

# **KOPING RELIGIUS PADA PASIEN SEMBUH DARI BIPOLAR**



## **SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Disusun Oleh:**

**Nihayatun Nikmah  
11710137**

**Dosen pembimbing:**

**Hj. Maya Fitria, S.Psi., M.A., Psi  
NIP. 19770410 200501 2 002**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2018**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nihayatun Nikmah

NIM : 11710137

Prodi : Psikologi

Menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya susun dengan judul **“Koping Religius Pada Pasien Sembuh Dari Bipolar”** adalah benar-benar merupakan karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk digunakan seperlunya. Terima kasih.

Yogyakarta, 14 Agustus 2018

METERAI  
TEMPEL  
70AF8AFF120405213  
6000  
ENAM RIBU RUPIAH  
Nihayatun Nikmah

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth:

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Hal : Persetujuan Skripsi

*Assalamualaikum, Wr. Wb*

Setelah membaca, memeriksa, mengarahkan dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi dari saudara:

Nama : Nihayatun Nikmah  
NIM : 11710137  
Prodi : Psikologi  
Judul : Koping Religius Pada Pasien Sembuh Dari Bipolar

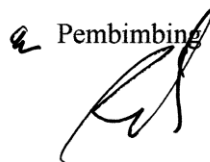
Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata satu Psikologi.

Harapan kami, agar saudara tersebut dapat segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Demikian atas perhatiannya, kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamualaikum, Wr. Wb*

Yogyakarta, 14 Agustus 2018

 Pembimbing

Hj. Maya Fitria , S.Psi., M.A., Psi



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : UIN.02/DSH/PP.00.9/1037/2018

Tugas Akhir dengan judul : KOPING RELIGIUS PADA PASIEN SEMBUH DARI BIPOLAR

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NIHAYATUN NIKMAH  
Nomor Induk Mahasiswa : 11710137  
Telah diujikan pada : Kamis, 23 Agustus 2018  
Nilai ujian Tugas Akhir : B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Retno Pandan Arum Kusumawardhani, S.Psi, M.Si, Psi  
NIP. 19731229 200801 2 005

Penguji I

Pihastiwati, S. Psi, M.Psi.  
NIP. 19741117 200501 2 006

Penguji II

Miftahun Ni'mah Suseno, S.P.Si., M.A  
NIP. 19770313 200912 2 001

Yogyakarta, 23 Agustus 2018

UIN Sunan Kalijaga

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

DEKAN



Muhammad Sodik, S.Sos., M.Si.  
19680416 199503 1 004

## **MOTTO**

**Kita butuh rasa sakit untuk menentukan arah; untuk berhenti bersantai; untuk mengubah dendam menjadi motivasi. Kelak, ketika luka sudah mengering, lihat lagi bekasnya, lalu syukuri betapa kita sudah menjadi manusia yang jauh lebih baik.**

**(Fiersa Besari)**

**Tuhan punya cara yang misterius.**

**Kadang kita harus ditarik dulu ke belakang sebelum kita bisa maju.**

**(Bayu Adisaputra).**



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Untuk Ibunda Dan Ayahanda Tercinta,  
Ibunda Muyassaroh Dan Ayahanda Sholihin

Adikku satu-satunya,  
M. Feriq Ihsanul Amal  
Teman hidup di masa depan,  
Anwar Hidayat, S.Kom

Dan Untuk Almamaterku Tercinta Program Studi Psikologi UIN  
Sunan Kalijaga

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur selalu terucap bagi Allah S.W.T yang senantiasa melimpahkan begitu banyak nikmat bagi setiap makhluk-Nya. Shalawat dan salam selalu tercurah kepada baginda Nabi besar Muhammad S.A.W yang membawa jalan kebenaran dan kemuliaan bagi semua umat.

Laporan penelitian skripsi ini merupakan paparan dari sebuah proses yang mengkaji hubungan stereotip dengan interaksi sosial pada mahasiswa Jawa Jogja terhadap Mahasiswa Papua. Laporan ini dapat terselesaikan tntunya atas bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, sehingga dengan penuh kesadaran peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S. Sos., M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Erika Kusumaputri, M.Si selaku Wakil Dekan Bidang I, dan Bapak Dr. Sabaruddin, M.Si selaku Wakil Dekan Bidang II, dan Ibu Dr. Sulistyaningsih, M.Si sbagai Wakil Dekan Bidang III.
3. Ibu Retno Pandan Arum Kusumawardhani, S.Psi., M.Si selaku Kepala Program Studi Psikologi.
4. Bapak Dr. Mustadin, M.Si yang pernah menjadi Dosen Pembimbing Akademik, terima kasih pernah mengupayakan banyak hal untuk kami.
5. Ibu Hj. Maya Fitria, S.Psi., M.A., Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi. Terima kasih untuk segala waktu, tenaga, pikiran serta ilmu yang telah diberikan. Semoga Allah membalas segala kebaikan ibu.
6. Ibu Pihasniwati, S.Psi., M.A. dan Ibu Miftahun Mi'mah Suseno, S.Psi., M.A. selaku Dosen Penguji I dan dosen penguji II yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
7. Bapak Sukamto, S.os, M.A dan seluruh karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah banyak membantu.
8. Responden yang telah bersedia terlibat dalam penelitian ini, terimakasih telah berbagi pengalaman hidup yang luar biasa.



9. Sahabat-sahabat terbaik saya, Dian, Iping, Vety, Puput, Oliv, Diyah, Mbak Ila, Putri, Ima, Imersi angkatan 5, keluarga besar PSIKOCI, teman-teman pejuang skripsi yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu, terimakasih telah menemani, membantu dan saling support.
10. KBTE (Keluarga Besar Teater Eska) khususnya angkatan 19, terimakasih telah memberi ruang untuk belajar dan berproses.
11. Penghuni Kos Kantil, Mbak Dini, Mbak Arum, Nita, Milla, Fahmi dan Wulan, sampai ketemu di hari baik selanjutnya.

Terima kasih untuk seluruh pihak yang juga turut membantu sehingga penelitian ini akhirnya terselesaikan. Terima kasih tak terhingga. Semoga Allah membalas segala kebaikan kalian. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, 14 Agustus 2018



Nihayatun Nikmah



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR BAGAN .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
INTISARI .....	xiii
<i>ABSTRACT</i> .....	xiv
BAB I – PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian .....	5
BAB II – TINJAUAN PUSTAKA	
A. Koping Religius .....	9

1. Pengertian Koping Religius .....	9
2. Bentuk-bentuk Koping Religius.....	10
3. Koping Religius Pada Pasien Sembuh dari Bipolar .....	13
B. Bipolar .....	14
1. Pengertian Bipolar .....	13
2. Klasifikasi Gangguan Bipolar.....	15
3. Faktor Risiko Penyebab Gangguan Bipolar .....	15
C. Pertanyaan penelitian.....	16
 BAB III – METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	17
B. Fokus Penelitian.....	17
C. Informan Penelitian .....	18
D. Teknik Pengumpulan Data .....	18
E. Keabsahan Data .....	20
F. Teknik Analisis dan Interpretasi Data .....	20
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Orientasi Kacah dan Persiapan .....	23
B. Pelaksanaan Penelitian .....	24
C. Deskripsi Hasil Penelitian.....	27
D. Pembahasan .....	36
 BAB IV – PENUTUP	
A. Kesimpulan .....	40
B. Saran .....	41
 DAFTAR PUSTAKA	
 LAMPIRAN	

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1. Data Diri Informan Penelitian

Tabel 2. Data Diri *Significant Other* Penelitian

Tabel 3. Rincian Proses Pelaksanaan Dan Pengumpulan Data Informan

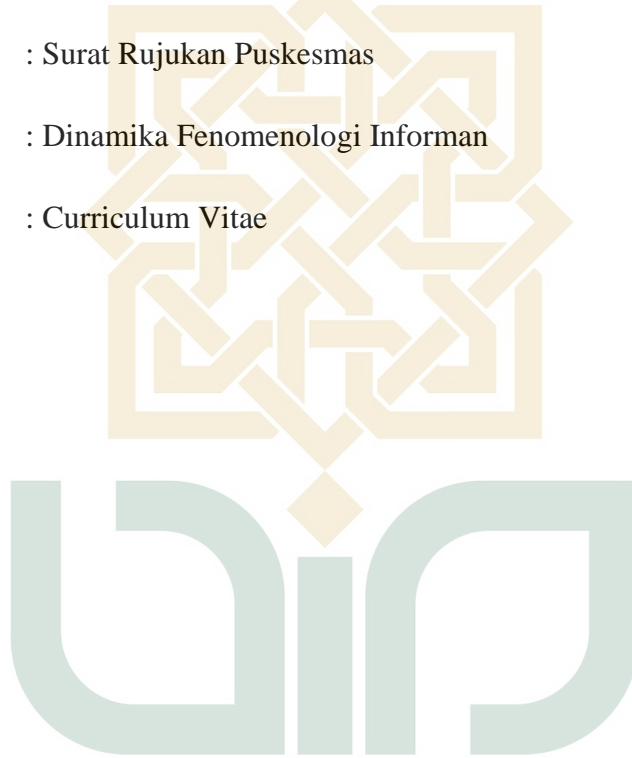
## **DAFTAR BAGAN**

Bagan 1. Dinamika Koping Religius Informan (FR)



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Contoh Pedoman Wawancara *Key Informan*
- Lampiran 2 : Contoh Pedoman Wawancara *Significant Other*
- Lampiran 3 : Contoh Catatan Kategorisasi Observasi Informan
- Lampiran 4 : Contoh Catatan Kategorisasi Verbatim Informan
- Lampiran 5 : Surat Persediaan Menjadi Informan
- Lampiran 6 : Surat Rujukan Puskesmas
- Lampiran 7 : Dinamika Fenomenologi Informan
- Lampiran 8 : Curriculum Vitae



## INTISARI

### KOPING RELIGIUS PADA PASIEN SEMBUH DARI BIPOLAR

Nihayatun Nikmah

11710137

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui koping religius dan faktor-faktor yang mempengaruhi koping religius pada pasien sembuh dari bipolar. Informan penelitian ini merupakan pasien sembuh dari bipolar. Penentuan informan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan rancangan fenomenologi. Pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dan wawancara. Hasil penelitian menggambarkan bahwa informan menggunakan empat aspek dari koping religius positif yaitu *benevolent religious reappraisal*, ditunjukkan dengan perilaku informan yang tidak pernah merasa marah atau protes dengan kondisi yang ia alami. *Collaboratif religious coping*, ditunjukkan dengan perasaan ditemani Allah saat menghadapi kesulitan hidup. *Spiritual connection*, ditunjukkan dengan meyakini bahwa bipolar yang ia alami sudah ketetapan dari Allah. Aspek yang terakhir adalah *seeking Support from clergy or members*, yaitu ketika informan mencari dukungan spiritual dari ustadz. Sedangkan faktor yang mempengaruhi koping religius informan terdiri dari faktor internal yaitu keyakinan dalam diri informan. Faktor eksternal ditemukan terdiri dari dukungan orang tua dan lingkungan.

***Kata kunci: Bipolar, Koping Religius***

## **ABSTRACT**

### **RELIGIOUS COPING IN EX-BIPOLAR DISORDER PATIENT**

**Nihayatun Nikmah**

**11710137**

*The study aims to understand religious coping in patients recovering from bipolar disorder. The informant in this research is ex-bipolar patient. Purposive sampling was used to recruit the informant in this study. The type of research is using a qualitative method with phenomenological design. The instrument for collecting data is observation and interview. The results of the study illustrate that the informants used four aspects of positive religious coping: benevolent religious reappraisal, it's shown from the informant's behaviour who never seek anger or reject the conditions. Collaborative religious coping, shown by the feeling of being accompanied by God when facing difficulties in life. Spiritual connection, shown by believing that the bipolar that she experienced was determined by God. Seeking support from clergy or members, when the informant seeks spiritual support from the cleric. While the factors that influence the informant's religious coping consist of internal factors, that is trust. External factors were found from parental and environmental support.*

***Keywords: Bipolar, Religious Coping***

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Setiap manusia secara umum memiliki kebutuhan hidup yang selalu ingin dipenuhi. Kebutuhan tersebut dapat berupa kebutuhan fisik, psikis maupun kebutuhan sosial. Sayangnya, kebutuhan-kebutuhan tersebut tidak selalu dapat terpenuhi. Keadaan seperti inilah yang sering kali membuat manusia merasa tertekan secara psikologis (*psychological stress*). Sumber stres bisa berasal dari masalah kesehatan, adaptasi lingkungan baru, konflik dengan teman, konflik dengan keluarga, tekanan tugas akademik, gangguan hubungan interpersonal. Sumber stress juga bisa muncul dari kekhawatiran serta pikiran-pikiran negatif pada dirinya. Stallard (2005) mengungkapkan sumber permasalahan berupa pola pikir yang negatif terhadap diri, lingkungan dan masalah yang dihadapi pada dasarnya merupakan suatu ancaman bagi keberlangsungan hidup sehingga individu perlu mengantisipasinya. Pikiran-pikiran negatif yang seringkali muncul dapat menjadi sumber timbulnya gangguan jiwa.

Yogyakarta menjadi salah satu kota dengan jumlah penderita gangguan jiwa yang cukup tinggi. Hasil riset Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta mencatat setidaknya sepertiga warga mengalami gangguan kejiwaan. Jumlah penduduk Kota Yogyakarta sekitar 490 ribu jiwa. Artinya, ada sekitar 160 ribu orang yang mengalami gangguan kejiwaan. Sekretaris Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta Agus Sudrajat dalam wawancaranya bersama pihak Tempo mengungkapkan bahwa dari penelitian yang dilakukan di puskesmas, dua dari sepuluh warga mengalami gangguan (diunduh dari <https://nasional.tempo.co/read/904267/survei-dinas-kesehatan-sepertiga-warga-kota-yogya-depresi/full&view=ok> pada 20 Agustus 2018 pukul 17:00 WIB).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 Kulonprogo menempati kasus teratas dengan prevalensi 4.67, disusul Bantul 4.0, dan Kota



Yogyakarta 2.14. Walaupun berada di posisi keempat, namun Gunungkidul memiliki banyak kasus gangguan jiwa yang tak terungkap. Dari data tersebut diperkirakan ada 2-3 penderita gangguan jiwa berat di antara 1.000 penduduk DIY. Total jumlah ODGJ diperkirakan mencapai 9.862 orang (diunduh dari <https://www.republika.co.id/berita/nasional/umum/17/07/20/otcmoo327-mengapa-kasus-gangguan-jiwa-di-yogyakarta-tinggi> pada 20 Agustus 2018).

Data di atas menunjukkan gangguan jiwa merupakan masalah yang cukup serius. Lamanya waktu yang dibutuhkan dalam pemulihan berakibat pada jumlah orang dengan gangguan jiwa cenderung terus bertambah. Bipolar merupakan satu diantara masalah kesehatan yang menarik untuk dikaji. Perbedaan yang mendasar antara orang dengan gangguan bipolar dan yang tidak menderita bipolar adalah orang dengan bipolar akan merasa sedih atau gembira tanpa perlu suatu alasan yang jelas, pemicu kesedihan yang terlihat sederhana bagi orang lain bisa menimbulkan depresi yang berkepanjangan di mana penderita bipolar merasa sulit keluar dari perasaan tersebut (Panggabean & Rona, 2015). Penderita bipolar cenderung mengalami kebingungan untuk menyelesaikan persoalan mood yang mereka sendiri tidak mengerti mengapa terjadi dalam hidupnya. Kehidupan orang dengan gangguan bipolar yang sedemikian rupa menambah ketertarikan peneliti untuk lebih memahami bagaimana cara orang dengan gangguan bipolar menyelesaikan persoalan kehidupannya. Dalam upaya ini peneliti memilih pendekatan fenomenologis pada fenomena pasien sembuh dari bipolar yang proses kesembuhannya bercorak koping religius.

Studi pendahuluan dilakukan peneliti pada FR, seorang mahasiswi dari salah satu perguruan tinggi di Yogyakarta yang pernah mengalami gangguan bipolar episode manik. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, terdapat tema menarik yang diungkapkan oleh informan yaitu tentang bagaimana sikap keagamaan informan dalam keadaan sedang sakit.

*“waktu itu bilang mau shalat gitu kan, tapi nggak bisa. Pernah juga waktu itu mau Idul Adha nggak boleh puasa karena harus minum*

*obat. Ya nyesel aja biasanya puasa terus ini nggak bisa, mau shalat juga nggak bisa”.*

Meskipun sempat merasa putus asa dengan beban hidup yang dialami, informan tidak pernah merasa protes kepada Allah atas ujian diberikan. Ia justru mencari ketenangan dengan mendekatkan diri pada Allah.

*“kalau shalat belum bisa khushyuh sih, nggak bisa kalo ada suara berisik, cuma kalo lagi shalat ngerasa lebih tenang sih”*

Hal ini dibenarkan oleh ibu informan bahwa sekalipun dalam keadaan sakit, informan tetap menjalankan ibadah seperti biasa.

*“Dia di Grhasia juga ndak pernah lepas shalat, walau gimanapun dia tetep shalat nggak pernah lalai. Waktu di Grhasia dokternya diomelin, dia bilang ke dokternya saya waktunya shalat yo tak shalat”*

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, terdapat fenomena bahwasanya ada orang dengan gangguan bipolar yang menggunakan coping religius sebagai cara melakukan penyesuaian dalam menghadapi tekanan hidup yang dirasakan. Cara yang mereka lakukan adalah mendekatkan diri kepada Allah untuk mengurangi stress hidup yang mereka alami. Upaya ini dilakukan dengan harapan mampu membuatnya merasa lebih tenang. Dari wawancara yang telah dilakukan pada informan, dulu ia merasa stress dengan beban akademik, tertekan dengan nilai kuliah yang jelek dan merasa sendiri tidak punya teman. Dibalik sakit yang dialami, informan tetap menjalankan praktik ibadah wajib maupun sunnah pada saat menjalani perawatan. Mengingat Allah, membuat dirinya merasa tenang.

Orang dengan gangguan bipolar mengalami tantangan mengendalikan emosi dan perasaan yang tidak sama seperti orang normal lainnya, selain itu mereka juga memiliki tantangan untuk bisa kembali beraktivitas dengan masyarakat sekitar. Adanya coping religius tersebut ternyata berpengaruh pada kondisi emosi informan. Ketika informan mampu mengendalikan emosinya, masalah yang ia hadapi dapat disikapi dengan lebih bijak sehingga tidak menimbulkan masalah yang lebih besar. Peristiwa tersebut kemudian

menarik peneliti untuk menggali lebih dalam bagaimana koping religius pada pasien yang sembuh dari gangguan bipolar. Hal tersebut menjadi alasan peneliti untuk melakukan penelitian ini.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana koping religius pada pasien yang sembuh dari gangguan bipolar.

### **C. Tujuan Penelitian**

Sebagaimana pokok permasalahan di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan koping religius religius pada pasien yang sembuh dari gangguan bipolar.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memberikan sumbangan informasi tentang bagaimana koping religius pada pasien yang sembuh dari gangguan depresi, pengaruh koping religius terhadap kemampuan pasien mengendalikan emosi, serta faktor apa saja yang mempengaruhi koping religius pada pasien yang sembuh dari gangguan depresi.

#### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan menambah wawasan bagi masyarakat secara umum dan pihak yang terlibat dengan pasien yang sembuh dari bipolar.

### E. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian yang menjadi acuan yang cukup relevan dalam penelitian ini diantaranya yaitu *“Hubungan Antara Religious Coping Dan Depresi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha”* oleh Moch Fathonil Aziz (2017). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara religious coping dan depresi pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha. Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan desain potong lintang. Penelitian dilakukan terhadap 180 mahasiswa tahun pertama angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha. Nilai religious coping diukur dengan menggunakan kuisioner RCOPE Pargament. Sedangkan nilai depresi diukur dengan menggunakan Beck depression Inventory II. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson dengan  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian didapatkan bahwa nilai religious coping pola negatif berhubungan secara signifikan dengan depresi ( $p=0,001$ ) dan hubungan antara kedua variabel cukup kuat dan positif ( $r=0,255$ ). Religious coping pola positif tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai depresi ( $p=0,858$ ) dan hubungan antara kedua variabel sangat lemah atau kurang berarti ( $r=0,014$ ). Simpulan dari penelitian ini adalah religious coping pola positif tidak berhubungan dengan depresi, sedangkan religious coping pola negatif berhubungan dengan depresi.

Penelitian dengan judul *“Implementasi Coping Religious dalam Mengatasi Gangguan Fisik-Psikis-Sosial-Spiritual pada Pasien Gagal Ginjal Kronik”* oleh Iredho Fani Reza (2016). Penelitian ini menemukan bahwa pasien gagal ginjal kronik rentan mengalami gangguan aspek fisik-psikologis-sosial-spiritual yang bersumber dari gangguan psikologis dan fisik. Untuk mengatasi setiap aspek gangguan yang dialami pasien gagal ginjal kronik, coping religious dalam perspektif agama Islam menjadi cara mengatasi permasalahan psikologis yang dialami pasien gagal ginjal kronik yang di implementasi dengan dua bentuk. Pertama, hubungan terhadap Allah SWT (hablun Min Allah) berupa pelaksanaan serangkaian ibadah, seperti: salat,

zikir, puasa, berdoa, membaca Al-Qur'an. Kedua, hubungan dengan sesama manusia (hablun min an-nas), yaitu silaturahmi. Penelitian ini merupakan jenis penelitian mixed methods dengan rancangan penelitian embedded design. Jumlah subjek yang menjadi sampel dengan teknik random sederhana dalam penelitian ini berjumlah 62 pasien gagal ginjal kronik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada pasien gagal ginjal kronik, untuk mempertahankan intensitas pelaksanaan ibadah dan meningkatkan pemahaman dan penghayatan keagamaan, sehingga dapat mengatasi gangguan fisik-psikis-sosial-spiritual untuk menyikapi pelbagai permasalahan kehidupan yang dihadapi.

Penelitian berjudul "*Peranan Coping Religius Terhadap Kecemasan Calon TKI*" oleh Laela Masyitoh (2007). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan coping religius terhadap kecemasan calon TKI saat berada di penampungan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus pada tiga wanita calon TKI yang berada di penampungan PT. HASamuri Abadi yang berusia antara 17-45 tahun. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan observasi yang berlangsung pada bulan Oktober-November 2007. Hasil penelitian didapatkan bahwa adanya bentuk coping religius yang dilakukan oleh ketiga subyek saat mereka banyak mengalami situasi-situasi yang dinilai mengancam seperti mendapat perlakuan tidak senonoh, ketidakpastian keberangkatan ke luar negeri, dan adanya pemerasan. Adapun bentuk coping religius yang dilakukan adalah melakukan shalat, dzikir, berdoa. Menurut pengakuan para subyek dapat membuat mereka merasakan ketenangan.

Penelitian selanjutnya berjudul "*Religious Coping Pada Individu Yang Melakukan Konversi Agama*" oleh Respianto dan Yohanes Kartika Herdiyanto (2016). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor penyebab konversi agama, tanggapan dari keluarga dan lingkungan sekitar serta strategi yang digunakan oleh individu yang melakukan konversi agama. Penelitian ini menggunakan empat responden yang akan dibagi menjadi dua yaitu yang melakukan konversi karena pernikahan dan

melakukan konversi karena keinginan sendiri. Hasil dari penelitian ini adalah, faktor penyebab dari konversi agama dibedakan menjadi dua yaitu karena faktor internal dan eksternal. Religious coping yang digunakan yaitu self-directing, deffering, dan collaborative coping, tiga jenis coping tersebut digunakan pada tiap tahap proses konversi agama. Penggunaan religious coping memberikan hasil positif yang sesuai dengan system social si mana individu tersebut berada.

Penelitian dengan judul *“Peran Koping Religius dan Kesejahteraan Subjektif Terhadap Stres pada Anggota Bintara Polisi di Polres Kebumen”* oleh Amalia Juniarly M. Noor Rochman Hadjam (2012). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran koping religius dan kesejahteraan subjektif terhadap stress pada anggota polisi yang tidak ditugaskan di Polres Kebumen. Subyek pada penelitian ini anggota pasukan polisi Sabhara yang ditugaskan di kepolisian Kebumen dan beragama Islam. Metode pengumpulan data menggunakan skala. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan metode analisis korelasi parsial. Koefisien korelasi antara stres dan koping religius - 0,517 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), sedangkan koefisien korelasi dengan kesejahteraan subjektif - 0,309 dengan  $p = 0,022$  ( $p > 0,01$ ). Penelitian ini menunjukkan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara koping religius, kesejahteraan subjektif dan stres. Semakin tinggi keyakinan agama dan tingkat kesejahteraan subjektif, semakin rendah tingkat stres. Dengan kata lain, stres dapat diprediksi berdasarkan koping agama dan kesejahteraan subjektif.

Berdasarkan beberapa penelitian yang pernah dilakukan, maka penelitian ini bukanlah yang pertama dilakukan. Penelitian yang akan dilakukan memiliki tema yang hampir sama dengan beberapa penelitian di atas namun dengan konteks dan situasi yang berbeda. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah pada metode penelitian dan subjek penelitian yang digunakan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, dengan subjek merupakan pasien yang sembuh dari gangguan bipolar yang berdomisili di Yogyakarta. Teori

yang digunakan sama dengan beberapa penelitian di atas yaitu menggunakan teori koping religius Pargament. Penelitian-penelitian sebelumnya belum ada yang secara bersamaan menggunakan metode, teori dan subjek yang sama maka penelitian dengan judul “Koping Religius Pada Pasien Sembuh Dari Bipolar” belum pernah diteliti.





## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan penelitian ini mencakup dua hal yaitu, pertama mengenai gambaran coping religius pada pasien sembuh dari bipolar. Kedua mengenai faktor yang memengaruhi coping religius pada pasien sembuh dari bipolar. Peneliti menemukan bahwa pada informan menunjukkan adanya coping religius, yaitu coping religius positif. Coping religious positif tergambar dari bagaimana informan menunjukkan perubahan kualitas kehidupan kearah yang lebih baik. Adapun faktor yang mempengaruhi coping religius pada informan secara garis besar ada dua yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu keyakinan dalam diri informan. Ia meyakini segala yang telah ditakdirkan Allah kepada informan selalu memiliki hikmah. Salah satu hikmahnya adalah belajar mengelola emosi dan bersikap lebih sabar, sehingga ketika informan sedang menerima suatu cobaan yang ia lakukan adalah mencari ketenangan dengan menjaga hubungan dengan Sang Pencipta. Faktor eksternal ditemukan terdiri dari dukungan orang tua dan lingkungan. Dukungan orang tua berupa nasihat-nasihat supaya informan selalu bersabar dalam menjalani kehidupan. Orang tua informan selalu meyakinkan bahwa Allah selalu memiliki rencana baik atas apa yang telah diberikan kepada hambanya. Dukungan lingkungan berasal dari para Ustadz selaku penasihat spiritual yang juga selalu meyakinkan informan bahwa sakityang ia alami adalah salah satu sebab akan diturunkannya kebaikan untk dirinya di masa depan.

## **B. Saran**

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan karena masih banyak terdapat banyak kekurangan didalamnya. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan maka peneliti memberi saran-saran sebagai berikut:

1. Saran kepada informan secara umum adalah agar informan tetap semangat dan optimis dalam menjalani kehidupan, ketika informan memiliki masalah tidak memendamnya sendirian, informan dapat bertukar pikiran dan meminta saran pada orang lain.
2. Saran kepada keluarga informan untuk selalu mendampingi, berinteraksi serta selalu memberikan dukungan pada penderita sehingga informan memiliki semangat melanjutkan kehidupan menjadi lebih baik dan bermakna.
3. Peneliti menyadari bahwa di dalam penelitian ini banyak sekali terdapat kekurangan karena masih terdapat banyak data yang perlu digali secara mendalam. Peneliti menyarankan kepada penelitian selanjutnya agar melakukan penggalian data lebih dalam terkait gangguan bipolar.

## Daftar Pustaka

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic And Statistical Manual of Mental Disorder Edition “DSM-5”*. Washinton DC: American Psychiatric Publishing. Washinton DC.
- Ancok, J dan Fuad Nashori (1994). *Psikologi Islam Solusi Islam Atas Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Aprilissa, Anastasia dan Sri, M. (2016) *Hubungan Spiritualitas Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia. Sekolah Tinggi*. Banjarmasin: Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin.
- Arumwardhani, A. (2011). *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta: Galangpress.
- Aziz, M. F. (2017). *Hubungan Antara Religious Coping Dan Depresi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha. Skripsi*. Tidak diterbitkan. Bandung : Universitas Maranatha
- Davidson, G.C., Neale, John M., Kring, Ann M. (2010). *Psikologi Abnormal* (terj). Jakarta: Rajawali Press.
- Fitriani, A (2017). *Cognitive Behaviour Religious Therapy Untuk Menurunkan Tingkat Episode Depresi pada Pasien Depresi dengan Gejala Psikotik”*. *Jurnal Proyeksi*, Vol.12 (1) 2017, 77-87
- Gerald, C. (2005). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (terj).
- Ghony, M. D. dan Fauzan, A. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Halgin, R. P. dan Susan, K. W. (2011). *Psikologi Abnormal Perspektif Klinis Pada Gangguan Psikologi* (terj). Jakarta: Salemba Humanika.
- Jaya, Y. (1994). *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkan Kepribadian dan Kesehatn Mental*. Jakarta: Ruhama

- Juniarly, A. dan M. Noor M. N. (2012). Peran Koping Religius dan Kesejahteraan Subjektif Terhadap Stres Pada Anggota Bintara Polisi di Polres Kebumen Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. *Psikologika* Vol. 17, Nomor 1.
- Karekla, M & Constantinou, M. (2010). Religious Coping and Cancer: Proposing an Acceptance and Commitment Therapy Approach. *Journal of Cognitive and Behavioral Practice*, 17, 371–381.
- Kholidah, E. N. (2012). Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis. *Jurnal Psikologi* Volume 39, NO. 1, Juni 2012: 67 – 75
- Lazarus, R.S & Folkman, S (1984). *Stress Appraisal and Coping*. Newyork: Springer Publishing Company. Inc
- Lazarus, R.S & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York : McGraw-Hill, Inc.
- Masyitoh, L. (2007). Peranan Coping Religius Terhadap Keemasan Calon TKI. Skripsi Tidak diterbitkan. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Maurus, J. (2009). Mengenali dan Mengatasi Depresi. Rumpun.
- Nelson, R. dan Jones. (2011). *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi Edisi keempat* (terj). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nevid, J. S., Spencer A. R., Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 2* (terj). Jakarta: Erlangga.
- Oltmann, T. F dan Emery, R. E. (2013). *Psikologi Abnormal* (terj). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Panggabean, L. M., & Rona, D. (2015). Apakah aku bipolar?: 100 tanya jawab dengan psikiater. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Pomerantz, A. M. (2014). *Psikologi Klinis: Ilmu Pengetahuan, praktik, dan budaya* (terj). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Respinato dan Yohanes, K. P. (2016) Religious Coping Pada Individu Yang Melakukan Konversi Agama. *Jurnal Psikologi Udayana*. Vol. 3, No. 2, 178-186
- Reza, I. F (2016). Implementasi Coping Religious dalam Mengatasi Gangguan Fisik-Psikis-Sosial-Spiritual pada Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Intizar*. Vol. 22, No.2.
- Robbani, M., Salmah, L. dan Arif, T. S (2012). Strategi Coping pada Bipolar yang Mengalami Perceraian (Studi Kasus). Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Safaria, T. (2011). Peran Religious Coping Sebagai Moderator Dari Job Insecurity Terhadap Stres Kerja Pada Staf Akademik. *Jurnal Humanitas*, Vol. VIII No.2 .
- Sarafino, E. (2002). *Health psychology*. England: John Willey and Sons.
- Stallard, P. (2005). A clinician's guide to think good-feel good:using cbt with children and young people.West sussex: John Wiley & Sons.
- Sugiyono. (2009). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sutardjo, A. dan Wiramihardja. (2012). *Pengantar Psikologi Klinis*. Bandung: Refika Aditama.
- Utami, M. S. (2012). Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. *Jurnal Psikologi Volume 39*, NO. 1, 46 – 66
- Wicaksana (2005). Depresi dan solusinya (Online). Diunduh dari <http://www.psychology.yahoo.com> bulan Agustus 2018.
- Wicaksono, P. (2017). *Survei Dinas Kesehatan: Sepertiga Warga Kota Yogya Depresi.*, dari <https://nasional.tempo.co/read/904267/survei-dinas-kesehatan-sepertiga-warga-kota-yogya-depresi/full&view=ok>. Diakses pada 23 Agustus, 2018.