KEBAHAGIAAN PADA ORANG DENGAN EPILEPSI (ODE)

RINGKASAN SKRIPSI

Oleh
Sofina Tunnajah
NIM. 11410085

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
TAHUN 2015

ABSTRAK

Sofina Tunnajah, 11410085, Kebahagiaan Pada Orang Dengan Epilepsi (ODE), *Skripsi,* Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015

Epilepsi atau orang Indonesia menyebutnya "*Ayan*" adalah salah satu penyakit yang banyak berada di Negara Berkembang salah satunya adalah Indonesia. Beberapa persen dari penderita tidak mendapatkan tritmen sama sekali. Serangan yang datang tiba-tiba tidak mengenal waktu dan tempat selain memberikan dampak medis, juga memberikan dampak psikologis bagi penderita. Banyak penderita merasa depresi, mengucilkan diri. Ditambah oleh stigma yang melekat pada masyarakat Indonesia saat ini yang keliru mengenai epilepsi bahwa epilepsi bukan penyakit tetapi akibat dari kekuatan gaib, kutukan, kesurupan bahkan sering dikaitkan dengan penyakit jiwa atau keadaan dengan intelegensi rendah hal tersebut membuat penderita mengalami isolasi sosial sehingga dampak dari semua itu membuat penderita terganggu kebahagiaannya. Padahal, pada dasarnya kebahagiaan mempunyai peran yang penting bagi orang-orang sakit, yakni memberikan umur panjang dan mencegah datangnya penyakit lain.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memahami kebahagiaan pada Orang Dengan Epilepsi (ODE) dan mengetahui apa saja yang menjadi faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada Orang Dengan Epilepsi (ODE).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus. Partisipan dalam penelitian ini adalah dua orang yang mempunyai sakit epilepsi dan keunikan tersendiri. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah dengan wawancara semi terstruktur tipe wawancara mendalam dan observasi. Hasil wawancara mendalam kemudian dibuat dalam bentuk transkip, dikoding dan dianalisis sehingga ditemui poin-poin kebahagiaan dan faktor yang mempengaruhinya.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan makna kebahagiaan yang dirasakan oleh kedua partisipan, walaupun pada dasarnya kedua partisipan merasakan kebahagiaan melalui kepuasan terhadap masa lalu, kebahagiaan pada masa sekarang dan optimism terhadap masa depan. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai macam faktor yang dimiliki, sepeti dukungan social, emosi, karakter, pola pikir dan sebagainya. Faktor-faktor kebahagiaan yang merujuk pada Teori Seligman semua dirasakan oleh partisipan, kecuali pendidikan, iklim, ras dan jenis kelamin bagi partisipan pertama tidak mempengaruhi kebahagiaan karena kebahagiaan pada dasarnya bergantung pada diri sendiri. Faktor lain keluar dari teori Seligman adalah keluarga, pekerjaan, impian, komunitas dan bahan bacaan. Dalam meraih kebahagiaan, kedua partisipan melalui beberapa tahap, denial, kemarahan, penawaran, depresi, penerimaan dan rekonstruksi kebahagiaan. Bagi partisipan untuk terus memberikan energi positif dan sebagai model bagi semua orang khususnya ODE lain.

Kata Kunci : Kebahagiaan, ODE

Pendahuluan

Epilepsi atau orang Indonesia sering menyebutnya ayan adalah salah satu penyakit yang dapat menyerang siapapun, tidak melihat wanita atau pria, anak-anak atau dewasa. Pada dasarnya setiap orang dapat mengalami epilepsi karena setiap orang memiliki otak dengan ambang bangkitan masing-masing apakah lebih tahan atau kurang tahan terhadap munculnya bangkitan. Sedangkan salah satu majalah yang ditulis oleh Margaretha (2010: 1) menyatakan bahwa epilepsi dikenal masyarakat Indonesia dengan berbagai nama seperti penyakit ayan, sawan, celeng dll. Namun sering kali masyarakat menganggap epilepsi bukan sebagai penyakit tapi akibat kekuatan gaib, kutukan, kesurupan bahan sering dikaitkan dengan penyakit jiwa atau keadaan dengan intelegensi rendah.

Di Indonesia sendiri, jumlah kasus baru epilepsi terus bertambah seiring pengetahuan dan kesadaran masyarakat yang meningkat, Dari data Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia (PERDOSSI) tahun 2012 (dalam Kartika, 2013: 1) menyebutkan perkiraan penderita epilepsi aktif saat ini mencapai 1,8 juta per 220 juta penduduk. Sedangkan perkiraan penderita epilepsi baru yakni mencapai 250 ribu penderita pada tahun 2012.

Permasalahan psikososial yang dirasakan oleh penderita epilepsi menjadi lebih besar dirasakan karena ketika serangan medis datang hal yang berbekas dalam psikis penderita epilepsi yakni lebih pada rasa malu, takut untuk melakukan sesuatu dan merasa hidupnya banyak mempunyai masalah dan akhirnya merasa depresi. ada hubungan kuat antara depresi dengan gangguan kecemasan dan epilepsi, sekitar setengah dari semua orang dewasa yang mengalami epilepsi mereka mengalami depresi.

Dampak-dampak yang dirasakan oleh penderita epilepsi seperti isolasi sosial, stigmatisasi atau ketidakmampuan memberikan efek juga bagi perkembangan psikologisnya dan kesejahteraan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Hawari pada tahun 2005 untuk menilai kualitas hidup penderita epilepsi dengan judul "Penilaian Kualitas Hidup Penderita Epilepsi dengan Instrumen Quality of Life in Epilepsy (QOLIE)-31)" hasil menunjukkan ternyata dari 145 reponden mempunyai kualitas hidup yang rendah.

Kualitas hidup adalah penilaian individu sejauh mana hidup berisi hal-hal yang memuaskan dan berarti. Csikzentmihaly (dalam Salsabila, 2012: 171) menemukan bahwa kualitas hidup seseorang dipengaruhi oleh kebahagiaan yang dirasakan individu ketika terlibat dalam aktivitas positif yang disukai dan menghabiskan waktu luangnya dengan aktivitas tersebut. Penelitian ini menunjukkan bahwa dengan melihat kualitas hidup maka terlihat juga bagaimana kebahagiaan pada individu. Jadi dengan mengetahui status kualitas hidup dari penderita epilepsi maka akan tergambar pula kebahagiaan yang dirasakan oleh penderita epilepsi. Dari penelitian yang ditemukan dapat disimpulkan bahwa dampak-dampak yang dirasakan penderita epielpsi mengganggu kebahagiaan yang dimiliki.

Kebahagiaan sesungguhnya merupakan suatu hasil penilaian terhadap diri dan hidup, yang membuat emosi positif, seperti kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap, maupun aktivitas positif yang tidak memenuhi komponen

emosi apapun, seperti absorbs dan keterlibatan (Seligman, 2005: 45). Seligman juga menyatakan bahwa kebahagiaan memiliki beberapa faktor. Faktor-faktor itu antara lain uang, status pernikahan, kehidupan sosial, usia, kesehatan, emosi negatif, pendidikan, iklim, ras, dan jenis kelamin, serta agama atau tingkat religiusitas seseorang (Seligman, 2005: 140).

Pada dasarnya memang antara kesehatan dan kebahagiaan saling terkait, bahwa kebahagiaan menjadi penting dalam kehidupan manusia baik itu orang sakit maupun tidak, karena kebahagiaan dapat meringankan atau mencegah datangnya sakit yang mungkin akan menghampiri individu, selain itu kebahagiaan juga dapat memperpanjang umur hidup. Melalui hal ini, dapat disimpulkan bahwa setiap individu menginginkan kebahagaiaan dalam hidupnya sesuai dengan tujuan hidup dan nilai-nilai yang dimiliki oleh individu.

Pada orang yang sehat dan dapat beraktivitas secara normal tanpa hambatan pencapaian kebahagiaan dapat ditempuh dengan mudah, tetapi berbeda pada orang yang mempunyai sakit menahun dan mempunyai status yang tidak bisa dipastikan kesembuhannya yakni orang dengan epilepsi (ODE) dan penyakit lain yang serupa. Pencapaian kebahagiaan orang dengan epilepsi (ODE) tentunya membutuhkan tenaga dan usaha yang benyak melibatkan emosi, selain itu dalam meraih kebahagiaan penderita epilepsi melalui beberapa proses dan tahapan.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kebahagiaan pada orang dengan epilepsi (ODE) dan apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan yang dirasakannya.

LANDASAN TEORI

Seligman mendefinisikan kebahagiaan sebagian tujuan dari psikologi positif, yang menggabungkan antara emosi positif (seperti perasaan suka cita dan kenyamanan) dan aktivitas positif yang tidak disertai dengan komponen perasaan (seperti rasa *absorpsi* dan keterlibatan) (Seligman, 2005: 52).

Kebahagiaan memiliki lima unsur. Kelima unsur itu adalah emosi positif, keterlibatan, makna, hubungan positif, dan prestasi (Seligman, 2013: 36-41). Seligman juga menyatakan bahwa kebahagiaan memiliki beberapa faktor. Faktor-faktor itu antara lain uang, status pernikahan, kehidupan sosial, usia, kesehatan, emosi negatif, pendidikan, iklim, ras, dan jenis kelamin, serta agama atau tingkat religiusitas seseorang (Seligman, 2005: 140).

Epilepsi dikenal sebagai salah satu penyakit tertua di dunia. Epilepsi dikenal sekitar 2000 tahun sebelum Masehi di daratan Cina dan menempati urutan kedua dari penyakit saraf setelah gangguan peredaran darah otak. Hipokrates adalah orang yang pertama mengenal epilepsi sebagai gejala penyakit dan menganggap bahwa serangan epilepsi adalah akibat suatu penyakit otak yang disebabkan oleh keadaan yang dapat difahami dan bukan akibat kekuatan gaib (Harsono, 2005: 119). Epilepsi merupakan suatu gangguan yang mempunyai problema-problema dasar tertentu, yaitu, (1) adanya proses disfungsi sistem saraf pusat yang ditandai dengan adanya suatu gangguan yang bervariasi, (2) terdapat perbedaan beratnya serangan, dari yang hanya 1 kali serangan sampai beberapa kali serangan dalam sehari, (3) Epilepsi merupakan suatu gangguan yang

memberikan stigma. Stigma tersebut dikaitkan dengan adanya serangan epilepsi yang membawa dampak kurang baik terhadap kehidupan social.

Beberapa penyebab yang diketahui sebagai berikut (Harsono, 2005: 120-121):

a. Tumor otak merupakan penyebab epilepsi yang tidak umum, terutama pada anak-anak, penyebab ini masuk dalam gangguan serebral
b. Kelainan yang terjadi selama perkembangan janin/kehamilan ibu, seperti ibu menelan obat-obat tertentu yang dapat merusak otak janin, mengalami infeksi, minum alkohol atau mengalami infeksi, minum alkohol atau mengalami cedera (trauma) atau mendapat penyinaran (radiasi)
c. Kelainan yang terjadi pada saat kelahiran, seperti kurang oksigen yang mengalir ke otak (hipoksia), kerusakan karena tindakan (for-sep), atau trauma lain pada otak bayi
d. Cedera kepala yang dapat menyebabkan kerusakan pada otak. Kejang-kejang dapat timbul pada saat terjadi cedera kepala, atau baru terjadi 2-3 tahun kemudian. Bila serangan terjadi berulang pada saat yang berlainan baru ditanyakan sebagai penyandang epilepsi
e. Penyumbatan pembuluh darah otak atau kelainan pembuluh darah otak
f. Radang atau infeksi. Radang selaput otak (meningitis) atau radang otak dapat menyebabkan epilepsi

METODE

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif, karena berdasarkan kasus yang unik peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis studi kasus. Partisipan dalam penelitian ini adalah dua orang yang mempunyai sakit epilepsi lebih dari tiga tahun dan mempunyai keunikan sendiri serta bersedia menjadi informan dalam penelitian.

Sumber data dalam penelitian menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer adalah partisipan itu sendiri dan berbagai gejala di lapangan , sedangkan sumber data sekunder adalah mencakup dokumen-dokumen resmi, buku-buku, hasil penelitian yang berwujud laporan dan sebagainya.

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Pada penelitian menggunakan Nonpartisipan-Overt-Alamiah yakni observer menjadi pengamat pasif dalam setting yang diamati, dalam arti tidak terlibat dalam aktifitas yang diamatinya (Rahayu, 2004: 7), menggunakan wawancara semi tersktruktur. Dalam wawancara semi terstruktur peneliti menggunakan pedoman wawancara yang dibuat berupa daftar pertanyaan, tetapi tidak berupa kalimat-kalimat yang mengikat (Rahayu, 2004: 12).

Analisis data yang dilakukan merujuk pada Cresswell, yakni, (1) Mengelola dan mempersiapkan data untuk dianalisis, (2) Membaca keseluruhan data, (3) Menganalisis lebih detail dengan meng-coding data, (4) Menerapkan proses coding, (5) Interpretasi atau memeknai data. Sedangkan keabsahan data menggunakan triangulasi dengan mewawancarai kerabat dekat partisipan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menentukan apa arti sebenarnya dari kata kebahagiaan merupakan hal yang sulit dilakukan, hal ini karena masing-masing individu memiliki arti sendiri dalam merasakan kebahagiaan. Sedangkan Seligman menyatakan bahwa kebahagiaan adalah kata-kata yang diberikan Seligman yang mewakili pembahasan mengenai psikologi positif, menggunakan kata kebahagiaan sebagai istilah dari seluruh tujuan psikologi positif. Istilah kebahagiaan adalah seluruh kegiatan yang meliputi perasaan positif seperti suka cita dan kenyamanan, serta aktivitas positif tanpa unsur perasaan sama sekali seperti keterlibatan (Seligman, 2005: 52).

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa kedua partisipan cenderung mempunyai kebahagiaan yang sama, yakni dengan merasakan kepuasan terhadap masa lalu, kebahagiaan pada masa sekarang dan optimism terhadap masa depan. Hal ini sesuai dengan apa yang dinyatakan oleh Seligman bahwa kebahagiaan adalah dengan merasakan emosi positif dalam kehidupannya, yang dalam Seligman emosi positif tersebut dirumuskan menjadi tiga berdasarkan orientasi waktu, pada masa lalu, masa sekarang dan masa depan (Seligman, 2005: 177).

Kedua partisipan meraih kepuasan terhadap masa lalu dengan cara bersyukur, dan berbagi cerita hidup kepada orang lain, Penelitian yang dilakukan oleh Watkins dkk menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif terhadap kebahagiaan dan kesejahteraan subyektif (Watkins, 2003: 431). Hal yang sama terjadi pada partisipan DM yang juga bersyukur dengan keadaan yang ada, tetapi rasa syukur yang dimiliki lebih ditunjukkan pada perbuatan, yaitu dengan berbagi.

Kebahagiaan pada masa sekarang dirasakan dengan pekerjaan yang dimiliki saat ini dan berbagi kebahagiaan, Hal ini sesuai dengan yang dikatakan Myers dalam bukunya yang berjudul *"The Pursuit of Happiness: Who is Happy-and Why?"*(Khavari, 2006: 134) bahwa perasaan puas dengan pekerjaan sendiri dan perasaan faedah berkorelasi erat dengan kebahagiaan. Sebaliknya pengangguran membawa dampak yang merusak kesejahteraan subyektif. Sedangkan optimisme terhadap masa depan diraih dengan memaknai hidup sebagai ODE dan berfikir positif atas apa yang dimiliki saat ini. Orang-orang yang pesimis memiliki cara yang sangat destruktif untuk menafsirkan kegagalan dan kekecewaan mereka, mereka secara optimis berpikir bahwa penyebab kegagalan itu bersifat permanen, menyeluruh dan pribadi. Sebaliknya orang yang optimis memiliki kekuatan yang memungkinkan mereka menafsirkan kegagalan sebagai suatu yang dapat diatasi atau dengan kata lain dapat memaknai dengan secara konstruktif (Seligman, 2005: 100). Orang yang bahagia mengingat lebih banyak peristiwa menyenangkan daripada yang sebenarnya terjadi dan mereka melupakan lebih banyak peristiwa buruk (Seligman, 2005: 128).

Kebahagiaan yang dirasakan pada umumnya berbeda karena faktor-faktor seperti kepribadian,hubungan social, karakter, pola pikir, dukungan sosial dan sebagainya. Faktor lain keluar dari teori Seligman bagi partisipan DO adalah keluarga dan pekerjaan, sedangkan partisipan DM adalah impian, komunitas dan

bahan bacaan. Pun dalam proses kebahagiaan mempunyai tahap yang sama tetapi unsure di dalamnya berbeda-beda.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan ditemukan bahwa Kebahagiaan yang dirasakan oleh kedua partisipan berbeda. Adanya perbedaan makna kebahagiaan yang dirasakan oleh kedua partisipan, walaupun pada dasarnya kedua partisipan merasakan kebahagiaan melalui kepuasan terhadap masa lalu, kebahagiaan pada masa sekarang dan optimisme terhadap masa depan. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai macam faktor yang dimiliki, sepeti dukungan social, emosi, karakter, pola pikir dan sebagainya.

Dalam meraih kebahagiaan, kedua partisipan melalui beberapa tahap, denial, kemarahan, penawaran, depresi, penerimaan dan rekonstruksi kebahagiaanPerbedaan yang terdapat pada kedua partisipan adalah dikarenakan karakter dari masing-masing partisipan sudah berbeda sehingga pola fikir dan rasa kebahagiaan yang dirasakan juga berbeda.

Faktor-faktor yang merujuk pada teori Seligman hampir semua dirasakan oleh kedua partisipan hanya kontribusi kecil dan besarnya yang berbeda, yang berbeda adalah pendidikan, iklim, ras dan jenis kelamin bagi partisipan DO tidak mempengaruhi kebahagiaan karena kebahagiaan pada dasarnya bergantung pada diri sendiri.

Faktor lain keluar dari teori Seligman bagi partisipan DO adalah keluarga dan pekerjaan, sedangkan partisipan DM adalah impian, komunitas dan bahan bacaan.

DAFTAR PUSTAKA

Hantoro, Rudi. (2013). *Buku Pintar Keperawatan Epilepsi*. Yogyakarta: Penerbit Cakrawala Ilmu

Harsono. (2005). *Buku Ajar Neurologi Klinis*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

Harsono. (2007). *Kapita Selekta Neurologi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

Hawari, Irawaty. (2010). *Epilepsi di Indonesia*. http://www.ina-epsy.org/2010/08/epilepsi-di-indonesia.html. Diakses pada tanggal 9 September 2014 11:40 AM

Kartika, Unoviana. (2013). *Penyakit Epilepsi Makin Banyak Terdeteksi*. http://health.kompas.com/read/2013/06/27/1730364/Penyakit.Epilepsi.Makin.Banyak.Terdeteksi. Diakses pada tanggal 9 September 2014 11:40 AM

Margaretha, Jane. (2010). Epilepsi. *Artikel Clinic Corner*. Tidak diterbitkan

Loney, J et al. (2008) '*Anxiety and Depressive Symptoms in Children Presenting With a First Seizure.'Pediatric Neurology.* http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0887899408003251. Diakses pada tanggal 9 Desember 2014 08:40 AM

Salsabila, Mustamira Sofa. (2012). *Kualitas Hidup Pasien Epilepsi(Studi Kasus Pasien Epilepsi Dewasa Awal di Yogyakarta).* Skripsi. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga

Seligman, M.E.P. (2005). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.

Seligman, M.E.P. (2013). *Beyound Authentic Happiness*. Bandung: Kaifa

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM
PUSAT PERPUSTAKAAN