

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Thalasemia merupakan penyakit darah akibat faktor genetik yang dimana penderitanya mengalami kelainan pada sintesis rantai hemoglobin, khususnya rantai globin yang dapat menyebabkan anemia terjadi ketika semakin banyak sel darah merah yang mati lebih cepat dari kecepatan sumsum tulang dalam menghasilkan sel darah merah. Produksi hemoglobin (HB) menjadi berkurang serta sel darah merah akan mudah rusak (Manalu, 2020, (Wirdani, 2020). Berdasarkan berat ringannya thalasemia terbagi menjadi thalasemia mayor, thalasemia minor dan diantara keduanya disebut thalasemia intermediate (Thirafi, 2016). Thalasemia minor dan intermediate memiliki gejala yang ringan sampai sedang sehingga tidak membutuhkan transfusi darah yang rutin (Thirafi, 2016). Sedangkan thalasemia mayor adalah jenis thalasemia yang paling parah, dimana tubuh sedikit menghasilkan protein beta sehingga mengakibatkan kadar hemoglobin yang terbentuk tidak sempurna sehingga membutuhkan transfusi (P. Suyono, 2021).

Thalasemia beta mayor merupakan salah satu gangguan kesehatan dengan prevalensi yang terus meningkat secara global. Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2019 terdapat sekitar 39,956 juta kasus thalasemia beta mayor di seluruh dunia, setara dengan 5,2% populasi global. Jumlah ini meningkat signifikan pada tahun 2020, mencapai 54,348 juta kasus atau sekitar 7% populasi dunia, dengan angka tertinggi ditemukan di negara-negara Asia sebesar 21,7 juta kasus (40%). Pada tahun 2021, prevalensi thalasemia beta mayor diperkirakan mencapai 156,74 juta orang atau sekitar 20% populasi dunia. Di Indonesia sendiri, prevalensi pembawa sifat thalasemia dilaporkan antara 6 hingga 10 persen, artinya 6 hingga 10 dari setiap 100 orang berpotensi sebagai pembawa sifat tersebut (WHO, 2021). Provinsi Jawa Barat merupakan daerah dengan jumlah penyintas Thalasemia yang tinggi di

Indonesia, dengan sekitar 40% dari total penyintas Thalاسemia di negara ini. Sekitar 27 kota dan kabupaten di Jawa Barat memiliki kasus penyintas Thalاسemia. Selain itu, Provinsi ini juga termasuk dalam kawasan sabuk Thalاسemia dunia. Berdasarkan laporan dari Yayasan Thalاسemia Indonesia – Perhimpunan Orang Tua Penderita Thalاسemia Indonesia Pusat (YTI-POPTI), dengan populasi sekitar 43 juta jiwa, serta frekuensi pembawa sifat Thalاسemia sebesar 5-10% dan angka kelahiran mencapai 20%, diperkirakan setiap tahun terdapat 500-600 bayi yang lahir dengan Thalاسemia mayor (Aisyahi *et al.*, 2021).

Thalاسemia pada anak dapat menimbulkan gangguan kesehatan yang serius serta berdampak buruk terhadap kualitas hidup mereka, termasuk dalam aspek fisik, psikologis, sosial, dan sekolah. Secara klinis, anak penderita thalاسemia dapat mengalami anemia kronis, rasa nyeri, kelainan fisik seperti pembesaran hati dan limpa, ciri-ciri wajah khas thalاسemia (*Cooley face*), pertumbuhan dan pubertas yang terhambat, postur tubuh yang lebih pendek, serta berbagai komplikasi serius seperti gangguan jantung, masalah hati, kelainan endokrin, dan infeksi (Hastuti, 2014). Selain masalah fisik, anak penderita thalاسemia juga sering menghadapi masalah dari sisi psikologis, mereka rentan mengalami permasalahan terkait konsep diri dan stigma. Gangguan pertumbuhan yang dialami dapat mempengaruhi citra tubuh serta kepercayaan diri. Selain itu, seringnya menjalani perawatan di rumah sakit (*hospitalisasi*) dapat menyebabkan mereka mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial serta meningkatkan risiko isolasi sosial. Ketidakhadiran mereka di sekolah berkontribusi pada rendahnya prestasi akademik, yang pada akhirnya dapat berdampak pada harga diri serta jenjang pendidikan mereka (Wahidiyat *et al.*, 2018).

Kondisi thalاسemia mayor menyebabkan anemia kronis sehingga memerlukan terapi suportif berupa transfusi darah dan terapi kelasi besi seumur hidupnya. Transfusi darah teratur berisiko terjadi akumulasi zat besi di dalam

tubuh (*hemosiderosis*), dan dilakukan perawatan seumur hidup sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bulan 2009 dalam (Thirafi, 2016) juga menemukan bahwa penderita thalasemia mayor yang menjalani perawatan medis cukup lama dan sering berada di rumah sakit menimbulkan rasa sakit dan pikiran mereka tentang masa depan yang tidak jelas, bagaimana penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan. Semua aspek tersebut termasuk kedalam *psychological well-being*. Setiap aspeknya menggambarkan usaha yang akan dilakukan oleh seseorang untuk menghadapi tantangan yang berbeda sehingga dapat berfungsi secara positif (Thirafi, 2016).

Menurut Ryff (1995) dalam (Fitriyani, 2020), *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) merupakan realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu, dimana individu dapat menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain, dapat menguasai lingkungan sehingga sesuai dengan kondisi psikisnya, memiliki tujuan dalam hidup dan terus mengembangkan potensi dirinya. Dampak negatif dari *psychological well-being* rendah dapat mengakibatkan individu tidak dapat menerima kekurangan dirinya, tidak puas dengan dirinya, kurang percaya dengan orang lain, tidak mampu bekerja sama, tidak dapat menerima evaluasi dari orang lain, tidak mampu merubah situasi menjadi lebih baik tidak peduli dengan lingkungan sekitar, tidak menyakini bahwa, hidup ini berarti dan kurang memiliki keinginan untuk berkembang. Selain itu dampak dari *psychological well-being* yang buruk sangat menonjol terhadap kesehatan mental dan psikologis, suasana hati cemas, depresi, distres, serta menimbulkan gejala seperti insomnia, gelisah dan lekas marah (Karademas, 2007 dalam (Rafki *et al.*, 2024)).

Hasil Penelitian (Sarinengsih *et al.*, 2023) individu yang berada dalam keadaan *psychological well-being* tinggi adalah individu yang merasa puas dengan hidupnya, kondisi emosionalnya yang positif mampu melalui

pengalaman-pengalaman buruk yang dapat menghasilkan kondisi emosional negatif, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menentukan nasibnya sendiri tanpa bergantung pada orang lain, mengontrol kondisi lingkungan sekitar, memiliki tujuan hidup yang jelas dan mampu mengembangkan diri sendiri. Pasien thalasemia mampu menerima keadaan dirinya baik kelebihan maupun kekurangan pada dirinya dapat dilihat ketika mereka menghadapi kenyataan bahwa dirinya mengidap penyakit thalasemia sepanjang hidupnya. Sedangkan yang memiliki kategori *psychological well-being* rendah, yaitu mereka yang belum mampu menerima keadaan dirinya baik kekurangan secara fisik maupun psikis.

Salah satu cara untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis adalah melalui layanan konseling, baik secara individu maupun kelompok. Namun konseling pada anak memiliki tantangan tersendiri, terutama dalam penerapan teori dan metode yang belum tentu sesuai dengan karakteristik serta kebutuhan mereka. Anak-anak, terutama yang masih kecil sering mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaan dan pikiran mereka secara verbal, sehingga efektivitas proses konseling dapat menurun (Paramitha, 2019). Kedua, *mindfulness* memberikan kontribusi positif dan signifikan terhadap berbagai aspek kesejahteraan psikologis pada remaja, terutama dalam hal penguasaan lingkungan (Wenita *et al.*, 2017). *Mindfulness* telah terbukti bermanfaat bagi berbagai kelompok usia, termasuk anak-anak. Namun, beberapa penelitian menunjukkan adanya tantangan dalam penerapannya pada anak-anak. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Agustin *et al.*, 2019) menemukan bahwa meskipun *mindfulness* memiliki potensi dalam meningkatkan kontrol diri remaja, hasil analisis menunjukkan tidak ada pengaruh signifikan dari pengembangan model *mindfulness* terhadap peningkatan kemampuan kontrol diri ABH sebelum atau sesudah diberikan pelatihan. Dan ketiga teknik *positif self talk*, untuk mencegah terjadinya penurunan kualitas *Psychological well-being* dapat menerapkan teknik *positif self talk* (Srianturi, 2022). Dalam penelitian (Setiari *et al.*, 2019) “Efektivitas Teknik Self Talk untuk

Mengembangkan Kepercayaan Diri dalam Belajar Siswa” menyatakan bahwa teknik *self talk* adalah suatu teknik yang dapat digunakan untuk menyangkal keyakinan yang tidak masuk akal dan mengembangkan pikiran yang lebih sehat dan menghasilkan *self talk* positif. Cara yang digunakan yaitu berdialog atau berinteraksi pada diri sendiri. *Positif self talk* termasuk *rational emotive behavior therapy* (REBT) bertujuan untuk mendalami perasaan, pemikiran dan karakter yang negatif (Sekar *et al.*, 2020.)

Positif Self talk bersifat *self-fulfilling* artinya mampu memenuhi diri sendiri maka penting bagi setiap individu untuk mempelajari *self talk* terutama *positif self talk* guna menentang keyakinan ataupun pemikiran-pemikiran yang irasional. Penggunaan kalimat-kalimat dalam teknik *self talk* akan menimbulkan kepercayaan diri dan penerimaan diri. Teknik *self talk* merupakan tindakan dalam berbicara terhadap diri sendiri, baik menggunakan suara yang keras hingga didengar orang lain maupun diam atau mengucapkan pada diri sendiri. Dalam hal ini melibatkan pemikiran rasional dengan menyebut berulang-ulang kata-kata yang akan mendukung suatu tindakan. Kalimat tersebut memunculkan suatu bayangan positif yang akan menggantikan *self talk* negatif. *Positif self talk* telah ditemukan dapat memodulasi aktivitas otak yang terkait dengan pemrosesan referensi diri dan pengaturan emosi. Studi MRI fungsional menunjukkan bahwa afirmasi diri atau pernyataan positif mengaktifkan jalur saraf yang terkait dengan pemrosesan dan penghargaan yang berkaitan dengan diri sendiri (Cascio CN, 2016).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Dr. Martin Seligman (2011) menyarankan bahwa melakukan aktivitas positif, termasuk *positif self talk*, selama 10-15 menit setiap hari dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis (Seligman, 2011). Cara menerapkan *positif self talk* dengan mengulangi afirmasi positif secara teratur dan sering, sehingga pikiran positif menjadi kebiasaan atau rutinitas dalam kehidupan kita. Dengan mengulang afirmasi positif, pikiran bawah sadar kita akan terprogram untuk lebih memilih

dan menarik pengalaman positif ke dalam hidup kita. Jadi, dengan mengulang-ulang afirmasi positif tersebut, kita akan membiasakan pikiran untuk berpikir positif secara terus menerus (Iswari *et al.*, 2005) dalam (Setiawan *et al.*, 2023).

Berdasarkan teori Albert Ellis (1955), pelaksanaan *self talk* yaitu dengan cara mengulang ungkapan positif untuk mengubah pandangan yang tidak rasional menjadi rasional. Di era teknologi sekarang ini, media yang bisa diterapkan untuk melakukan *positif self talk* pada anak yaitu media video animasi. Pemanfaatan media berbasis video menjadi alternatif yang menarik dan efektif, video memiliki kelebihan dalam menyampaikan pesan secara audio visual, yang dapat memperkuat pemahaman dan daya tarik individu terhadap materi yang disampaikan (Mayer, 2001) dalam (Rahmawati, 2024). Media video memungkinkan penyajian konten *Positif Self Talk* dengan cara yang lebih interaktif, menarik, dan mudah diakses kapan saja, terutama di era digital saat ini. Video juga memungkinkan pengguna untuk melihat contoh nyata penerapan strategi coping, teknik pernapasan, hingga penguatan dialog internal yang secara positif langsung.

Perawat memiliki peran krusial yang sangat penting tidak hanya sebagai pemberi pelayanan kesehatan fisik, tetapi juga pendukung utama dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. Salah satunya peran sebagai konselor, perawat dapat membantu anak mengelola stres dan emosi negatif yang muncul akibat kondisi kronis yang mereka alami (Immawati *et al.*, 2024).

Hasil studi pendahuluan di ruang thalasemia rumah sakit RSUD Welas Asih jumlah keseluruhan anak thalasemia mayor usia 7 tahun – 12 tahun sekitar 56 anak, kemudian hasil mengidentifikasi faktor psikologis kepada 18 anak sebanyak 12 anak fungsi psikologisnya buruk. Berdasarkan hasil wawancara pernyataan 3 anak ketika ditanya senang dengan keadaan yang apa adanya dan apakah mereka positif terhadap masa depan 2 anak memberikan pernyataan kurang positif terhadap masa depan kemudian 1 anak lainnya memberikan pernyataan dimana dia merasa tidak positif terhadap masa depan namun dia

masih memiliki cita-cita untuk masa depannya. Selanjutnya Berdasarkan hasil observasi program-program yang sudah dilakukan diruangan thalasemia ini terdiri dari permainan *puzzle*, menggambar dan *story telling*. Berdasarkan hasil observasi saat anak-anak dilakukan transfusi mereka lebih sering menghabiskan waktunya dengan memakai *handphone*. Sehingga peneliti tertarik untuk menggunakan terapi video *positif self talk* terhadap *Psychological well-being* pada anak thalasemia mayor usia sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adakah “Pengaruh Video *Positif Self Talk* Terhadap *Psycology Well-Being* Pada Anak Thalasemia Mayor Usia Sekolah Di RSUD Welas Asih”?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada Pengaruh Video *Positif Self Talk* Terhadap *Psycology Well-Being* Pada Anak Thalasemia Mayor Usia Sekolah Di RSUD Welas Asih.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi *psycological well-being* sebelum diberikan video *positif self talk* pada anak thalasemia mayor usia sekolah di RSUD Welas Asih.
2. Untuk mengidentifikasi *psychological well-being* setelah diberikan video *positif self talk* pada anak thalasemia mayor usia sekolah di RSUD Welas Asih.
3. Untuk menganalisis pengaruh video *positif self talk* terhadap *psycology well-being* pada anak thalasemia mayor usia sekolah di RSUD Welas Asih.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam pengembangan ilmu keperawatan anak khususnya mengenai masalah *Psychological well being*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi dasar penelitian lanjutan untuk dapat mengembangkan keilmuan dan sebagai bahan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk mendapatkan informasi berkaitan dengan video *positif self talk* terhadap *psychological well-being* pada anak thalasemia mayor usia sekolah.

2. Bagi Universitas Bhakti Kencana

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan pembelajaran dan sumber referensi mengenai video *positif self talk* terhadap *psychological well-being* pada anak thalasemia mayor usia sekolah sebagai bahan bacaan dipergustakaan.

3. Bagi Perawat RSUD Welas Asih

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber referensi untuk meningkatkan asuhan kepada anak dengan masalah thalasemia mayor usia sekolah khususnya *psychological well-being* anak.

1.5 Batasan masalah

Penelitian ini termasuk kedalam ruang lingkup Keperawatan Anak yang meneliti Pengaruh Video *Positif Self Talk* Terhadap *Psychology Well-Being* Pada Anak Thalasemia Mayor Usia Sekolah di RSUD Welas Asih. Variabel Independen dalam penelitian ini yaitu *Positif Self Talk* dan variabel dependen yaitu *psychological well being*. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif *Pre-Experimental Design* bentuk *One-Group Pretest-Posttest Design* dengan populasi anak thalasemia mayor sebanyak 56 anak dengan Teknik sampling

puspositive sampling. Analisis Data dalam penelitian ini yaitu uji *Wilcoxon*. Penelitian ini dilakukan di RSUD Welas Asih.