BAB 2
TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Resiliensi Penderita Tuberkulosis Paru

2.1.1. Definisi Resiliensi

Resiliensi merujuk pada kemampuan seseorang untuk bertahan dan bangkit dari masalah yang dihadapi. Ini adalah faktor penting yang melindungi seseorang agar bisa mengatasi kesulitan. Resiliensi dapat tumbuh saat seseorang menghadapi tantangan dan kesulitan secara berkelanjutan, serta melalui adaptasi dan pengalaman yang dialami (Heltty, 2023). Resiliensi pada penderita TB paru merupakan kemampuan untuk kembali pulih dari suatu kondisi dan mampu beradaptasi terhadap penyakit TB paru dalam upaya untuk kembali sehat selain aspek medis. Keinginan kuat dalam diri seseorang untuk bisa sembuh dari penyakit TB paru merupakan faktor yang mempengaruhi cepat tidaknya mereka pulih (Riani Suksi, 2022).

2.1.2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi Penderita TB

Faktor resiliensi pada penderita TB meliputi faktor dukungan sosial, faktor emosi positif, faktor self-esterm, dan faktor resiko (Agustin dan wibowo, 2020) :

Pertama, faktor dukungan dari orang-orang terdekat seperti keluarga, teman sebaya, konselor, dan kader TB. Dukungan ini dapat mempengaruhi serta membantu penderita TB dalam melanjutkan pengobatan mereka.

Kedua, faktor emosi positif, seperti model perawatan rawat jalan yang terdesentralisasi, mendukung keadaan emosional penderita untuk menyelesaikan perawatan mereka. Penderita yang memiliki emosi positif dapat membantu mereka untuk tetap konsisten dalam pengobatan dan membangun ketahanan terhadap penyakit TB.

Ketiga, faktor *self-esteem* pada penderita TB mencakup sifat-sifat seperti ketahanan diri, motivasi intrinsik, dan penghargaan terhadap kesehatan. Penderita TB menurut praktisi kesehatan, lebih mampu untuk melanjutkan pengobatan dan mengatasi tantangan. Mereka yang menghargai diri sendiri, dengan *self-esteem* yang baik, cenderung dapat melanjutkan pengobatan dan mengembangkan ketahanan terhadap penyakit TB.

Keempat faktor resiko yaitu penderita TB sebagian besar dalam kondisi ekonomi rendah sehingga perlu dibantu dalam pemanfaatan pelayanan kesehatan yang layak dan gratis. Melanjutkan pengobatan yang tepat menjadi sesuatu yang sangat sulit bagi penderita TB yang umumnya berasal dari kalangan ekonomi menengah ke bawah, biaya pengobatan dapat menambah beban pikiran dan menyebabkan stres yang membuatnya sulit untuk mempertahankan resiliensi.

2.1.3. Fungsi Resiliensi

Fungsi resiliensi memiliki 4 fungsi yaitu yang pertama, *overcoming* (mengatasi) adalah individu membutuhkan resiliensi sebagai suatu cara mengatasi permasalahan buruk yang dihadapi pada masa anak-anak agar tidak terganggunya kehidupan serta perkembangan masa dewasanya. Kedua, *steering through* (melalui) adalah individu membutuhkan resiliensi untuk menghadapi permasalahan hidupnya sehari-hari. Ketiga, *bouncing back* (bangkit kembali) adalah individu dengan kepemilikan resiliensi akan mampu untuk bangkit kembali dari permasalahan yang membantu karena terpuruk. Keempat, *reaching out* (pencapaian) adalah resiliensi dapat digunakan individu sebagai bentuk pembelajaran mengenai pengalaman-pengalaman dalam melewati permasalahan hidup, untuk dapat menemukan makna serta tujuan hidup yang baru (Revich dan shatte dalam Novita, 2021).

2.1.4. Manfaat Resiliensi

Manfaat mengembangkan resiliensi adalah sebagai berikut (Denishtsany, 2023) : Pertama, meningkatkan tingkat resiliensi dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan. Orang dengan resiliensi yang tinggi dapat mengatasi kesulitan dan masalah hidup dengan lebih efektif dan oleh karena itu mereka mengalami sedikit kecemasan dan stress. Orang dengan resiliensi yang rendah cenderung mengalami lebih banyak stress dan kecemasan menghadapi situasi yang sulit atau tidak diinginkan. Sebaliknya, orang yang memiliki resiliensi tinggi cenderung lebih positif dan optimis dalam situasi yang sulit. Mereka tidak mengalami stres dan kecemasan karena mereka mampu melihat aspek positif dari situasi dan Menemukan solusi yang tepat untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi.

Kedua, meningkatkan kesehatan mental yaitu meningkatkan resiliensi juga berkontribusi pada kesehatan mental yang lebih baik. Orang yang tangguh cenderung lebih mampu mengatasi masalah dan situasi sulit dengan baik dan lebih kecil kemungkinannya untuk mengalami masalah kesehatan mental. Beberapa penelitian menunjukan bahwa orang yang memiliki resiliensi cenderung lebih baik dalam mengatasi tantangan dan masalah hidup. Orang yang tangguh lebih kecil kemungkinannya mengalami masalah kesehatan mental karena mampu mengatasi perubahan dan situasi yang menantang secara positif dan produktif.

Ketiga, meningkatkan kinerja dan produktivitas dapat dicapai dengan meningkatkan resiliensi, yang membantu meningkatkan efisiensi dan produktivitas kerja. Dalam konteks pekerjaan, resiliensi dapat membantu seseorang untuk menghadapi tekanan dan masalah yang sering muncul ditempat kerja secara efektif dan positif. Seorang karyawan dengan tingkat resiliensi yang tinggi cenderung dapat mengatasi tekanan dan masalah yang muncul di tempat kerja dengan lebih baik, sehingga mereka tidak merasa stress atau terbebani. Ketika seseorang karyawan memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, mereka cenderung dapat tetap fokus dan produktif dalam menghadapi situasi

yang sulit atau tidak diinginkan ditempat kerja. Mereka memiliki kemampuan untuk menemukan solusi yang tepat dan mengambil tindakan yang dierlukan untuk mengatasi masalah, sehinggga tidak mudah bagi mereka untuk terganggu atau kehilangan konsentrasi.

Keempat, meningkatkan kemampuan beradaptasi yaitu mengembangkan resiliensi akan memudahkan untuk beradaptasi dengan perubahan lingkungan dan keadaan. Hal ini akan membawa pada kesuksesan dan pengalaman hidup berharga. Secara umum, mengembangkan resiliensi memiliki bahnyak manfaat baik secara pribadi maupun dalam konteks bisnis dan organisasi. Tingkat resiliensi yang tinggi memungkinkan orang untuk mengatasi tantangan dan perubahan hidup dengan lebih baik dan menjalani kehidupan yang lebih positif dan sukses.

Kelima, meningkatkan kualitas hidup yaitu kejadian atau situasi yang merugikan sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, seperti kehilangan pekerjaan, krisis kesehatan, atau masalah hubungan. Jika seseorang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, dapat mengatasi situasi-situasi ini dengan lebih baik dan lebih efektif. Ketika seseorang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, mereka cenderung dapat mengatasi tekanan dan masalah dengan lebih baik, sehingga mereka tidak merasa tertekan atau putus asa. Mereka mampu menemukan cara yang efektif untuk menyelesaikan masalah dan Mengambil langkah yang tepat dalam situasi sulit. sehingga mengurangi tingkat stres dan kecemasan. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi memiliki kesehatan fisik yang lebih baik. Mereka biasanya menjalani gaya hidup sehat meliputi beberapa aspek penting, seperti rutin berolahraga, memperhatikan pola makan yang sehat dan mendapatkan tidur yang cukup juga dapat membantu mengembangkan kualitas hidup secara keseluruhan. Kesehatan fisik yang baik dapat berdampak positif pada kesehatan mental dan emosional seseorang.

2.1.5. Aspek-Aspek Resiliensi

Aspek ketangguhan dapat dibagi menjadi empat bagian yaitu kepribadian tangguh, penghargaan diri, penyesuaian dengan ketegangan, dan emosi positif (Bonarno, Saraswati dalam Husna, 2019) :

Pertama, kepribadian tangguh (*hardiness personality*) berfungsi untuk mengatasi tekanan yang berat. Dimensi kepribadian ini mencakup kemampuan untuk mengidentifikasi makna dari peristiwa dalam kehidupan sehari-hari, keyakinan bahwa individu dapat mengubah lingkungannya, dan kemampuan untuk memberikan makna pada seluruh kejadian. Ini juga mencakup keyakinan yang memungkinkan individu belajar dari pengalaman positif dan negatif.

Kedua, penghargaan diri menunjukkan bahwa individu dengan tingkat penghargaan diri yang tinggi lebih mampu menghadapi peristiwa yang bisa menimbulkan stres. Ketiga, penyesuaian dengan represif adalah proses mekanisme emosi di mana individu yang menyesuaikan diri dengan represif mengalami berbagai reaksi emosi saat menghadapi stres, seringkali juga mengalami gejala fisik akibat stres, namun gejala tersebut biasanya berkurang dalam waktu singkat.

Keempat, emosi positif adalah salah satu cara untuk menunjukkan ketahanan (*resilience*) ketika menghadapi masalah. Ini melibatkan penggunaan emosi positif seperti semangat, rasa bangga, dan kebahagiaan. Penelitian menunjukkan bahwa emosi positif dapat mengurangi tingkat penderitaan setelah mengalami kejadian traumatis melalui ketenangan dan pelepasan emosi negatif.

2.2. Kualitas Hidup Penderita Tuberkulosis Paru

2.2.1. Definisi Kualitas Hidup

Kualitas hidup merujuk pada cara individu menginterpretasikan kehidupan mereka dalam konteks budaya dan nilai-nilai sistem di mana mereka tinggal, serta dalam hubungannya dengan nilai-nilai, standar, dan kekhawatiran hidup (Wardani & Dewi,

2018). Kualitas hidup sangat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan yang baik, mencakup aspek fisik dan mental yang mempengaruhi adanya penerimaan diri, pandangan yang baik terhadap dirinya sendiri, perasaan yang positif, rasa menghargai diri sendiri dan orang lain, kebahagiaan yang terpancar, spiritualitas yang kuat, kesejahteraan hidup yang terjaga, serta kemampuan untuk menjalin hubungan interpersonal yang baik (Zaman & Miniharianti, 2022).

2.2.2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Penderita TB

Berikut adalah sembilan faktor yang mempengaruhi kualitas hidup manusia :

2.2.2.1 Usia

Individu yang berada pada usia yang lebih muda cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang usianya lebih lanjut. Mereka juga merasa termotivasi untuk sembuh karena memiliki harapan hidup yang tinggi serta peran sebagai tulang punggung keluarga. Sebaliknya, orang yang lebih tua mungkin cenderung menyerahkan keputusan pada keluarga atau anak-anaknya, dan banyak yang merasa sudah tua serta kurang termotivasi untuk menjalani terapi.

2.2.2.2 Jenis kelamin

Perempuan cenderung memiliki kualitas hidup yang tinggi dibandingkan dengan laki-laki karena kemampuan mereka untuk mengelola emosi dan menangani masalah dengan lebih baik. Banyak perempuan juga bertanggung jawab atas pekerjaan rumah tangga, yang dapat memengaruhi proses pemulihan kesehatan. Namun, Perempuan juga lebih rentan terhadap masalah kesehatan dibandingkan dengan laki-laki.

2.2.2.3 Pendidikan

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara penderita yang memiliki tingkat pendidikan tinggi dan rendah dalam hal keterbatasan fungsional yang terkait dengan masalah emosional dari waktu ke waktu. Penderita dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik, terutama dalam hal fungsi fisik, tingkat energi atau kelelahan, fungsi sosial, serta keterbatasan dan peran berfungsi yang berkaitan dengan masalah emosional.

2.2.2.4 Pekerjaan

Seorang individu yang bekerja cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik daripada yang tidak bekerja.

2.2.2.5 Perilaku berisiko

Kebiasaan seperti merokok, mengonsumsi alkohol secara berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, serta pola makan yang tidak sehat,dan tidur yang tidak teratur dapat memengaruhi kondisi emosional seseorang, sehingga menurunkan kualitas hidupnya.

2.2.2.6 Penyakit kronis

Penyakit kronis sering kali memerlukan perawatan paliatif, terutama pada tahap akhir. Contohnya, seseorang yang menderita kanker stadium lanjut mungkin mengalami kecemasan dan depresi, yang berdampak pada kualitas hidupnya. Penyakit kronis juga merupakan beban ekonomi bagi individu, keluarga, dan komunitas secara keseluruhan. Penyakit ini menimbulkan masalah medis, sosial, dan psikologis yang dapat membatasi aktivitas penderitanya, sehingga menyebabkan penurunan kualitas hidup.

2.2.2.7 Gangguan mental

Kecemasan dan depresi berat dapat signifikan memengaruhi kualitas hidup seseorang.

2.2.2.8 Pengobatan

Meskipun gejala mungkin sudah mereda, pengobatan yang lama yang mengalami penghentian pengobatan bisa berdampak buruk terhadap otak penderita TB, yang pada akhirnya memengaruhi kualitas hidupnya. Hal ini disebabkan oleh kemungkinan kambuhnya gejala TB kapan saja. Penderita TB diobati dengan penggunaan kombinasi obat-obatan dan terapi psikologis. Selama periode gejala akut, rawat inap sering diperlukan. Untuk kasus penyakit jiwa, rawat inap mungkin diperlukan untuk memastikan penderita mendapatkan nutrisi, kebersihan, dan istirahat yang cukup, serta untuk menjaga keamanan penderita TB dan orang-orang di sekitarnya.

2.2.2.9 Status ekonomi

Orang dengan kondisi ekonomi yang mapan cenderung mungkin dapat memenuhi kebutuhan hidup mereka dengan lebih baik.

(Afconneri dan Puspita, 2020)

2.2.3. Manfaat kualitas hidup

Manfaat meningkatkan kualitas hidup ada sepuluh, yaitu :

2.2.3.1 Kesehatan yang lebih baik

Memperbaiki kualitas hidup, individu bisa mendapatkan manfaat kesehatan yang signifikan dan mengurangi risiko penyakit, serta meningkatkan kesejahteraan keseluruhan dengan menerapkan pola makan sehat, berolahraga secara teratur, serta menghindari kebiasaan merokok dan mengonsumsi alkohol.

2.2.3.2 Kebahagiaan dan kepuasan

Saat kualitas hidup meningkat, maka seorang individu merasa lebih bahagia dan puas dengan kehidupan. Hal ini bisa dicapai dengan memiliki hubungan yang sehat, meraih tujuan pribadi, menjalani gaya hidup yang seimbang, serta menyempatkan waktu untuk menikmati hobi dan aktivitas yang disukai.

2.2.3.3 Hubungan yang lebih baik

Meningkatkan kualitas hidup dapat membantu individu membangun dan memelihara hubungan yang sehat dan bermakna. Dengan memperhatikan kualitas hubungan dengan keluarga, teman, dan pasangan dapat mengembangkan ikatan yang lebih erat, saling mendukung, serta menciptakan lingkungan sosial yang positif.

2.2.3.4 Pengembangan diri

Melalui peningkatan kualitas hidup, kita bisa terus belajar dan berkembang secara pribadi. Mengikuti kursus, menambah keterampilan dan pengetahuan, atau terlibat dalam kegiatan yang menantang bisa membantu individu mencapai potensi diri yang lebih besar.

2.2.3.5 Penurunan tingkat stres

Mengelola stres dengan baik melalui praktik seperti meditasi, relaksasi, dan manajemen waktu yang efektif, dapat membuat individu merasa lebih tenang dan terhindar dari dampak buruk stres kronis. Meningkatnya kualitas hidup berkorelasi dengan menurunnya tingkat stres.

2.2.3.6 Keuangan yang stabil

Mengembangkan kebiasaan mengelola keuangan secara bijak, berhemat, melakukan investasi yang cerdas, serta meningkatkan kemampuan dalam berkarir, kita dapat mencapai stabilitas keuangan yang lebih baik. Kualitas hidup yang meningkat membantu mewujudkan kestabilan finansial.

2.2.3.7 Lingkungan yang lebih sehat

Salah satu aspek penting dalam meningkatkan kualitas hidup adalah menjaga kelestarian lingkungan sekitar. Mengadopsi perilaku ramah lingkungan, seperti mendaur ulang dan mengurangi konsumsi energi, individu dapat memberikan dampak positif bagi lingkungan tempat tinggal.

2.2.3.8 Kebebasan dan otonomi yang lebih besar

Melalui peningkatan kualitas hidup, individu dapat mencapai tingkat kebebasan dan kemandirian yang lebih tinggi. Hal ini mencakup memiliki kendali atas keputusan pribadi, dapat merencanakan masa depan dengan lebih baik, serta merasa puas dengan pilihan hidup yang diambil. Peningkatan kualitas hidup membawa kebebasan dan otonomi yang lebih besar dalam menjalani kehidupan.

2.2.3.9 Produktivitas yang lebih tinggi

Meningkatkan kualitas hidup, kecenderungannya akan menjadi lebih produktif, baik dalam pekerjaan maupun kehidupan sehari-hari. Ketika individu merasa sehat, bahagia, dan puas, maka dapat menghadapi tantangan dengan lebih baik, bekerja secara efisien, serta mencapai hasil yang lebih maksimal.

2.2.3.10 Kualitas hidup yang berkelanjutan

Mengadopsi perubahan gaya hidup yang positif dan menjaga komitmen terhadap perbaikan individu, dapat menciptakan kualitas hidup yang berkelanjutan dalam jangka panjang. Meningkatkan kualitas hidup adalah perjalanan yang terus berkelanjutan menuju kehidupan yang lebih baik.

(Young on Top, 2023)

2.2.4. Aspek Kualitas Hidup

Ada 4 aspek mengenai kualitas hidup (WHO dalam Ekasari, 2018) :

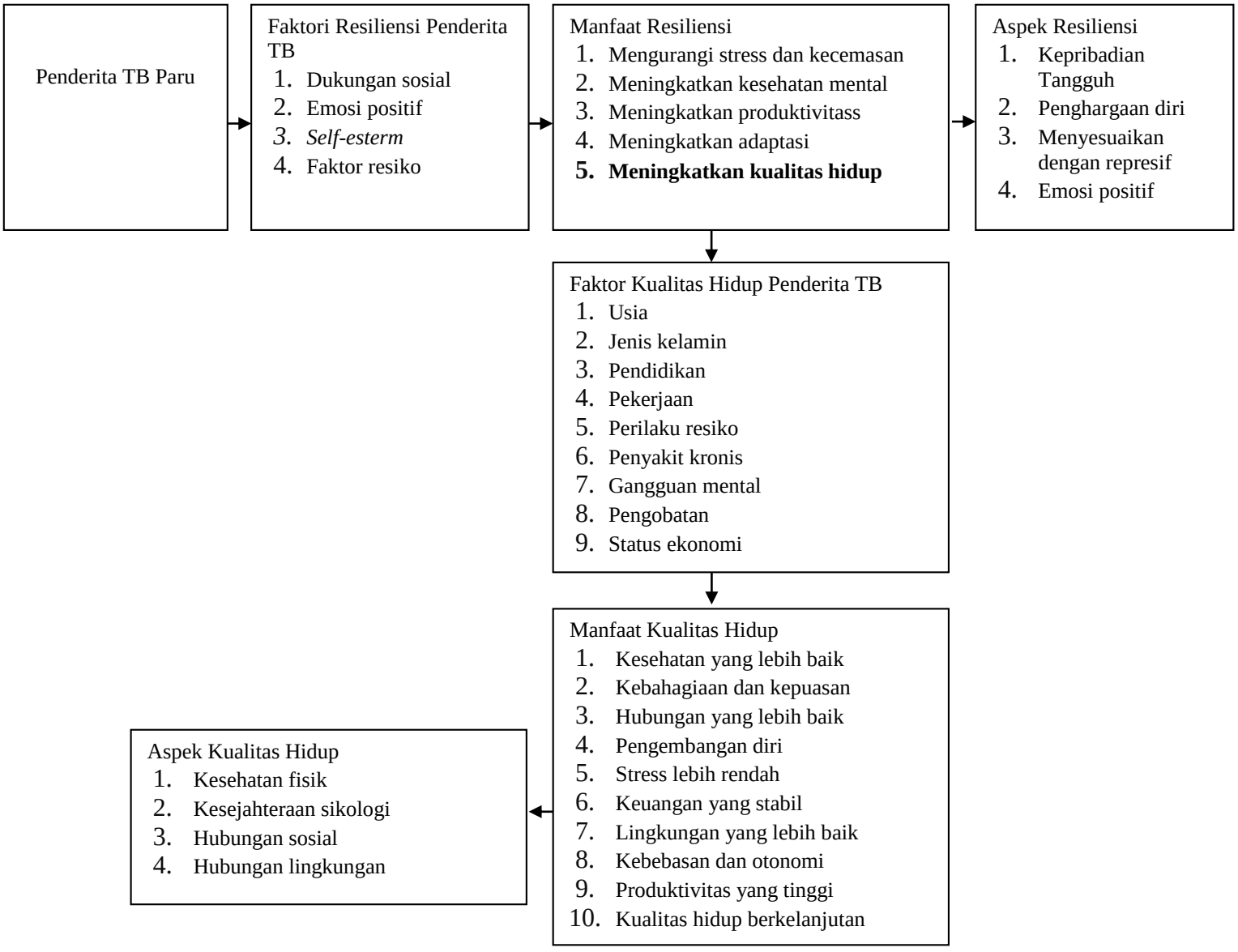
Pertama, Aspek kesehatan fisik mencakup berbagai hal seperti aktivitas sehari-hari, ketergantungan pada zat obat dan alat medis, tingkat energi dan kelelahan, tingkat mobilitas, persepsi rasa sakit dan ketidaknyamanan, kualitas tidur dan istirahat, serta kapasitas kerja.

Kedua, Kesejahteraan psikologis mencakup berbagai aspek, antara lain persepsi terhadap citra tubuh dan penampilan diri, keberadaan perasaan-perasaan baik positif maupun negatif, tingkat penghargaan diri atau harga diri, dimensi spiritual, agama, atau keyakinan pribadi yang dianut, serta kemampuan kognitif seperti berpikir, belajar, mengingat, dan berkonsentrasi.

Ketiga, dukungan sosial yang baik dan aktivitas seksual yang sehat juga berperan dalam meningkatkan kualitas hidup seseorang. Memiliki hubungan sosial yang berkualitas dan kehidupan seksual yang memuaskan dapat memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan hidup secara keseluruhan.

Keempat, hubungan dengan lingkungan sekitar turut mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Faktor-faktor seperti kondisi keuangan, kebebasan, keamanan fisik dan kesehatan, aksesibilitas dan kualitas layanan sosial, kondisi rumah, peluang untuk mendapatkan informasi dan keterampilan baru, ketersediaan fasilitas rekreasi atau olahraga, serta kondisi lingkungan fisik seperti polusi, kebisingan, lalu lintas, iklim, dan transportasi menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam menjaga kualitas hidup yang baik.

2.3. Kerangka Teori

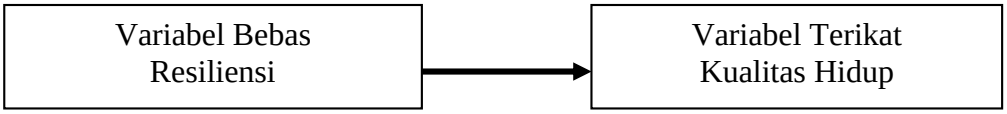


Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian

Sumber: Agustin & Wibowo (2020), Denishtsany (2023), Ekasari (2018), Afconneri & Puspita (2020), Husna (2019), Younge On Top (2023)

2.4. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep adalah uraian dan visualisasi tentang hubungan atau keterkaitan antara konsep atau variabel satu dengan yang lainnya. yang menggambarkan relasi dari masalah yang sedang diteliti. (Adiputra I Made S, 2021). Berikut adalah kerangka konsep pada penelitian ini:



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian

2.5. Hipotesis

Ha : Ada hubungan antara resiliensi dan kualitas hidup penderita TB paru di RS Mitra Siaga Tegal.