

HUBUNGAN ANTARA PENYESUAIAN DIRI DENGAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA PENDERITA PENYAKIT GINJAL KRONIK DI RSUD BANYUMAS

Oleh :
Mardina Romadhoni*)
Rr. Setyawati**)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan kebermaknaan hidup pada penderita penyakit ginjal kronik di RSUD Banyumas. Subjek penelitian adalah penderita penyakit ginjal kronik di RSUD Banyumas dengan mengambil sampel 30 penderita penyakit ginjal kronik. Metode pengumpulan data menggunakan instrumen skala penyesuaian diri dan skala kebermaknaan hidup. Analisis data menggunakan teknik regresi. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa besarnya koefisien (r) antara penyesuaian diri dengan kebermaknaan hidup adalah $r = 0,845$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima yaitu ada hubungan yang sangat signifikan antara penyesuaian diri dengan kebermaknaan hidup, dimana semakin tinggi penyesuaian diri maka semakin tinggi kebermaknaan hidupnya, begitu juga sebaliknya semakin rendah penyesuaian dirinya maka semakin rendah kebermaknaan hidupnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri penderita penyakit ginjal kronik memiliki sumbangan efektif sebesar 71,4% terhadap kebermaknaan hidup, sedangkan sumbangan sebesar 28,6% diberikan oleh faktor lain.

Kata kunci : *Penyesuaian diri, kebermaknaan hidup, penderita penyakit ginjal kronik*

ABSTRACT

This study aimed to determine the relationship between the adjustment with meaningfulness of life in patients with chronic kidney disease in RSUD Banyumas. The subjects were patients with chronic kidney disease in RSUD Banyumas by taking a sample of 30 patients with chronic kidney disease. methods of data collection using the instrument scale adjustment and meaningfulness of life scale. Data analysis using regression techniques. Based on the results of data analysis has been done shows that the coefficient (r) between the adjustment to the meaningfulness of life is $r = 0,845$, $p = 0.000$ ($p < 0.01$). The results of this study indicate that the proposed hypothesis is accepted that there was a

*) Staf HRD pada PT Pharos di Bali

**) Dosen Fakultas Psikologi – Universitas Muhammadiyah Purwokerto

significant relationship between the adjustment to the meaningfulness of life, where the higher the adjustment, the higher the meaningfulness of life, vice versa the lower the adjustment the lower the meaningfulness of his life. The results showed that patients with chronic renal adjustment has effective contribution of 71.4% to the meaningfulness of life, while the contribution of 28.6% given by other factors.

Keyword : *adjustment, meaningfulness of life, patients with chronic kidney disease*

PENDAHULUAN

Individu pada dasarnya menginginkan dirinya selalu dalam kondisi yang sehat, baik sehat secara fisik ataupun sehat secara psikis, karena hanya dalam kondisi yang sehatlah individu akan dapat melakukan segala sesuatu secara optimal. Tetapi pada kenyataannya selama rentang kehidupannya, individu terkadang dihadapkan pada permasalahan kesehatan dan salah satunya berupa penyakit yang berbahaya dan dapat mengganggu kondisi emosional, antara lain penyakit ginjal kronik (Iskandarsyah, 2006). Permasalahan fisik yang dialami penderita penyakit ginjal kronik yaitu berupa adanya perubahan pada tubuh seperti kelebihan cairan, anemia, tulang mudah rapuh dan penurunan masa otot. Permasalahan fisik lainnya berupa kesemutan, warna kulit hitam kekuningan, pruritus (penyakit kulit), perut buncit, kurang gizi, pada beberapa penderita mengalami kelumpuhan, mual, tidak nafsu makan dan penurunan fungsi seksual. Sedangkan permasalahan secara sosial yang dialami penderita penyakit ginjal kronik yaitu, biasanya penderita merasa malu atas kondisinya, sehingga menyebabkan individu menutup diri dari pergaulan di lingkungan masyarakat. Selain itu individu tidak dapat mengikuti kegiatan di masyarakat yang diakibatkan kondisinya lemah (Iskandarsyah, 2006).

Permasalahan psikologis yang dialami penderita penyakit ginjal kronik ditunjukkan dari semenjak pertama kali individu divonis mengalami penyakit ginjal kronik. Beberapa individu merasa frustrasi, putus asa, marah dan adanya perasaan tidak percaya akan hasil diagnosa dokter. Pada beberapa individu mengaku dirinya diliputi oleh perasaan cemas, khawatir dan adanya perasaan takut mati. Individu menjadi enggan untuk melakukan aktivitas dikarenakan adanya anggapan bahwa dirinya sudah tidak berguna lagi dikarenakan penyakit yang dideritanya, sehingga mereka lebih banyak mengurung diri di dalam kamar, mengalami gangguan tidur, penurunan nafsu makan dan penurunan minat seksual. Individu menilai bahwa dari semenjak menderita penyakit, hidupnya selalu dalam keadaan ketidak beruntungan, tidak memiliki harapan dan sangat sensitif terhadap kritik dan saran (Iskandarsyah, 2006).

Frankl (2003) mengemukakan bahwa setiap individu memiliki kemampuan untuk mengambil sikap terhadap penderitaan dan peristiwa tragis yang tidak dapat dielakkan lagi yang menimpa diri sendiri, sekalipun upaya mengatasinya telah dilakukan secara optimal. Jika individu tidak mengubah suatu keadaan (tragis), ubahlah sikap diri atas keadaan itu, agar diri tidak terhanyut secara negatif oleh keadaan itu. Sikap yang tepat dan baik, yakni sikap yang menimbulkan kebajikan pada diri sendiri dan orang-orang lain serta sesuai dengan nilai-nilai kemanusiaan.

Proses memaknai hidup dapat dilakukan bukan pada saat senang atau bahagia saja, tetapi penderita penyakit ginjal kronik yang hidupnya bergantung pada terapi medis juga dapat memberikan arti dalam kehidupannya. Hal ini sesuai dengan Frankl (2003) yang mengemukakan bahwa hidup tetap memiliki makna (arti) dalam setiap situasi, bahkan dalam penderitaan dan kepedihan sekalipun. Makna adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang.

Menurut Frankl (2003) kebermaknaan hidup adalah sebuah kekuatan hidup manusia untuk memiliki sebuah komitmen kehidupan. Maka hidup ini bermula adanya alasan mengapa seseorang harus tetap hidup. Kebermaknaan hidup dapat diwujudkan dalam sebuah keinginan menjadi orang yang berguna untuk orang lain, apakah anak, istri, keluarga dekat, komunitas negara dan bahkan umat manusia. Seseorang yang memiliki rasa hidup bermakna akan memiliki sebuah komitmen untuk hidup berarti dan maju dalam kehidupannya untuk lebih menjadi orang berguna baik untuk diri sendiri, orang lain, keluarga, dan masyarakat.

Bastaman (2007) menjelaskan bahwa aspek-aspek kebermaknaan hidup terdiri dari 5 aspek yaitu: 1) Pemahaman Pribadi, individu diharapkan mengenali keunggulan-keunggulan dan kelemahan-kelemahan pribadi, sehingga mampu mengembangkan segi-segi positif dan mengurangi segi-segi negatif masing-masing pribadi, baik potensial maupun yang aktual, serta merumuskan lebih jelas apa yang ingin dicapai untuk masa-masa mendatang. 2) Bertindak positif, yaitu mencoba menerapkan dan melaksanakan dalam perilaku dan tindakan-tindakan nyata sehari-hari yang dianggap baik dan bermanfaat. Bertindak positif merupakan kelanjutan dari berfikir positif. 3) Pengakraban Hubungan, yaitu hubungan yang baik dengan pribadi-pribadi tertentu (misalnya anggota keluarga, teman, rekan kerja, tetangga), sehingga masing-masing merasa saling menyayangi, saling membutuhkan dan bersedia bantu-membantu. 4) Pengalaman Tri-Nilai, yaitu nilai-nilai kreatif (kerja, karya), nilai-nilai penghayatan (kebebasan, keindahan, kasih, iman), dan nilai-nilai bersikap (menerima dan mengambil sikap yang tepat atas derita yang tidak dapat dihindari lagi). 5) Ibadah., yaitu ibadah adalah segala kegiatan melaksanakan apa yang diperintahkan Tuhan dan mencegah dari hal-hal yang dilarangnya menurut ketentuan agama.

Weiten dan Lloyd 2003 (dalam Lunardi, 2008) mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan proses psikologis yang dilalui sehingga individu mampu mengatur atau mengatasi keinginan dan tantangan kehidupan sehari-hari. Individu dituntut menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, kondisi kejiwaannya dan lingkungan alam sekitarnya.

Menurut Schneiders 1964 (dalam Radhiani, 2008) mengemukakan bahwa ada 4 aspek yang terdapat pada penyesuaian diri yaitu : 1) Adaptasi (*Adaptation*), yaitu kemampuan individu yang mempunyai hubungan memuaskan dengan lingkungan dan memiliki penyesuaian diri dengan konteks.. 2) Konformitas (*Conformity*), 3) Penguasaan (*Mastery*), yaitu kemampuan seseorang membuat rencana dan mengorganisasikan respon diri, sehingga dapat, menguasai dan menanggapi segala hal masalah dengan efisien. 4) Individu bervariasi (*Individual Variation*).

Berdasarkan uraian tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan kebermaknaan hidup pada penderita penyakit ginjal kronik di RSUD Banyumas.

METODE PENELITIAN

Variabel penelitian

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kebermaknaan hidup, sedangkan variabel bebas adalah penyesuaian diri.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah penderita penyakit ginjal kronik di RSUD Banyumas, dengan mengambil sampel 30 penderita penyakit ginjal kronik.

Metode dan Instrumen Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan instrumen skala penyesuaian diri dan skala kebermaknaan hidup.

Metode Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis teknik korelasi regresi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji regresi dapat ditarik kesimpulan bahwa uji korelasi pada hubungan penyesuaian diri dengan kebermaknaan hidup menunjukkan r

empirik sebesar 0,845 dan r teoritik 0,361 dan p sebesar 0,000 dengan taraf kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa $r_e > r_t$ ($0,845 > 0,361$) dan ($p < 0,005$), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri memiliki pengaruh terhadap kebermaknaan hidup pada penderita penyakit ginjal kronik, dimana semakin tinggi penyesuaian diri maka akan semakin tinggi kebermaknaan hidupnya, begitu juga sebaliknya jika semakin rendah penyesuaian diri maka akan semakin rendah pula kebermaknaan hidupnya. Adapun koefisien determinasi dapat dilihat dalam tabel berikut :

Tabel . Koefisien Determenasi Penelitian

Model	R	R square	Adjusted R Square	Std. Error of Estimate
1	0,845	0,714	0,704	10,023

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa koefisien determinasi yang ditunjukkan dengan R square adalah 0,714. Hal ini menunjukkan bahwa dalam penelitian ini penyesuaian diri memiliki sumbangan efektif sebesar 71,4% terhadap kebermaknaan hidup, berarti masih ada 28,6% faktor lain yang berpengaruh. Menurut Frankl (2003) faktor lain yang mempengaruhi kebermaknaan hidup yaitu faktor frustasi eksistensi, faktor neourosis noogenik. Selain itu juga dapat dipengaruhi dari faktor eksternal misalnya: dukungan keluarga, faktor ekonomi, lingkungan sosial yang mendukung. Hal ini menunjukkan bahwa faktor utama penderita penyakit ginjal kronik untuk dapat mencapai makna hidupnya sangat tergantung dengan bagaimana cara penderita menyesuaikan dirinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara penyesuaian diri dengan kebermaknaan hidup pada penderita penyakit ginjal kronik di RSUD Banyumas. Penderita yang memiliki penyesuaian dirinya tinggi maka kebermaknaan hidupnya juga tinggi, begitu juga sebaliknya apabila penyesuaian dirinya rendah maka kebermaknaan hidupnya rendah.

SARAN

1. Bagi rumah sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bagi pihak rumah sakit khususnya perawat yang menangani penderita penyakit ginjal kronik

agar lebih dapat memahami keadaan psikologis penderita penyakit ginjal kronik dan dapat memberikan semangat dan dukungan untuk penderita penyakit ginjal kronik untuk dapat menyesuaikan diri dengan kondisinya saat ini sehingga diharapkan penderita dapat menemukan kebermaknaan hidup.

2. Bagi penderita penyakit ginjal kronik

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi penderita penyakit ginjal kronik untuk lebih dapat menyesuaikan diri dengan kondisinya saat ini sehingga tetap memiliki makna dalam setiap situasi, bahkan dalam penderitaan dan kepedihan sekalipun.

3. Bagi keluarga

Bagi keluarga yang diharapkan lebih memberikan dukungan untuk penderita penyakit ginjal kronik untuk dapat lebih menyesuaikan diri dengan kondisinya, serta lebih memahami perubahan-perubahan yang terjadi pada penderita ginjal kronik. Selain itu diharapkan pihak keluarga lebih dapat mengetahui mengenai penyakit ginjal kronik sehingga pihak keluarga dapat membantu penderita ginjal kronik untuk dapat menyesuaikan diri dan lebih memaknai hidup ini.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal-hal tertentu, mulai dari alat ukur, karakteristik subjek, sampel penelitian. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian sejenis guna memperkaya khasanah ilmu psikologi klinis diharapkan mengkaitkan dengan beberapa karakteristik-karakteristik lainnya seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan faktor lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta. PT. Raja Grafindo Persada.
- Frankl, V.E. (2003). *“Logoterapi Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi”*. Yogyakarta. Kreasi Wacana.
- Iskandarsyah, A. (2006). Hubungan Antara Health Locus Of Control Dan Tingkat Depresi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Di RS. Ny. R.A. Habibie Bandung. Laporan Penelitian. Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. <http://resources.unpad.ac.id/unpad-collection/hubungan-antara-health-locus-of-control-dan-tingkat-depresi-pada-pasien-gagal-ginjal-kronis-di-rs-ny-habibie-bandung-2> (diakses tanggal 03 Oktober 2011)

MARDINA ROMADHONI & Rr. SETYAWATI, Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Penderita Penyakit Ginjal Kronik Di RSUD Banyumas

- Lunardi, W & Kartasmita, S. (2008). Penyesuaian Diri Ibu yang Memiliki Anak Remaja Cerebral Palsy. *Jurnal Psikologi* 13 (2) 153-159. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara
- Radhiani, A. (2008). Penyesuaian Diri dan Orientasi Nilai pada Remaja yang Bertempat Tinggal di Ruko (Rumah Toko) Pekanbaru. *Jurnal Psikologi* 4 No.2. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.