

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL PASANGAN DENGAN TINGKAT STRES ODHA DI YAYASAN CITRA USADHA INDONESIA TAHUN 2015

*(The Correlation Between Couple Social Support and Stress Levels of the People Living
With HIV-AIDS (PLWHA) at Yayasan Citra Usadha Indonesia)*

Putu Indah Sintya Dewi¹; I Kade Iman Darmawan²

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng

Email: imandarmawan02@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Stres merupakan respon nonspesifik tubuh yang dapat menyebabkan perubahan fisik, psikis maupun spiritual. Salah satu strategi pencegahan stres adalah dukungan sosial yang didapatkan baik dari keluarga maupun diluar keluarga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Dukungan Sosial Pasangan Dengan Tingkat Stres ODHA di Yayasan Citra Usadha Indonesia. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian *non eksperiment* dengan rancangan penelitian korelasi dengan uji *Spearman Rank*. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dukungan sosial pasangan untuk mengetahui dukungan pasangan yang diberikan dan lembar kuesioner DASS 42 untuk mengukur tingkat stres. Dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 32 pasangan. **Hasil:** Analisa data menggunakan program komputer dengan analisa *Spearman rank* dengan taraf signifikan 5% didapat nilai p value yaitu 0,000 yang berarti nilai p value < 0,05 sehingga H_0 ditolak artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial pasangan dengan tingkat stres ODHA di YCUI. Kekuatan hubungan dapat dilihat dari koefisien korelasi 0,839 yang artinya ada hubungan yang sangat kuat antara kedua variabel. **Simpulan:** Ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial pasangan dengan tingkat stres ODHA di YCUI.

Kata Kunci: Tingkat Stres, Dukungan Sosial Pasangan, ODHA.

ABSTRACT

Background: Stress is a nonspecific response of the body that can cause changes in the physical, psychological and spiritual. One strategy of the stress prevention is obtained good social support from family and outside the family. The purpose of this study was to determine the correlation between couple social support and stress levels PLWHA at Yayasan Citra Usadha Indonesia. **Method:** This type of research was non-experimental research with the study design to test Spearman Rank correlation. Collecting data by using a couple of social support questionnaire to determine spousal support is given and DASS 42 questionnaire to measure stress levels. This study used purposive sampling with a sample of 32 couples. **Result:** Data were analyzed by using a computer program with Spearman rank analysis with significance level of 5% obtained p value is 0.000, which means p value < 0.05 so H_0 is rejected it means there is a correlation between social support couples with PLWHA in YCUI stress levels. The strength of the relationship can be seen from the correlation coefficient 0.839, which means there is a very strong relationship between the two variables. **Conclusion:** The conclusion in this study is the correlation between couple social support and stress levels of the People Living With HIV-AIDS (PLWHA) at Yayasan Citra Usadha Indonesia.

Key Words: Couple Social Support, Stress Levels, People Living With HIV-AIDS (PLWHA)

PENDAHULUAN

HIV (Human Immunodeficiency Virus) dan AIDS (Acquired Immune Deficiency Syndrome) merupakan salah satu persoalan besar yang dihadapi bangsa Indonesia dan seluruh bangsa-bangsa di Dunia. Saat ini, sudah ada jutaan orang di Dunia, terutama para

generasi muda telah menjadi korban HIV-AIDS. Dampak negatif yang ditimbulkan oleh HIV-AIDS ini, baik secara fisik, psikis, sosial, ekonomi dan budaya menjadikan suatu alasan yang kuat bahwa HIV-AIDS adalah “musuh bersama” seluruh umat manusia. HIV adalah virus yang menyerang sel darah putih didalam tubuh (limfosit) yang mengakibatkan turunnya

kekebalan tubuh manusia. AIDS adalah sekumpulan gejala penyakit yang timbul akibat turunya sistem kekebalan tubuh (Komisi Penanggulangan AIDS, 2012).

Stres merupakan kondisi dimana sistem respon manusia berubah dalam tahap keseimbangan norma (Taylor, 1997 dalam Yosep, 2011). Stres adalah respon nonspesifik tubuh yang dapat menyebabkan perubahan fisik, psikis maupun spiritual Stres yang terjadi dalam jangka waktu yang panjang akan memicu sekresi hormon kortisol dari kelenjar adrenal. Hormon tersebut akan meningkatkan kadar gula darah dan meningkatkan sistem metabolisme. Perubahan tersebut membantu tubuh untuk tetap melakukan aktivitas dalam waktu yang lama, tetapi berakibat pada penurunan aktivitas sistem imunitas (Hans Selye, 1979 dalam J.W. Kalat, 2010). Salah satu dari faktor yang menentukan stres adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan sifat interaksi yang berlangsung dalam hubungan sosial saat ini yang dievaluasi oleh individu (Roth, 1996 dalam Friedman, 2014). Dukungan sosial tersebut dapat berasal dari berbagai sumber antara lain, keluarga, pasangan (suami, istri atau pacar), teman atau sahabat, konselor, dan dokter atau paramedis. Dukungan sosial pasangan adalah bentuk tingkah laku yang mampu menimbulkan rasa nyaman yang didapatkan dari pasangan dari individu tersebut, yaitu dari suami istri ataupun kekasih. Jenis dukungan yang bisa diberikan dapat berupa dukungan emosional, instrumental, informasi dan penghargaan. Dukungan emosional dan adanya perhatian orang lain dapat membuat orang tahan terhadap stres. Suatu studi terhadap mahasiswa tingkat doktoral yang sedang menghadapi ujian yang penting menyatakan bahwa suami-istri yang benar-benar memberikan dukungannya biasanya lebih mampu daripada suami-istri yang menyangkal adanya kemungkinan kegagalan (Mechanic, 1962 dalam Atkinson, et al., 2008).

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 22 Juni 2015 di YCUI didapatkan data hasil penjangkauan dan pendampingan ODHA di Buleleng sampai tahun 2014 terdapat jumlah ODHA yang terjangkau yaitu sebanyak 819 orang dengan jumlah pada bulan Oktober sebanyak 22 orang, bulan November sebanyak 19 orang dan bulan Desember sebanyak 59 orang. Jumlah ODHA yang meninggal 56

kasus dengan jumlah pada bulan Oktober sebanyak 1 orang, pada bulan November sebanyak 3 orang dan pada bulan Desember sebanyak 2 orang. Jumlah yang ODHA yang terdampingi 747 orang dengan jumlah pada bulan Oktober sebanyak 21 orang, pada bulan November sebanyak 16 orang dan pada bulan Desember sebanyak 57 orang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Dukungan Sosial Pasangan Dengan Tingkat Stres ODHA di Yayasan Citra Usadha Indonesia. Penelitian ini menggunakan alat pengumpulan data berupa kuesioner dukungan sosial pasangan dan juga kuesioner DASS 42 untuk mengetahui tingkat stres.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian *non experimental* dengan rancangan penelitian korelasi dengan uji *Spearman Rank*. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dukungan sosial pasangan dan DASS 42 untuk tingkat stres dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel dalam penelitian ini 32 pasangan. Penelitian dilakukan di Yayasan Citra Usadha Indonesia.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah (orang)	Frekuensi (%)
Pria	32	50
Wanita	32	50
Total	64	100

Berdasarkan pada tabel 1 menunjukkan responden berjenis kelamin laki-laki berjumlah 32 orang (50%) dan jumlah responden wanita berjumlah 32 orang (50%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia (tahun)	Jumlah	Frekuensi (%)
21-30	10	15,6
31-40	50	78,1
41-50	4	6,3
Total	64	100

Berdasarkan pada tabel 2 menunjukkan responden sebagian besar berusia 31-40 tahun berjumlah 50 orang (78,1%) dan sebagian kecil berusia 41-50 tahun berjumlah 4 orang (6,3%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	Frekuensi (%)
Petani	18	28,1
Buruh	16	25,00
Swasta	17	26,6
IRT	12	18,7
PNS/TNI/POLRI	1	1,6
Total	64	100

Berdasarkan pada tabel 3 menunjukkan responden sebagian besar bekerja sebagai petani berjumlah 18 orang (28,1%) dan sebagian kecil bekerja sebagai PNS/TNI/POLRI berjumlah 1 orang (1,6%).

4. Dukungan Sosial Pasangan ODHA

Kelompok Kriteria	Jumlah	Persentase (%)
Dukungan Baik	47	73,4
Dukungan Cukup Baik	17	26,6
Dukungan Kurang	0	0
Total	64	100

Berdasarkan Tabel 4 di atas menunjukkan hasil pengukuran dukungan sosial pasangan dari 64 ODHA yaitu, sebagian besar ODHA yang mendapatkan dukungan sosial pasangan yang baik berjumlah 47 orang (73,4%), dan sebagian kecil ODHA yang mendapatkan dukungan sosial pasangan yang cukup baik berjumlah 17 orang (26,6%).

5. Tingkat Stres ODHA

Tabel 5 Tingkat Stres ODHA di YCUI

Kelompok Kriteria	Jumlah	Persentase (%)
Tingkat Stres Normal	0	0
Tingkat Stres Ringan	41	64,1
Tingkat Stres Sedang	15	23,4
Tingkat Stres Berat	8	12,5
Tingkat Stres Sangat Berat	0	0

Total	64	100
Berdasarkan Tabel 5 di atas menunjukkan hasil pengukuran tingkat stres ODHA di YCUI yaitu, sebagian besar ODHA memiliki tingkat stres ringan berjumlah 41 orang (64,1%) dan sebagian kecil ODHA memiliki tingkat stres berat berjumlah 8 orang (12,5%)		

6. Identifikasi Hubungan Dukungan Sosial Pasangan dengan Tingkat Stres

Tabel 6 Hasil Analisis Hubungan Dukungan Sosial Pasangan dengan Tingkat Stres ODHA di YCUI.

		Dukungan Sosial	Tingkat Stres
Spearman's rho	Dukungan Sosial	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000
		N	64
Tingkat Stres	Tingkat Stres	Correlation Coefficient	-.839
		Sig. (2-tailed)	.000
		N	64

Berdasarkan tabel 6, uji hubungan yang dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *spearman rank* dengan taraf signifikansi 5% didapat nilai p value yaitu 0,000 yang berarti nilai p value < 0,05 sehingga H_0 ditolak artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial pasangan dengan tingkat stres ODHA di YCUI. Kekuatan hubungan dapat dilihat dari koefisien korelasi yaitu 0,839 yang artinya ada hubungan yang sangat kuat antara kedua variabel. Hubungan kedua variabel tersebut memiliki arah negatif yang artinya semakin baik dukungan sosial yang diterima dari pasangan, maka semakin rendah tingkat stresnya.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 di atas, responden yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan jumlahnya sama yaitu 32 orang (50%). Hal ini dikarenakan responden yang diteliti merupakan pasangan yang keduanya merupakan ODHA. Jenis kelamin merupakan faktor penting dari stres. Respon yang dimiliki antara laki-laki dan perempuan berbeda saat

menghadapi konflik. Menurut Brizendine L (2007) dalam Nasrani (2015), otak perempuan memiliki kewaspadaan yang negatif terhadap adanya konflik dan stres, pada perempuan konflik memicu hormon negatif sehingga memunculkan stres, gelisah, dan rasa takut. Sedangkan laki-laki umumnya menikmati adanya konflik dan persaingan, bahkan menganggap bahwa konflik dapat memberikan dorongan yang positif. Ketika perempuan mendapat tekanan, maka umumnya akan lebih mudah mengalami stres. Penelitian yang dilakukan oleh Nasrani (2015) menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dari laki-laki yaitu 50,3% dan 4,9%.

Pada tabel 2 dapat diketahui bahwa responden sebagian besar berusia 31-40 tahun berjumlah 50 orang (78,1%). Usia memiliki kaitan yang erat dengan tingkat toleransi seseorang terhadap seseorang terhadap stres. Semakin dewasa usia biasanya akan semakin menunjukkan kematangan jiwa, dalam arti semakin bijaksana, semakin mampu berpikir rasional, semakin mampu mengendalikan emosi, semakin dapat menunjukkan intelektual dan psikologisnya, dan semakin toleran terhadap pandangan dan perilaku yang berbeda dari dirinya (Gatot, 2005 dalam Nasrani, 2015). Hal ini tidak sesuai dengan hasil penelitian Nasrani (2015) yang menunjukkan bahwa usia tidak berkaitan dengan tingkat stres.

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai petani yaitu berjumlah 18 orang (28,1%). Pekerjaan dapat menyebabkan stres pada seseorang. Beban pekerjaan yang dialami oleh karyawan memiliki karakteristik yang berbeda-beda dalam setiap pekerjaan. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Sarwendah (2013) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja.

Hasil analisis distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan sosial pasangan pada ODHA yang diterima, dapat diketahui bahwa ODHA yang mendapatkan dukungan pasangan baik yaitu 47 orang (73,4%) dan dukungan sosial yang kurang yaitu 17 orang (26,6%). Melihat hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan sosial pasangan yang baik.

Pada penelitian ini pasangan selalu memotivasi dan memberikan semangat untuk sembuh, selalu membuat pasangannya bahagia dan juga menenangkan pasangannya ketika bersedih.

Hasil analisa distribusi frekuensi tingkat stres pada responden dapat diketahui bahwa ODHA yang memiliki tingkat stres ringan berjumlah 41 orang (64,1%), tingkat stres sedang berjumlah 15 orang (23,4%) dan tingkat stres berat berjumlah 8 orang (12,5%). Berdasarkan hasil distribusi tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ODHA memiliki tingkat stres ringan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada ODHA, tentang kebiasaan untuk tetap menjaga kesehatan dengan berolahraga ringan sesuai saran yang diberikan keluarga misalnya jalan kaki pada pagi hari. Hal itu dilakukan sebagai upaya untuk menangani stres. Kondisi yang dirasakan ODHA saat ini, mereka sudah memiliki kemampuan untuk mengendalikan stres untuk menerima kenyataan hidup dengan HIV/AIDS sehingga apapun yang terjadi dimasa depan bahkan kematian yang akandihadapi semua dipasrahkan kepada sang pencipta hidup. Mereka menyatakan bahwa mereka telah menerima keadaan mereka dengan tabah dan mereka telah menyadari bahwa mereka sedang diuji oleh sang pencipta.

Berdasarkan pembahasan sebelumnya, uji hubungan yang dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *spearman rank* dengan taraf signifikan 5% didapat nilai p value yaitu 0,000 yang berarti nilai p value < 0,05 sehingga H_0 ditolak artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial pasangan dengan tingkat stres ODHA di YCUI. Kekuatan hubungan dapat dilihat dari koefisien korelasi 0,839 yang artinya ada hubungan yang sangat kuat antara kedua variabel. Hubungan kedua variabel tersebut memiliki arah negatif yang artinya semakin baik dukungan sosial yang diterima dari pasangan, maka semakin rendah tingkat stresnya.

Menurut asumsi penulis, pada responden yang memiliki dukungan sosial pasangan cukup tetapi tingkat stresnya berat diakibatkan oleh penyebab stres (stresor) lain yang tidak mampu dikendalikan oleh peneliti, seperti misalnya stresor internal dan stresor eksternal. Hal ini didukung oleh teori hal-hal yang menimbulkan stres yang dikemukakan

oleh Potter dan Perry (2006) ada dua yaitu: stresor internal, misalnya: pemilihan gaya hidup yang tidak sehat, pembicaraan pribadi yang negatif, pemikiran yang tidak realistis, dan hambatan pribadi, serta stresor eksternal misalnya: lingkungan fisik, interaksi sosial, adanya peraturan yang ketat, peristiwa hidup dan kecerobohan sehari-hari.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Pada penelitian ini memiliki responden berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan jumlah yang sama yaitu 32 orang (50%), sedangkan responden sebagian besar berusia 31-40 tahun berjumlah 50 orang (78,1%) dan sebagian kecil berusia 41-50 tahun berjumlah 4 orang (6,3%), serta sebagian besar memiliki pekerjaan sebagai petani berjumlah 18 orang (28,1%) dan sebagian kecil bekerja sebagai PNS/TNI/POLRI berjumlah 1 orang (1,6%).

Sebagian besar responden ODHA di YCUI memiliki dukungan sosial pasangan yang baik yaitu sebanyak 47 orang (73,4%) dan sebagian kecil ODHA yang mendapatkan dukungan sosial pasangan yang cukup baik berjumlah 17 orang (26,6%).

Sebagian besar responden ODHA di YCUI memiliki tingkat stres ringan yaitu sebanyak 41 orang (64,1%) dan sebagian kecil ODHA memiliki tingkat stres berat berjumlah 8 orang (12,5%).

Ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial pasangan dengan tingkat stres ODHA di YCUI ($p\text{-value}=0,000$). Kekuatan hubungan dapat dilihat dari koefisien korelasi yaitu 0,839 yang artinya ada hubungan yang sangat kuat antara kedua variabel. Hubungan kedua variabel tersebut memiliki arah negatif yang artinya semakin baik dukungan sosial yang diterima dari pasangan, maka semakin rendah tingkat stresnya.

Saran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi institusi pendidikan hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan dalam pengembangan Ilmu Keperawatan dan sebagai masukan dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan peserta didik dan sebagai masukan bagi

Yayasan Citra Usadha Indonesia guna meningkatkan pelayanan pendampingan pada

ODHA serta dapat dijadikan bahan perbandingan dalam melakukan penelitian yang terkait hubungan dukungan pasangan dengan tingkat stres ODHA dan dapat mengkaji lebih dalam lagi tentang faktor-faktor lain yang kemungkinan mempengaruhi tingkat stres.

DAFTAR PUSTAKA

- Komisi Penanggulangan AIDS Nasional. 2012. *Info HIV-AIDS*, (online), (<http://www.aidsindonesia.or.id/contents/37/78/Info-HIV-dan-AIDS#sthash.KHWTssEF.dpbs>), diakses 19 Juni 2015).
- Kalat, J.W. 2010. *Biopsikologi Buku 2 Edisi 9*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Friedman, Marilyn M., et al. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Edisi 5*. Jakarta: EGC.
- Yosep, Iyus. 2011. *Keperawatan Jiwa*. Bandung: Refika Aditama.
- Atkinson, Rita L., et al. 2008. *Pengantar Psikologi Edisi Kedelapan Jilid 2*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nasrani, Lusia dan Purnawati, Susy. 2015. *Perbedaan Tingkat Stres antara Laki-Laki dan Perempuan Pada Peserta Yoga di Kota Denpasar*. E-jurnal Medika Udayana, Vol. 4 No. 12 (2015).
- Sarwendah, Endah. 2013. *Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Stres Kerja pada Pekerja Sosial Caregiver di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia DKI Jakarta*. Skripsi (tidak diterbitkan). Jakarta: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
- Potter, Patricia A. dan Anne G. Perry. 2006. *Fundamental Keperawatan Buku 1 Ed. 7*. Jakarta: Salemba Medika.