

GAMBARAN KOPING LANSIA DENGAN PENYAKIT KRONIS: SEBUAH STUDI FENOMENOLOGIS

Putri Ayu Tarra Afdhila
15000120130279
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
putriayu1352@gmail.com

ABSTRAK

Lansia dengan penyakit kronis memiliki tuntutan untuk menyesuaikan diri di masa tua, sekaligus menyesuaikan diri terhadap pola hidup baru untuk menjaga stabilitas fisik akibat penyakit yang diderita. Lansia dengan dua atau lebih penyakit kronis lebih rentan mengalami distres psikologis yang akan memperburuk kondisi kesehatannya. Kondisi distres psikologis pada individu mendorong mereka untuk melakukan suatu upaya dalam mengurangi ketidaknyamanan, dan/atau mengatasi permasalahan akibat penyakit kronis, di mana hal ini disebut sebagai mekanisme koping. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat gambaran terbentuknya koping pada lansia dengan penyakit kronis. Penelitian merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur dengan metode wawancara mendalam (*in-depth interview*). Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah empat orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Adapun metode analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif fenomenologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 13 tema sintesis dari keseluruhan partisipan, yaitu penyebab munculnya penyakit kronis, guncangan emosional terhadap diagnosis penyakit kronis, afek negatif pasca-diagnosis penyakit kronis, penyakit kronis sebagai hambatan, stres finansial, makna hidup, penerimaan, koping spiritual, koping kognitif, koping sosial, koping perilaku, kesejahteraan, dan dukungan sosial. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar partisipan menerapkan koping perilaku sebagai upaya untuk mengatasi ketidaknyamanan fisik sebagai konsekuensi dari munculnya penyakit kronis. Ditemukan pula bahwa setiap partisipan tidak hanya menerapkan satu strategi koping, melainkan kombinasi dari beberapa strategi koping. Kondisi ini mencerminkan bahwa lansia menerapkan upaya integratif yang adaptif untuk beradaptasi dengan penyakit kronis yang diderita.

Kata kunci: mekanisme koping; lansia; penyakit kronis