

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Rutinitas sehari-hari setiap individu dalam kehidupan ini pasti pernah mengalami hal yang disebut sakit, baik itu sakit secara fisik maupun psikis, sehingga menyebabkan aktifitas individu menjadi terhambat. Kehidupan itu sendiri selalu diwarnai oleh hal-hal yang saling bertentangan mengisi hidup ini. Manusia dalam perjalanan hidupnya di dunia akan menjalani tiga keadaan penting, dimana manusia akan merasakan keadaan sehat, keadaan sakit maupun keadaan mati. Sehat dan sakit merupakan warna dan rona abadi yang selalu melekat dalam diri manusia selama dia masih hidup.¹

Banyak faktor yang dapat menyebabkan tubuh manusia mengalami hal yang disebut sakit, salah satu penyebabnya bersumber dari tekanan psikologis. Misalnya jika seseorang terlalu sering mengalami beban pikiran maka dapat menimbulkan kondisi tubuh menjadi menurun, apabila beban tersebut dialami tubuh secara berlebihan maka bukan tidak mungkin hal tersebut dapat menjadi faktor tidak berfungsinya tubuh manusia secara normal. Jika tubuh manusia sudah tidak lagi berfungsi secara normal, maka hal tersebut juga akan mempengaruhi keadaan emosional, dimana jika keadaan emosional sudah terganggu, maka hal tersebut pun akan berdampak pada timbulnya kecemasan dalam diri seseorang.

Pada saat sakit, seseorang mengalami perubahan emosi. Emosi seseorang menjadi sulit dikendalikan. Misalnya sebelum sakit seseorang yang dulunya selalu

¹Tadjudin *Dokter Muslim: "Kedokteran Islam, Sejarah, Hukum dan Etika"*. (Jakarta: UIN, 2010), h.87.

ceria namun ketika mengalami sakit seseorang tersebut menjadi lemah karena daya tahan tubuh yang menurun bahkan seseorang cenderung mengalami rasa cemas dengan keadaan yang dialaminya. Keadaan emosi yang seperti itu akan membuat kesehatan seseorang menjadi semakin menurun. Oleh sebab itu, dibutuhkan regulasi emosi dalam mengendalikan perasaan seseorang ketika sedang sakit.

Menurut Greenberg regulasi emosi merupakan suatu proses individu dalam mengontrol, mengelola dan menyeimbangkan segala emosinya terutama emosi negatif sehingga dapat diungkapkan dengan tepat. Sedangkan menurut Thompson regulasi emosi ialah suatu proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab dalam mengenal dan memonitor, mengevaluasi dan membatasi respon emosi khususnya intensitas dan bentuk reaksinya untuk mencapai suatu tujuan.² Sehingga regulasi emosi penting sebagai bentuk pengendalian emosi pada pasien yang mengalami kecemasan.

Manusia sebagai makhluk sosial tidak dapat hidup sendiri dan membutuhkan orang lain sehingga secara sosial manusia yang mengalami kesulitan akan mencari atau meminta bantuan terhadap manusia lainnya. Melihat keadaan yang telah dijelaskan diatas, dimana seseorang yang sedang sakit atau tidak sedang dalam keadaan yang baik rentan mengalami gangguan emosional akibat dari pengaruh sakit yang dialaminya. Maka sebagai makhluk sosial seseorang tersebut sangat membutuhkan pelayanan kesehatan dalam membantu memberikan motivasi kepada seseorang yang sedang sakit untuk menumbuhkan regulasi emosi dalam menghadapi sakit yang dirasakannya dan tempat yang paling efektif dalam hal tersebut adalah pelayanan kesehatan di rumah sakit.

²Titi Tian Hartanti, "*Dinamika Regulasi Emosi Pada Pasien Hipertensi*", (Skripsi Sarjana: Fakultas Ilmu Sosial, Yogyakarta, 2015).

Rumah sakit merupakan salah satu program pemerintah yang memiliki manfaat dan daya guna begitu besar bagi masyarakat dalam melayani permasalahan kesehatan bagi setiap individu dengan melihat berbagai gangguan kesehatan yang terjadi dalam masyarakat. Rumah sakit juga memiliki berbagai program layanan kesehatan dalam membantu menangani berbagai keluhan dari pasien, bukan hanya itu, rumah sakit juga memiliki tenaga medis dalam melayani keperluan pasien selama berada di rumah sakit yang disebut dengan perawat.

Perawat merupakan seseorang selain dokter yang menangani dan mengontrol keadaan pasien. Perawat lebih turut andil dalam memberikan motivasi pada pasien untuk lebih berjuang mencapai kesembuhan. Oleh sebab itu dalam menghadapi pasien perawat harus memiliki kesabaran, hal ini disebabkan karena setiap pasien memiliki karakter yang berbeda-beda. Ada pasien yang tidak bisa diatur dan tidak sedikit juga ada pasien yang berperilaku yang tidak baik kepada perawat. Untuk menghadapi seorang pasien perawat harus memiliki strategi yang baik dalam melakukan pendekatan agar pasien pun menjadi nyaman dan dapat mengontrol perasaannya dengan baik.

Strategi yang paling pokok dalam interaksi antara perawat dan pasien adalah adanya kompetensi yang dimiliki perawat saat menangani penyakit pasien atau saat melakukan pemeliharaan kesehatan. Hal dapat dilihat dari bagaimana relasi antara perawat dan pasien dalam berkomunikasi. Oleh karena itu strategi pendekatan seorang perawat kepada pasien sangat dibutuhkan dalam proses pelayanan kesehatan.

Akhir-akhir ini dunia psikologi khususnya psikoterapi menggunakan teknik penyembuhan yang disebut komunikasi *terapeutik* (*Therapeutic Communication*). Melalui metode ini pasien sebagai komunikan diarahkan begitu rupa sehingga terjadi

pertukaran pesan yang dapat menimbulkan hubungan sosial yang bermanfaat. Komunikasi *terapeutik* digunakan untuk mencapai beberapa tujuan seperti penyusunan kembali kepribadian, penemuan makna dalam hidup, penyembuhan gangguan emosional, penyesuaian terhadap masyarakat, pencapaian kebahagiaan dan kepuasan, pencapaian aktualisasi diri, peredaan kecemasan, serta penghapusan tingkah laku maladaptif dan belajar pola-pola tingkah laku adaptif. Komunikasi *terapeutik* adalah komunikasi yang direncanakan secara sadar, bertujuan dan kegiatannya dipusatkan untuk kesembuhan pasien. Komunikasi *terapeutik* termasuk komunikasi interpersonal dengan titik tolak saling memberikan pengertian antar terapis dengan pasien.³

Berdasarkan hasil observasi awal penulis kepada salah satu perawat di RS Andi Makkasau Parepare, dimana pada saat observasi penulis telah berbincang-bincang dengan salah satu perawat yang ada di rumah sakit tentang bagaimana strategi seorang perawat dalam menghadapi pasien yang mengalami kecemasan sehingga pasien tersebut dapat mengendalikan emosinya dalam artian tumbuhnya regulasi emosi. Perawat tersebut mengatakan bahwa kami sebagai seorang petugas medis membutuhkan sebuah kesabaran dalam menghadapi pasien yang keadaan emosionalnya kurang baik, hal ini merupakan strategi awal perawat dalam menangani pasien, tidak mungkin seorang perawat yang bertugas melayani pasien menunjukkan sikap yang kurang baik dalam pelayanan kesehatan, meskipun memang sering kali saya secara pribadi sudah banyak menghadapi berbagai karakter pasien saat sedang sakit, termasuk pasien yang mengalami kecemasan. Biasanya pasien yang mengalami kecemasan akan menunjukkan sikap kurang sabar, mudah marah dan rewel. Namun

³Nur Rahmah, “*Komunikasi Terapeutik Antara Perawat dan Pasien Di Puskesmas Antang Perumnas Makassar*”, (Skripsi Sarjana: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Makassar, 2016), h. 2.

bagaimana pun kondisi emosional pasien kita sebagai perawat tetap bersikap santun, sopan, dan bersahabat dengan pasien. Oleh karena itu yang perlu diperhatikan dalam strategi menghadapi pasien yaitu menjalin komunikasi terapeutik dengan pasien. Agar pasien merasa dihagai dan dikasihi sehingga dengan hal tersebut emosi pasien bisa meredah dan bisa mengikuti arahan dari petugas medis.⁴

Setelah melakukan observasi ini akhirnya penulis menemukan bahwa sebagai seorang perawat memang membutuhkan sebuah strategi dalam menghadapi berbagai situasi dan kondisi pasien di rumah sakit. Sehingga penulis bermaksud mengangkat judul penelitian yaitu: “Strategi Perawat Dalam Menumbuhkan Regulasi Emosi Pada Pasien Yang Mengalami Kecemasan di Rumah Sakit Umum Andi Makassar Parepare”. Pada penelitian ini penulis ingin mengetahui bagaimana strategi perawat dalam menumbuhkan regulasi emosi pada pasien yang dilakukan di rumah sakit Umum Andi Makassar Parepare. Alasan penulis memilih rumah sakit Umum Andi Makassar Parepare karena penulis berdomisili di parepare sehingga mudah bagi penulis untuk melaksanakan penelitian.

⁴Firman, “Perawat Bagian Umum”, *Wawancara* oleh penulis di Rumah Sakit Andi Makassar Parepare, 15 Maret 2019.

1.2 Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini penulis akan merumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

- 1.2.1 Bagaimana strategi perawat dalam menumbuhkan regulasi emosi pada pasien yang mengalami kecemasan di rumah sakit Umum Andi Makassar Parepare ?
- 1.2.2 Bagaimana faktor-faktor yang menjadi penghambat bagi perawat dalam menumbuhkan regulasi emosi pada pasien yang mengalami kecemasan di rumah sakit Umum Andi Makassar Parepare?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin penulis capai dalam penelitian ini adalah :

- 1.3.1 Untuk mengetahui strategi perawat dalam menumbuhkan regulasi emosi pada pasien yang mengalami kecemasan di rumah sakit Umum Andi Makassar Parepare.
- 1.3.2 Untuk mengetahui faktor-faktor yang menjadi penghambat bagi perawat dalam menumbuhkan regulasi emosi pada pasien yang mengalami kecemasan di rumah sakit Umum Andi Makassar Parepare.

1.4 Kegunaan Penelitian

Kegunaan dan manfaat merupakan sesuatu yang sangat penting di dapatkan dalam setiap kali beraktifitas, karena disanalah letak kepuasan seseorang terhadap apa yang telah ia lakukan. Seperti halnya dalam penelitian ini, penulis berharap dapat memberikan kegunaan dan manfaat sebagai berikut :

- 1.4.1 Secara Teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan refrensi bagi pembaca Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, khususnya Prodi Bimbingan

Penyuluhan Islam. Serta penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang lebih tentang manajemen emosi yang baik bagi seseorang sehingga tercipta sebuah regulasi emosi dalam diri.

- 1.4.2 Secara Praktis, sebagai bahan evaluasi dalam pelayanan kesehatan yang ada di rumah sakit Umum Andi Makassar Parepare dan sebagai bahan masukan bagi tenaga medis khususnya perawat dalam menghadapi pasien yang mengalami kecemasan di rumah sakit Andi Makassar Parepare.

