rawat jalan Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya.

Berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan pada penderita pasca stroke, maka semakin tinggi pula penerimaan diri yang dimunculkan oleh si penderita. (Masyithah, 2012) Perilaku coping yang berorientasi pada emosional selanjutnya adalah reinterpetasi positif. Reinterpetasi positif merupakan strategi coping adaptif yang digunakan untuk menghadapi tekanan emosional dan berfokus pada aspek-aspek positif dari situasi sulit yang dialami oleh caregiver selama menjaga pasien.

Beberapa cara yang dilakukan oleh caregiver seperti berupaya untuk menahan amarah, terus memberikan semangat kepada pasien agar cepat pulih, mencari hiburan, dan menganggapnya sebagai bentuk pengabdian kepada pasien sebagai anak atau pasangan. Penelitian dari Kholidah yang berjudul **Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis** menunjukkan hasil bahwa pelatihan berpikir positif efektif untuk menurunkan tingkat stres pada mahasiswa. Pelatihan berpikiran positif signifikan berperan membuat individu dapat menerima situasi yang tengah dihadapi secara lebih positif. (Kholidah & Alsa, 2012) Selanjutnya, perilaku coping yang berorientasi pada emosional adalah penerimaan diri.

Hurlock menyatakan adanya sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang, diantaranya adalah harapan yang realistis, keberhasilan, pengenalan diri, wawasan sosial dan konsep diri yang stabil. (Wijanarko & Ediati, 2016) Dari hasil wawancara ditemukan bahwa beberapa caregiver merasa cukup mampu untuk menyesuaikan waktunya antara bekerja dan menjaga pasien.

Bagi caregiver, orangtua adalah prioritas hidup. Cara terbaik dalam penerimaan diri adalah dengan menyesuaikan waktu sebaik mungkin karena menjaga pasien dianggap sebagai kewajiban dan bentuk balas jasa. Berdasarkan hasil wawancara juga ditemukan bahwa tidak ada kesulitan bagi caregiver dalam upaya penerimaan diri karena sebagian caregiver adalah golongan masa paruh baya yang mana dalam proses perkembangannya sudah ada di tingkatan keinginan untuk merawat orang lain, seperti cucu atau pasangan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijanarko dan Ediati tentang **Penerimaan Diri pada Orangtua yang Memiliki Anak Skizofrenia**. Penerimaan diri orangtua yang mempunyai anak dengan skizofrenia ditandai dengan penerimaan orangtua terhadap keadaan anak dengan skizofrenia. Tahapan penerimaan diri yang dilewati subjek yaitu penawaran, marah, dan penerimaan.

(Wijanarko & Ediati, 2016) **Perilaku coping yang berorientasi pada** emosional selanjutnya adalah kembali kepada ajaran agama. Pargament menjelaskan bahwa coping religius yang lebih positif akan meningkatkan kesehatan mental individu. (Anantu, 2013) Pada dasarnya caregiver menyadari bahwa mereka menggunakan coping positif yang berfokus pada Tuhan dan meminta pengharapan kesembuhan bagi pasien.

Sebagaimana penderita stroke, rutinitas dalam menjalani kehidupan tentu memberikan tekanan tersendiri karena adaptasi terhadap kondisi fisik yang tidak lagi sama seperti saat sehat. Penelitian yang dilakukan Gholamzadeh, Hamid, Basri, Sharif dan Ibrahim membuktikan bahwa penyelesaian masalah yang berbasis agama dapat mengatasi peristiwa yang menyakitkan dalam kehidupan caregiver.

Penelitian lain efektifitas **pelatihan Koping Religius untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2** membuktikan bahwa terdapat perbedaan tingkat kesejahteraan psikologis yang signifikan antara **penderita diabetes mellitus tipe 2** yang mendapat pelatihan koping religius dan yang tidak mendapatkan pelatihan koping religius. (Yuliasari et al.,

2018) Bentuk **perilaku coping yang berorientasi pada masalah (problem focused coping)** salah satunya yakni perilaku aktif. Perilaku aktif pada caregiver stroke adalah proses dimana individu mengambil langkah-langkah aktif untuk mencoba untuk menghapus atau menghindari stressor dengan memperbaiki dampaknya.

Pada penelitian ini sebagian besar responden melakukan perilaku-perilaku aktif dalam bentuk mengambil jeda dengan membawa pasien menginap ke rumah saudara, menyanyi, mengobrol dengan tetangga, mendinginkan saja, sampai situasi sudah mencair. Menjaga jarak dengan melakukan **coping ini dalam penyelesaian masalah, terlihat dari sikapnya yang kurang peduli terhadap persoalan yang sedang dihadapi** bahkan mencoba melupakannya seolah-olah tidak pernah terjadi apa-apa.

(Maryam, 2018) **Perilaku coping yang berorientasi pada masalah** selanjutnya adalah perencanaan (planning) dalam hal ini lebih kepada strategi atau tindakan serta cara terbaik dalam menghadapi stressor sebelum sumber stres muncul. Pada penelitian ini sebagian besar responden tidak membuat perencanaan tertentu dalam menghadapi stressor. Namun beberapa informan yang karena pernah stres selama menjaga sehingga sudah terbiasa dengan coping yang sebelumnya pernah dilakukan seperti tidur, tidak menghiraukan, membiarkan saja, menonton tv, bermain dengan anak, atau mengobrol dengan tetangga.

Penelitian lain menyatakan caregiver yang menggunakan strategi planning dimana individu tersebut memiliki strategi khusus jika menghadapi stressor serta berfokus pada penyelesaian masalah, maka tingkat kecemasannya menjadi lebih rendah dan adaptasi psikologis yang lebih baik. (Pérez-Cruz, Parra-Anguita, López-Martínez, Moreno-Cámara, & Del-Pino-Casado, 2019) Selanjutnya adalah penundaan terhadap aktifitas lain yang saling bersaing (Suppression of Competing) yang dimaksud dalam hal ini individu dapat menahan semua informasi yang bersifat kompetitif atau menahan semua informasi yang bersifat kompetitif agar caregiver bisa berkonsentrasi penuh terhadap masalah yang dihadapi.

Beberapa cara yang dilakukan caregiver dalam usaha untuk menunda terhadap aktifitas lain yang sifatnya bersaing misalnya diganti oleh saudara, mengatur waktu sebaik mungkin, menyelesaikan pekerjaan caregiver lebih pagi dari biasanya, meniggalkan aktifitas lain jikalau dirasa tidak bisa meninggalkan pasien, ataupun sebaliknya akan meninggalkan pasien jika dirasa ada aktifitas lain yang sifatnya lebih mendesak, atau melakukan aktivitas sehari-hari seperti memasak di kesempatan lain.

Seseorang yang yakin akan kemampuannya memiliki sikap optimis dalam menghadapi masa depan, kesulitan-kesulitan yang ada pasti akan dapat diatasi dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan-tantangan seperti manajemen waktu atau prioritas pada pasien stroke. (Winda Lestari, 2014) Mencari dukungan sosial secara instrumental (seeking social support for instumental reason) adalah dimana individu melakukan usaha untuk mendapat dukungan sosial berupa cara meminta nasehat, bantuan atau informasi dari orang lain.

Dukungan sosial secara instrumental adalah dimana individu melakukan usaha untuk mendapat dukungan sosial berupa cara meminta nasehat, bantuan atau informasi dari orang lain. Dukungan sosial secara instrumental adalah dimana individu melakukan usaha untuk mendapat dukungan sosial berupa cara meminta nasehat, bantuan atau informasi dari orang lain.

Menurut Sarafino dalam Sukasni, 2019 orang dengan dukungan sosial yang tinggi ada kecenderungan tidak mengabaikan stress karena mereka tahu akan mendapatkan pertolongan dari orang lain. (Septi Sri Indah Sukasni, 2019) SIMPULAN Secara umum caregiver pasien stroke di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia berada pada level stres normal. Ada dua bentuk strategi coping stress yang dilakukan oleh caregiver pasien stroke Rumah Sakit Tk.II Pelamonia yaitu strategi coping yang berorientasi pada emosi dan berorientasi pada masalah.

Perilaku coping yang berorientasi pada masalah (problem focused coping) dilakukan

secara konstruktif melalui bernyanyi, mengobrol dengan kerabat/tetangga, menangis, dan mengatur waktu untuk aktifitas lainnya. Perilaku coping yang berorientasi pada emosi (emotion focused coping) dilakukan melalui upaya mencari dukungan sosial dari keluarga, menganggap bahwa menjadi caregiver adalah bentuk pengabdian dan kewajiban kepada pasien, bersabar dan tidak berputus asa, dan menjadikannya sebagai upaya untuk memperoleh ladang pahala dari Tuhan.

Saran dari penelitian diharapkan bisa menjadi rujukan perilaku coping bagi caregiver penyakit stroke. Selain itu penting bagi caregiver dan pasien untuk bekerjasama dengan baik. Pasien perlu memahami bahwa caregiver juga bisa mengalami stress selama menjaga pasien dan caregiver sendiri perlu memahami bahwa kondisi pasien tidak sebaik keadaan sebelum mengalami stroke.

Diantara dua strategi coping yakni perilaku coping yang berorientasi pada masalah (problem focused coping) dan perilaku coping yang berorientasi pada emosi (emotion focused coping) diharapkan caregiver menyeimbangkan keduanya karena perilaku coping yang berorientasi pada emosi sifatnya tidak bertahan lama. Selain itu diharapkan kepada pihak rumah sakit Pelamonia memberikan edukasi singkat kepada caregiver pasien stroke tentang penanganan stres yang berpeluang dialaminya.

Apa saran yg bisa diimplementasikan ke tempat penelitian dari hasil penelitian ini?
UCAPAN TERIMA KASIH Ucapan terima kasih penulis haturkan kepada semua pihak yang membantu terlaksananya penelitian ini terutama kepada Institusi Stikes Pelamonia Kesdam VII Wirabuana dan Direktorat Jendral Penguatan Riset dan Pengembangan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi. DAFTAR PUSTAKA

Anantu, A. (2013).

Hubungan antara frekuensi berdoa dengan adversity quotient pada karyawan beragama kristen dan katolik. Astuti, Ri. (2010). Hubungan Jenis Stroke dengan Kecemasan pada Caregiver Pasien Stroke di RSUD DR. Moewardi Surakarta.

<https://doi.org/10.1093/occmed/kqq062> Ayuningputri, N., & Maulana, H. (2013).

Persepsi Akan Tekanan Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Pasangan Suami-Istri Dengan Stroke.

JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi, 2(2), 118.

<https://doi.org/10.21009/jppp.022.08> Fajriyati, Y. N. (2017). Coping Stres pada Caregiver Pasien Stroke. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1), 96–105. Retrieved from

<http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/5460/3759> Hartati, J. (2015).

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Family Caregiver dalam merawat Penderita Paska Stroke dirumah. 1. Retrieved from

<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/25560> http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25560/1/JULIA_HARTATI_-_fkik.pdf Julianti, E.

(2015). Pengalaman Caregiver Dalam Merawat Pasien Pasca Stroke di Rumah pada Wilayah Kerja Puskesmas Benda Baru Kota Tangerang Selatan.

Jurnal Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. Retrieved from

<http://repository.uinjkt.ac.id> Kholidah, E., & Alsa, a. (2012). Berpikir Positif untuk

Menurunkan Stres Psikologis. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 67–75. Retrieved from

<http://jurnal.psikologi.ugm.ac.id/index.php/fpsi/article/view/180> Maryam, S. (2018).

Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*.

<https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12> Masyithah, D. (2012).

Hubungan dukungan sosial dan penerimaan diri pada penderita pasca stroke. 99, 12.

Nunung, D. N. M. ini. S. F. (2019). No Title. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 2.

<https://doi.org/https://doi.org/10.24198/jkp.v2i3.86> Pérez-Cruz, M., Parra-Anguita, L.,

López-Martínez, C., Moreno-Cámara, S., & Del-Pino-Casado, R. (2019). Coping and

anxiety in caregivers of dependent older adult relatives. *International Journal of*

Environmental Research and Public Health. <https://doi.org/10.3390/ijerph16091651>

Septi Sri Indah Sukasni. (2019).

Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Problem Focused Coping pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Budi Mulya Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung (Vol. 8). Retrieved from http://repository.radenintan.ac.id/5628/1/skripsi_septi_pdf.pdf

Wijanarko, A., & Ediati, A. (2016). Penerimaan Diri Pada Orangtua Yang Memiliki Anak

Skizofrenia. *Jurnal Psikologi*, 5(3), 424–429. Winda Lestari, D. (2014).

Penerimaan **Diri Dan Strategi Coping Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua**. 2(1), 1–13. Yuliasari, H., Wahyuningsih, H., & Sulityarini, R. I. (2018). Efektivitas **Pelatihan Koping Religius untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2**. Journal of Psychological Science and Profession, 2(1), 73. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i1.15024> Yuniarsih, W. (2014).

Pengalaman **Caregiver Keluarga dalam Konteks Asuhan Keperawatan Pasien Stroke Tahap Paska Akut di RSUP Fatmawati**. Universitas Indonesia.

INTERNET SOURCES:

<1% - http://andrisetiyawahyudi-fkp.web.unair.ac.id/artikel_detail-233625-FILSAFAT%20ILMU-ONTOLOGI,%20EPISTEMOLOGI%20DAN%20AKSIOLOGI.html

<1% - <https://www.ahlinyaobatherbal.org/apa-itu-stroke-definisi-dan-pengertian-menurut-who/>

3% - <http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/download/5460/3759>

<1% - https://jrik.ub.ac.id/index.php/jrik/oai?verb=ListRecords&metadataPrefix=oai_dc

<1% - <https://lovesehat.com/jangan-salah-pilih-ini-perbedaan-caregiver-dengan-perawat/>

<1% - https://zulfitriani28.blogspot.com/2017/03/karya-tulis-ilmiah-analis-kesehatan_30.html

<1% - <https://id.scribd.com/doc/304578491/Proceeding-Semilnaskep2014-260614-pdf>

<1% - <https://en.wikipedia.org/wiki/Syndemic>

<1% - <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3199257/>

<1% - <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-3350408/penyakit-penyakit-ini-bisa-bikin-seseorang-lumpuh-dan-tak-bisa-bergerak>

<1% - <https://khotibulumam777.blogspot.com/2012/06/transformasi-budaya-korporasi-bank.html>

1% - <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/JKG/article/download/356/318>

1% - <http://ejournal.uin-suka.ac.id/isoshum/PI/article/download/1380/1180>

<1% - <https://id.123dok.com/document/q7l3m1dy-efektivitas-konseling-behavioral-dengan-teknik-self-management-untuk-meningkatkan-kecerdasan-emosional-peserta-didik-kelas-vii-di-smp-negeri-19-bandar-lampung-tahun-ajaran-2017-2018-raden-intan-repository.html>

<1% -

<http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JJUM/gateway/plugin/WebFeedGatewayPlugin/rss>

<1% -

<https://docplayer.info/41812267-Hubungan-antara-kecerdasan-emosi-dengan-strategi-coping-pada-caregiver-formal-lansia.html>

<1% - <https://ojs.akbidpelamonia.ac.id/index.php/journal/article/view/97>

<1% - <http://asmanurs3.blogspot.co.id/feeds/posts/default>

<1% - https://kabar-terhangat.blogspot.com/2018/01/liputan6-rss2-feed_18.html

<1% - <https://statistikceria.blogspot.com/2012/01/teori-analisis-deskriptif.html>

<1% - <https://www.scribd.com/document/375422258/Prosiding-Seminar-Patrajasa>

<1% - <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK/article/download/1535/1513>

<1% - http://eprints.undip.ac.id/63015/1/ARTIKEL_ILMIAH_TIODORA_NAOMI.pdf

<1% - <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/download/977/853>

<1% - <https://lib.unnes.ac.id/view/subjects/AM.html>

<1% -

<https://miskiyyah.blogspot.com/2013/10/skripsi-pengaruh-bimbingan-belajar.html>

<1% -

<https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20180323190038-255-285474/perjuangan-binsar-melawan-tb-mdr-yang-dideritanya>

<1% - <http://contohskripsi.idtesis.com/kumpulan-judul-contoh-skripsi-psikologi.html/>

<1% - <https://www.scribd.com/document/397424678/ERYTHRINA-JULIANTI-fkik-pdf>

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/315978961_Pengaruh_Sentuhan_Spiritual_Quantum_terhadap_Nyeri_Saat_Perubahan_Posisi_pada_Pasien_Paska_Operasi_di_Ruang_Perawatan_Intensif

<1% - <http://jku.unram.ac.id/article/download/1/1/>

<1% -

<http://repository.ump.ac.id/3268/3/Tri%20Hanggara%20Yoga%20Pamungkas%20BAB%20II.pdf>

<1% - <https://psikologi-zone.blogspot.com/2015/11/makalah-perkembangan.html>

<1% -

[http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/08/Strategi%20Coping%20Dan%20Kelelahan%20Emosional%20\(Emotional%20Exhaustion\)%20Pada%20Ibu%20yang%20Memiliki%20ABK\(Studi%20Kasus%20di%20Rumah%20Sakit%20Jiwa%20Daerah%20Atma%20Husada%20Mahakam%20Samarinda,%20Kalimantan%20Timur\)%20\(08-22-13-02-37-21\).docx](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/08/Strategi%20Coping%20Dan%20Kelelahan%20Emosional%20(Emotional%20Exhaustion)%20Pada%20Ibu%20yang%20Memiliki%20ABK(Studi%20Kasus%20di%20Rumah%20Sakit%20Jiwa%20Daerah%20Atma%20Husada%20Mahakam%20Samarinda,%20Kalimantan%20Timur)%20(08-22-13-02-37-21).docx)

<1% - <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/1142/3/BAB%20II.pdf>

<1% - <http://digilib.uinsby.ac.id/229/5/Bab%202.pdf>

<1% - <http://digilib.uinsby.ac.id/22736/>

<1% -
<https://cerpenik.blogspot.com/2011/09/dukungan-orangtua-bagi-perkembangan.html>
<1% -
<https://id.123dok.com/document/ozln12q4-pengaruh-social-support-terhadap-resiliensi-ibu-tunggal.html>
<1% - <http://repository.unand.ac.id/22357/3/bab%201.pdf>
<1% - <http://digilib.uinsby.ac.id/9770/1/jiptiain--dewimasyit-10330-1-hubungan-e.pdf>
<1% - <https://www.scribd.com/document/394622132/10410182-Bab-2>
<1% - <https://id.scribd.com/doc/233851205/Waspada-Senin-5-Mei-2014>
<1% - <https://bagawanabiyasa.wordpress.com/2016/08/24/konsep-diri-akademis/>
<1% - <https://yurishina.blogspot.com/2017/03/penerimaan-diri-self-acceptance.html>
<1% -
<https://www.scribd.com/document/368927337/Penerimaan-Ortu-Terhadap-Anak-Skizofrenia>
<1% - <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/download/15362/14854>
<1% - <https://www.unud.ac.id/in/daftar-ta.html>
<1% - <http://psikologi.unnes.ac.id/skripsi.php>
<1% -
https://www.researchgate.net/publication/324997235_Strategi_Coping_Teori_Dan_Sumberdayanya
<1% -
<https://konsultanaura.wordpress.com/2015/04/28/setelah-terapi-aura-mengapa-saya-tidak-merasakan-apa-apa/>
<1% -
<https://blogaritmaa.blogspot.com/2016/08/makalah-analisis-mengenai-masalah.html>
<1% -
<http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2014/03/JURNAL%20DWI%20WINDA%20%2803-04-14-11-11-52%29.pdf>
<1% -
[http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2019/07/jurnal%20jessi%20\(07-05-19-03-16-54\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2019/07/jurnal%20jessi%20(07-05-19-03-16-54).pdf)
<1% -
<https://tulisanterkini.com/artikel/artikel-ilmiah/9113-jenis-strategi-menghadapi-masalah-smm.html>
<1% - <https://konsultaskripsi.com/tag/psikologi/page/10/>
<1% - http://eprints.ums.ac.id/27808/3/BAB_I.pdf
<1% -
<https://www.slideshare.net/shofurakamal/laporan-makalah-pembuatan-website-ecommercebasis-data>
<1% - http://repository.upi.edu/28474/9/T_BIO_1402722_Bibliography.pdf

<1% - <https://repository.usd.ac.id/view/subjects/BF.type.html>

<1% -

<https://www.scribd.com/document/381260606/Proposal-Perbedaan-Tingkat-Depresi-Penderita-Pasca-Stroke-Usia-Lanjut-dan-Usia-Dewasa-Madya-yang-Melakukan-Rawat-Jalan-di-RSUD-dr-Sam-Ratulangi-Ton>

<1% - <https://www.scribd.com/document/360374310/8-DAFTAR-PUSTAKA-pdf>

<1% - <https://www.scribd.com/document/409148788/DAFTAR-PUSTAKA>

<1% -

<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/35642/1/ALIFAH%20GANDIS%20INDRAYANTI-FEB.pdf>

<1% -

https://www.researchgate.net/publication/319466602_MENGELOLA_STRES_DENGAN_PENDAKATAN_COGNITIVE_BEHAVIOR_MODIFICATION_STUDI_EKSPERIMEN_PADA_MAHASISWA_BARU_PENDIDIKAN_AGAMA_ISLAM_PAI_FAKULTAS_ILMU_TARBIYAH_KEGURUAN_UIN_MALIKI_MALANG

<1% - <https://cuidsalud.com/afrontamiento-y-ansiedad/>

<1% - <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/9/1651/pdf>

<1% - <http://repository.radenintan.ac.id/5290/1/WIKI%20SKRIPSI.pdf>

<1% - <http://repository.radenintan.ac.id/5628/1/skripsi%20septi%20pdf.pdf>

<1% - http://repository.upi.edu/21483/9/S_PPB_1103725_Bibliography.pdf

<1% - <https://scholar.google.co.id/citations?user=VKO4taYAAAAJ&hl=id>

<1% -

<http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/62955/References.pdf;sequence>

=2