

**HUBUNGAN ANTARA KOPING STRES DAN RASA SYUKUR  
DENGAN KUALITAS HIDUP *CAREGIVER* PASIEN PENYAKIT KRONIS  
RUMAH SAKIT TENTARA KOTA PEMATANGSIANTAR**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

**Disusun Oleh:**

**Nabila Azizatul Hadhra  
NIM 21102020071**

**Pembimbing:**

**Arya Fenda Ibnu Shina, S.Si, M.Si  
NIP199006282019032022**

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA**

**YOGYAKARTA**

**2025**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1234/Un.02/DD/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN ANTARA KOPING STRES DAN RASA SYUKUR DENGAN KUALITAS HIDUP *CAREGIVER* PASIEN PENYAKIT KRONIS RUMAH SAKIT TENTARA KOTA PEMATANGSIANTAR

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NABILA AZIZATUL HADHRA  
Nomor Induk Mahasiswa : 21102020071  
Telah diujikan pada : Selasa, 29 Juli 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 68a71c21a3cd0

Ketua Sidang

Arya Fendha Ibnu Shina, M.Si.  
SIGNED



Valid ID: 68a5a93c626f3

Penguji I

Nailul Falah, S.Ag, M.Si  
SIGNED



Valid ID: 68a5455101d41

Penguji II

Moh. Khoerul Anwar, S.Pd., M.Pd., Ph.D.  
SIGNED



Valid ID: 68a711c06d002

Yogyakarta, 29 Juli 2025  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Prof. Dr. Arif Mufthuhin, M.Ag., M.A.I.S.  
SIGNED



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. MarsdaAdisuciptoTelp. (0274) 515856  
Yogyakarta 55281

#### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:  
Yth Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku dosen pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Nabila Azizatul Hadhra  
NIM : 21102020071  
Judul Skripsi : Hubungan antara Koping Stres dan Rasa Syukur dengan Kualitas Hidup *Caregiver* Pasien Penyakit Kronis Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar

Sudah dapat diajukan kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 23 Juli 2025

Mengetahui:

Ketua Program Studi

Zaen Musyirifin M. Pd I  
NIP. 19900428 202321 1 029

Dosen Pembimbing

Arva Fenda Ibnu Shina S.Si, M.Si  
NIP. 199006282019032022

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nabila Azizatul Hadhra  
NIM : 21102020071  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya berjudul: Hubungan antara Koping Stres dan Rasa Syukur dengan Kualitas Hidup *Caregiver* Pasien Penyakit Kronis Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penulis tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Yogyakarta, 23 Juli 2025

Yang menyatakan,



Nabila Azizatul Hadhra

NIM 21102020071

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur kepada Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang dan dengan kerendahan hati yang paling dalam, penulis mempersembahkan karya ini kepada:

### **Orang Tua Tercinta**

*Ayah dan Umi, yang telah memberikan cinta seluas samudera dan doa yang tiada henti setiap waktu. Terima kasih atas pelukan dan setiap nasihat yang menjadi penguat dan semangat untuk setiap langkah penulis dalam membuat karya sederhana ini.*



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## MOTTO

“Koping yang efektif tidak hanya mengurangi tekanan, tetapi juga membuka ruang bagi kita untuk melihat hal-hal yang patut disyukuri.”

**-Richard S Lazarus-<sup>1</sup>**



---

<sup>1</sup>Lazarus, R. S., Folkman. . *Stres Appraisal and Coping*. Springer New York : Publishing Company 1984



## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas karunia dan kasih sayang Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat serta nikmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Koping Stres dan Rasa Syukur dengan Kualitas Hidup *Caregiver* Pasien Penyakit Kronis Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar”. Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Skripsi ini dapat diselesaikan oleh penulis tidak lepas dari dukungan, bantuan, serta doa dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Noorhaidi, M.A., Ph.D., Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A., Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Zaen Musyirifin, S.Sos.I., M.Pd.I., Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Anggi Jatmiko, M.A., Sekretaris Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Arya Fenda Ibnu Shina, S.Si., M.Si., Dosen Pembimbing Skripsi. Terima kasih yang tulus penulis sampaikan karena telah sabar membimbing, memberi masukan, dan terus memberikan motivasi selama proses penyusunan skripsi. Bimbingan dan perhatian ibu sangat berarti dalam proses menyelesaikan skripsi. Semoga ilmu dan kebaikan ibu menjadi amal jariyah yang tak terputus.
6. Ferra Puspito Sari, M.Pd., Dosen Pembimbing Akademik. Terima kasih yang tulus penulis sampaikan karena telah memberi arahan dan motivasi selama proses perkuliahan dari semester 1 sampai saat ini.

7. Seluruh dosen Bimbingan dan Konseling Islam serta seluruh karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan pelayanan administrasi yang sangat baik.
8. Instaldik dan *Caregiver* Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar Sumatera Utara. Terima kasih atas kesempatan yang telah diberikan kepada penulis serta bantuan yang sangat berarti selama proses penelitian. Semoga Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar Sumatera Utara menjadi rumah sakit yang semakin maju.
9. Adik-adik tersayang yang cantik Asyifiqi Khalilah Afifah dan Ainayya Fathiyaturrahma serta adik-adik tersayang yang ganteng Faiz Muhammad Azzam dan Dzahwan Fithra Al-Ghifary. Terima kasih atas dukungan dan selalu kebersamai penulis serta selalu menjadi penguat setiap langkah hingga saat ini. Semoga kita selalu saling merangkul dan saling memberikan dukungan disetiap saat.
10. Teman-teman yang kebersamai sejak sekolah dasar Naufal Afiq Pulungan, Mirza Vivian Simanjuntak, Hafizah Zahwa Sitorus, Fadhila Natania Damanik. Terima kasih atas dukungan yang tidak pernah pudar dan terima kasih sudah bersedia menjadi tempat penulis berkeluh kesah serta menjadi salah satu alasan penulis menjadi kuat hingga saat ini. Semoga persahabatan kita tidak akan pernah putus dan selalu saling menguatkan satu sama lain.
11. Teman-teman seperjuangan dari semester 1 hingga saat ini, Siti Nurlatifah, Dian Aulia Pelu, Alifia Indriastuti, Afiana Wardoyo, Yola Aisyah, dan Ismah Annisa. Terima kasih atas kebersamaan dan canda tawa selama ini yang tidak akan dilupakan. Semoga kita diberi jalan terbaik untuk menggapai cita-cita dan tetap saling mendukung satu sama lain.
12. Teman-teman KKN 114 kelompok 277 Indy, Indana, Dilla, Uba, Nayla, Naufal, Ifa, Safa, Dimas. Terima kasih karena telah menjadi bagian dari perjalanan luar biasa selama mengabdikan 45 hari di Desa Sukolilo. Terima kasih atas kerja sama, kekompakan, semangat dan kebersamaan yang terjalin selama KKN. Semoga kita semua tetap saling mendukung satu sama lain.



13. Teman-teman virtual yang sudah bersama selama 2 tahun, Serren, Kak Siska, Kak Ime, Kak Je, Kak Nin, Kak Blink, Kak Rei. Terima kasih untuk 2 tahun ini *fangirling* bersama walau hanya dari grup *direct message*, terima kasih karena berteman dengan kalian sangat menyenangkan. Semoga suatu saat kita bisa bertemu menghabiskan waktu bersama.
14. Jeni dan Renjun yang mungkin tidak akan pernah membaca ini, terima kasih telah menjadi sumber semangat dan penguat dalam diam. Di tengah lelahnya menjalani hidup, musikmu, senyumanmu dan inspirasimu mampu membuat bertahan dan terus melangkah. Semoga suatu hari bisa melihat kalian secara langsung.



## ABSTRAK

**Nabila Azizatul Hadhra (21102020071)**, “Hubungan Antara Koping Stres dan Rasa Syukur dengan Kualitas Hidup *Caregiver* Pasien Penyakit Kronis Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar” Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025.

Penyakit kronis merupakan penyakit yang berdurasi lama, memiliki kecenderungan dapat menyebabkan kerusakan yang bersifat permanen dan ketidakmampuan serta tidak dapat disembuhkan dengan sempurna. Penyakit kronis untuk saat ini lebih banyak disebabkan salah satunya oleh yaitu berkaitan dengan gaya hidup masyarakat *modern* masa kini. Agar pasien yang menderita penyakit kronis dapat menjalani kehidupannya, maka pasien membutuhkan bantuan dalam semua aktivitasnya. Seseorang yang menyediakan bantuan bagi penderita penyakit kronis disebut *caregiver*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara koping stres dan rasa syukur dalam meningkatkan kualitas hidup pada *caregiver* pasien penyakit kronis di Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis korelasional. Subjek penelitian berjumlah 70 orang *caregiver* yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian meliputi skala koping stres berdasarkan teori Lazarus dan Folkman, skala rasa syukur berdasarkan teori Watkins dkk., serta skala kualitas hidup berdasarkan WHOQOL-BREF.

Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang cukup dan signifikan antara koping stres dengan rasa syukur ( $r = 0,525$ ;  $p < 0,05$ ), hubungan yang lemah tapi positif dan signifikan antara koping stres dengan kualitas hidup ( $r = 0,260$ ;  $p < 0,05$ ), serta hubungan yang lemah hingga sedang namun positif dan signifikan antara rasa syukur dengan kualitas hidup ( $r = 0,293$ ;  $p < 0,05$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik kemampuan koping stres dan semakin tinggi rasa syukur yang dimiliki *caregiver*, maka semakin baik pula kualitas hidup yang mereka rasakan. Penelitian ini merekomendasikan pentingnya intervensi psikologis berbasis spiritual dan emosional untuk meningkatkan kesejahteraan *caregiver* dalam konteks merawat pasien penyakit kronis.

**Kata Kunci:** *Koping Stres, Rasa Syukur, Kualitas Hidup*

## ABSTRACT

**Nabila Azizatul Hadhra (21102020071)**, *“The Relationship Between Stress Coping and Gratitude with the Quality of Life of Caregivers of Chronic Disease Patients at the Pematangsiantar Army Hospital” Thesis. Yogyakarta: Faculty of Da'wah and Communication, Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta, 2025.*

Chronic disease is a disease that has a long duration, has a tendency to cause permanent damage and disability and cannot be cured completely. Chronic diseases are currently caused more by one of them, namely related to the lifestyle of today's modern society. In order for patients suffering from chronic diseases to live their lives, they need assistance in all their activities. Someone who provides assistance for people with chronic diseases is called a caregiver. This study aims to determine the relationship between stress coping and gratitude in improving the quality of life in caregivers of chronic disease patients at the Pematangsiantar City Army Hospital. This study uses quantitative methods with correlational types. The research subjects amounted to 70 caregivers selected using purposive sampling technique. The research instruments included a stress coping strategy scale based on Lazarus and Folkman's theory, a gratitude scale based on Watkins et al.'s theory, and a quality of life scale based on WHOQOL-BREF. The results of the Spearman correlation test showed that there was a moderate and significant positive relationship between stress coping and gratitude ( $r = 0.525$ ;  $p < 0.05$ ), a weak but positive and significant relationship between stress coping and quality of life ( $r = 0.260$ ;  $p < 0.05$ ), and a weak to moderate but positive and significant relationship between gratitude and quality of life ( $r = 0.293$ ;  $p < 0.05$ ). These findings indicate that the better the stress coping skills and the higher the gratitude of caregivers, the better their quality of life. This study recommends the importance of spiritual and emotional-based psychological interventions to improve caregiver well-being in the context of caring for chronically ill patients.

**Keywords:** *Stress Coping, Gratitude, Quality of Life*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>SURAT PENGESAHAN SKRIPSI .....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Kajian Pustaka.....	9
<b>BAB II KERANGKA TEORI.....</b>	<b>18</b>
A. Tinjauan Tentang Kualitas Hidup .....	18
B. Tinjauan Tentang Rasa Syukur .....	26
C. Tinjauan Tentang Koping Stres .....	26
D. Tinjauan Tentang <i>Caregiver</i> .....	45
E. Kerangka Berpikir Penelitian.....	47
F. Hipotesis.....	48
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>50</b>
A. Jenis Penelitian.....	50
B. Variabel Penelitian.....	50
C. Definisi Operasional Variabel.....	51

D. Populasi dan Sampel .....	52
E. Metode Pengumpulan Data .....	53
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	57
G. Teknik Analisis Data.....	61
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>63</b>
A. Hasil Penelitian .....	63
B. Pembahasan.....	69
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>76</b>
A. Kesimpulan .....	76
B. Saran.....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>82</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skoring Skala Pengukuran.....	54
Tabel 2. Kisi-kisi Variabel Kualitas Hidup Sebelum Uji Coba.....	54
Tabel 3. Kisi-kisi Variabel Koping Stres Sebelum Uji Coba .....	55
Tabel 4. Kisi-kisi Variabel Rasa Syukur Sebelum Uji Coba.....	56
Tabel 5. Item Skala Kualitas Hidup Setelah Uji Coba .....	57
Tabel 6. Item Skala Koping Stres Setelah Uji Coba.....	58
Tabel 7. Item Skala Rasa Syukur Setelah Uji Coba .....	59
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas dengan Alpha Cronbach.....	61
Tabel 9. Identitas Subjek Penelitian .....	63
Tabel 10. Mean Hipotetik Variabel Koping Stres, Rasa Syukur, dan Kualitas Hidup .....	64
Tabel 11. Kriteria Kategorisasi Variabel Koping Stres, Rasa Syukur, dan Kualitas Hidup .....	65
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	66
Tabel 13. Interpretasi Koefisien Korelasi .....	68
Tabel 14. Hasil Uji Korelasi Rank Spearman .....	68

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penyakit kronis merupakan penyakit yang berdurasi lama, memiliki kecenderungan dapat menyebabkan kerusakan yang bersifat permanen dan ketidakmampuan serta tidak dapat disembuhkan dengan sempurna. Penyakit kronis untuk saat ini lebih banyak disebabkan salah satunya oleh yaitu berkaitan dengan gaya hidup masyarakat *modern* masa kini.<sup>2</sup> Beberapa jenis penyakit kronis yang umum dijumpai meliputi penyakit kardiovaskular, diabetes mellitus tipe 2, penyakit paru kronik, kanker, penyakit ginjal kronis, serta gangguan kesehatan mental yang menetap.<sup>3</sup>

Riskesdas tahun 2018 mendapatkan prevalensi hipertensi sebesar sebesar 34,11%, diabetes melitus sebesar 8,5%, kanker sebesar 1,8%, stroke sebesar 10,9% dan gagal ginjal kronik sebesar 3,8%.<sup>4</sup> Angka-angka ini menegaskan bahwa penyakit kronis memiliki prevalensi tinggi di Indonesia dan menimbulkan dampak signifikan terhadap kualitas hidup pasien maupun keluarga mereka.

---

<sup>2</sup> Wulansari dkk, “Pengaruh Intervensi Dukungan Pengambilan Keputusan Terhadap Masalah Manajemen Kesehatan Tidak Efektif pada Keluarga dengan Penyakit Kronis”, (*Indonesian Journal of Nursing Research*, 2020, 3,1) hlm 2.

<sup>3</sup>World Health Organization. *Noncommunicable Diseases*. (2023). Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>

<sup>4</sup>Kementerian Kesehatan RI. Riskesdas 2018. In Laporan Nasional Riskesdas 2018.<https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514>

Konsekuensi dari penyakit kronis tidak hanya sebatas pada dimensi biologis pasien, tetapi juga merambah ke aspek psikologis, sosial, dan ekonomi. Pasien dengan kondisi kronis sering kali mengalami keterbatasan aktivitas sehari-hari, rasa sakit berkepanjangan, serta ketergantungan pada orang lain. Situasi ini berdampak langsung pada kualitas hidup. Menurut *World Health Organization* (WHO), kualitas hidup adalah persepsi individu mengenai posisinya dalam kehidupan yang dipengaruhi oleh budaya, sistem nilai, tujuan, harapan, dan standar hidup.<sup>5</sup> Definisi ini menekankan bahwa kualitas hidup tidak hanya dilihat dari kondisi kesehatan fisik semata, melainkan mencakup kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, serta kondisi lingkungan yang mendukung. WHO melalui instrumen WHOQOL-BREF membagi kualitas hidup ke dalam empat domain utama, yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan.<sup>6</sup>

Salah satu faktor penting untuk menghadapi tuntutan tersebut adalah koping stres. Menurut Lazarus dan Folkman, koping stres merupakan upaya kognitif dan perilaku untuk mengelola tuntutan internal atau eksternal yang dirasakan melebihi sumber daya individu. *Caregiver* yang memiliki koping efektif, baik yang berfokus pada pemecahan masalah (*problem-focused coping*) maupun pengelolaan emosi (*emotion-focused coping*), cenderung lebih mampu mempertahankan kesejahteraan mereka. Menurut Sarafino dalam Amika dkk

---

<sup>5</sup> WHO. *WHOQOL: Measuring Quality of Life*. Geneva: World Health Organization, 1997, hlm 95.

<sup>6</sup> WHOQOL Group. *Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment*. Psychological Medicine, 1998, hlm 100.

koping adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan dengan sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi penuh tekanan.<sup>7</sup> Selain koping stres, faktor lain yang berperan adalah rasa syukur.

Rasa syukur (*gratitude*) merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam menjaga kesejahteraan emosional dan kualitas hidup individu, termasuk pada *caregiver* pasien penyakit kronis. Dalam situasi merawat pasien dengan kondisi yang memerlukan perhatian jangka panjang, rasa syukur dapat membantu *caregiver* memandang pengalaman merawat secara lebih positif, mengurangi tekanan emosional, serta meningkatkan penerimaan terhadap kondisi yang dihadapi. Menurut McCullough, Tsang, dan Emmons dalam Diatry, bersyukur dapat menawarkan berbagai manfaat secara emosi dan interpersonal dan lebih memiliki keuntungan seperti tujuan hidup, memiliki kontrol diri yang baik, dan lebih menerima diri sendiri. Selain itu, bersyukur dapat membantu orang dalam menghadapi tantangan dalam hidup, seperti menghadapi masalah. Hal ini dapat terjadi karena bersyukur membantu mereka menginterpretasikan masalah dengan cara yang lebih positif, yang memungkinkan mereka menemukan solusi atau perencanaan terbaik untuk masalah tersebut.<sup>8</sup> Dalam konteks perawatan pasien kronis, rasa syukur memungkinkan *caregiver* maupun pasien untuk memaknai pengalaman

---

<sup>7</sup> Yasrin & Setia, “*Coping Stress pada Caregiver Pasien Stroke*”, (*Jurnal Indigenous*, 2017, 1, 2) hlm 97.

<sup>8</sup> Diatry Putriana, *Hubungan antara Rasa Bersyukur dengan Burnout pada Perawat RSUD Dr. Moewardi*. (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2020) hlm 4.

*caregiving* sebagai kesempatan untuk tumbuh, sehingga tekanan yang dialami dapat lebih mudah diterima.

Penyakit kronis memiliki beberapa fase, termasuk fase stabil, fase pemulihan, dan fase penurunan. Pada fase stabil, tanda dan gejala dapat dikontrol dan kegiatan sehari-hari dapat dilakukan. Keadaan pulih dan cara hidup yang diterima sesuai dengan batasan penyakit dikenal sebagai fase pemulihan. Fase penurunan adalah perjalanan penyakit berkembang.<sup>9</sup> Agar pasien yang menderita penyakit kronis dapat menjalani kehidupannya, maka pasien membutuhkan bantuan dalam semua aktivitasnya. Seseorang yang menyediakan bantuan bagi penderita penyakit kronis disebut *caregiver*.<sup>10</sup> Tugas seorang *caregiver* meliputi bantuan fisik (memandikan, memberi makan, menyiapkan obat), dukungan emosional, hingga pengelolaan keuangan pasien. Namun, tanggung jawab besar ini berpotensi menimbulkan tekanan fisik, emosional, sosial, dan finansial bagi *caregiver*, terutama jika dilakukan dalam jangka panjang.

*Caregiver* juga memiliki fokus untuk memenuhi kebutuhan, perawatan, dan pikiran diri sendiri. Beban tersebut dapat memicu stres, kecemasan, hingga depresi apabila tidak diimbangi dengan kemampuan mengelola tekanan secara adaptif. Pada penelitian yang dilakukan oleh Lestari, Ni Komang dkk di RSUD Praya tahun 2023 terhadap 38 *caregiver* pasien kanker menggunakan instrumen

---

<sup>9</sup>Wulansari dkk, "Pengaruh Intervensi Dukungan Pengambilan Keputusan Terhadap Masalah Manajemen Kesehatan Tidak Efektif pada Keluarga dengan Penyakit Kronis", (*Indonesian Journal of Nursing Research*, 2020, 3,1) hlm 2.

<sup>10</sup> *Ibid*,

*Perceived Stress Scale-10 (PSS-10)* menemukan bahwa 5,3 % responden mengalami stres ringan, 28,9 % stres sedang, 52,5 % stres berat, dan 13,2 % sangat stres.<sup>11</sup> Selain itu, pada penelitian Yunitia Insani dan Nurmulia Wunaini tahun 2020 menemukan bahwa 52,2% *caregiver* pasien *stroke* berada pada tingkat stres sedang hingga berat, dengan gejala berupa kelelahan fisik, mudah marah, dan gangguan tidur.<sup>12</sup> Hal ini memperkuat pandangan bahwa peran *caregiver* berisiko tinggi terhadap penurunan kesejahteraan psikologis.

*Caregiver* dengan kualitas hidup yang baik umumnya memiliki kemampuan fisik yang memadai, stabilitas emosional, hubungan sosial yang suportif, dan lingkungan yang kondusif. Sebaliknya, kualitas hidup yang menurun dapat muncul akibat kelelahan fisik, stres emosional, isolasi sosial, maupun keterbatasan sumber daya. Penurunan kualitas hidup ini berpotensi memengaruhi kemampuan *caregiver* dalam memberikan perawatan optimal kepada pasien. Oleh karena itu, memahami faktor-faktor yang memengaruhi kualitas hidup, seperti coping stres dan rasa syukur, menjadi krusial untuk merancang intervensi yang tepat.

Kualitas hidup *caregiver* merupakan aspek penting yang memengaruhi kesejahteraan mereka dan individu yang mereka rawat. Sebuah studi yang dilakukan pada Januari 2023 di Denpasar meneliti kualitas hidup orang tua sebagai *caregiver* anak berkebutuhan khusus. Hasil penelitian menunjukkan

---

<sup>11</sup> Lestari, Ni Komang, dkk. "Tingkat Stres pada Caregiver Pasien Kanker di RSUD Praya Menggunakan Perceived Stress Scale-10 (PSS-10)." (*Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 2023 ,10, 2) , hlm 77–84.

<sup>12</sup> Yunitia dan Nurmulia, "Level Stres dan Strategi Coping pada Caregiver Stroke Rumah Sakit Pelamonia Makassar", (*Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr.Soetomo*, 2020, 1,6) hlm 5.

bahwa 54,6% responden memiliki kualitas hidup sedang 43,3% dengan kualitas hidup baik dan 1% dengan kualitas hidup buruk.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *caregiver* pasien penyakit kronis mengalami beban fisik dan psikologis yang signifikan selama merawat anggota keluarganya. Mereka menghadapi kelelahan, tekanan emosional, dan konflik peran yang dapat berdampak pada kualitas hidup mereka secara keseluruhan.<sup>13</sup> Dalam situasi ini, kemampuan untuk menggunakan coping yang tepat serta memiliki rasa syukur terhadap keadaan dapat menjadi faktor protektif terhadap stres berkepanjangan dan penurunan kualitas hidup.<sup>14</sup>

Pemilihan Rumah Sakit Tentara (RST) Kota Pematangsiantar, Sumatera Utara, sebagai lokasi penelitian mengenai hubungan antara coping stres dan rasa syukur dengan kualitas hidup pada *caregiver*, dilandasi oleh budaya dan disiplin kerja di rumah sakit tentara. RST Pematangsiantar merupakan salah satu fasilitas kesehatan rujukan di wilayah Sumatera Utara di bawah naungan TNI (Tentara Nasional Indonesia), tentu memiliki budaya dan disiplin yang berbeda dari rumah sakit pada umumnya yang menerapkan budaya kerja dan sistem manajemen lebih disiplin dan terstruktur mengikuti gaya militer. Kondisi ini menjadikan *caregiver*, khususnya keluarga pasien, berada dalam situasi stres kronis yang menuntut coping yang adaptif.<sup>15</sup>

---

<sup>13</sup> *Ibid.*

<sup>14</sup> Agustina, K., & Dewi, T. K.. "Strategi *coping* pada *family caregiver* pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa" (*Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(3)2018)) ,hlm 7–16.

<sup>15</sup> Kartika, A. W., Wiarsih, W., & Permatasari, H.. "Pengalaman keluarga dalam merawat penderita sakit kroni" (*Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(1) 2015)), hlm 51–58.



Berdasarkan uraian diatas, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara coping stres dan rasa syukur dengan kualitas hidup pada *caregiver* penyakit kronis di Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang diambil dalam penelitian ini yaitu:

1. Apakah ada hubungan antara coping stres dengan rasa syukur pada *caregiver* pasien penyakit kronis rumah sakit Tentara Kota Pematangsiantar?
2. Apakah ada hubungan antara coping stres dengan kualitas hidup pada *caregiver* pasien penyakit kronis rumah sakit Tentara Kota Pematangsiantar?
3. Apakah ada hubungan antara rasa syukur dengan kualitas hidup pada *caregiver* pasien penyakit kronis rumah sakit Tentara Kota Pematangsiantar?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara coping stres dan rasa syukur pada *caregiver* pasien penyakit kronis rumah sakit Tentara Kota Pematangsiantar.

2. Untuk mengetahui hubungan antara koping stres dengan kualitas hidup pada *caregiver* pasien penyakit kronis rumah sakit Tentara Kota Pematangsiantar.
3. Untuk mengetahui hubungan antara rasa syukur dengan kualitas hidup pada *caregiver* pasien penyakit kronis rumah sakit Tentara Kota Pematangsiantar.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian yang dimaksud dalam penelitian ini terbagi menjadi manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut:

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

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai koping stres dan rasa syukur serta hubungannya dengan kualitas hidup pada *caregiver* penyakit kronis, khususnya hubungan antara koping stres dan rasa syukur dengan kualitas hidup pada *caregiver* penyakit kronis di Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar. Selain itu, hasil penelitian yang dipaparkan diharapkan dapat menjadi salah satu acuan bagi peneliti-peneliti selanjutnya. Selain itu manfaat teoritis penelitian ini untuk perkembangan keilmuan BKI adalah dapat memperluas pemahaman tentang pendekatan psikologis yang *modern* seperti koping stres yang dapat dikaitkan atau diselaraskan dengan nilai-nilai Islam seperti rasa syukur serta bentuk-bentuk rasa syukur dalam perspektif Islam.

## 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi *caregiver* yang melayani pasien penyakit kronis di Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar. Apabila pada penelitian ini terbukti ada hubungan antara coping stres dan rasa syukur dengan kualitas hidup pada *caregiver* penyakit kronis maka diharapkan akan memberikan pemahaman pada *caregiver* penyakit kronis bahwa coping stres yang baik dan rasa syukur yang tinggi akan meningkatkan kualitas hidup. Selain itu manfaat praktis penelitian ini terhadap perkembangan keilmuan BKI ialah dapat merancang program konseling yang mengajarkan coping stres yang sesuai dengan prinsip-prinsip Islam serta dapat membantu *caregiver* menghadapi tantangan hidup secara spiritual dan psikologis.

## E. Kajian Pustaka

1. Skripsi Karya Diatry Putriana, Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjudul “Hubungan antara Rasa Bersyukur dengan *Burnout* pada Perawat RSUD Dr. Moewardi” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara rasa bersyukur dengan *burnout* pada perawat RSUD Dr. Moewardi. Sebanyak 102 perawat di satu gedung yang sama dengan 5 unit yang berbeda diberikan skala untuk menjadi responden pada penelitian ini. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan teknik *cluster sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan instrument penelitian yaitu

skala rasa syukur dan skala *burnout*. Hasil penelitian didapatkan adanya hubungan negatif antara rasa bersyukur dengan *burnout* pada perawat rumah sakit. Alhasil semakin tinggi rasa syukur yang dimiliki oleh perawat maka *burnout* akan semakin rendah, begitupun sebaliknya. Selain itu, sumbangan efektif rasa bersyukur terhadap *burnout* sebesar 39,18%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi *burnout* pada seorang perawat selain rasa bersyukur, yaitu sebesar 60,82%. Faktor-faktor lain tersebut diantaranya ialah faktor demokrasi, ataupun faktor eksternal seperti faktor pekerjaan dan faktor organisasi.<sup>16</sup> Adapun perbedaannya ialah terletak pada variabel dependen, apabila penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara rasa syukur dengan *burnout* pada perawat di RSUD Dr. Moewardi, maka penelitian yang akan dilakukan oleh penulis bertujuan untuk mengetahui hubungan antara strategi koping stres dan rasa syukur dengan kualitas hidup pada *caregiver* penyakit kronis di Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar, tetapi persamaannya dengan penelitian yaitu mengukur skala rasa syukur. Keterkaitan antara skripsi ini dengan penelitian yang telah dilakukan ialah bahwa rasa syukur dapat membuat kualitas hidup *caregiver* menjadi lebih baik. Artinya, rasa syukur bisa menjadi pelindung dari rasa lelah, stres, atau tertekan saat merawat pasien penyakit kronis.

---

<sup>16</sup>Diatry Putriana, “Hubungan antara Rasa Bersyukur dengan Burnout pada Perawat RSUD Dr. Moewardi”, (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2020) hlm 61.

2. Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan Dr.Soetomo Volume 6 Nomor 1 Tahun 2020 karya Yunitia Insani dan Nurmulia Wunaini yang berjudul “Level Stres dan Strategi *Coping* pada *Caregiver Stroke* Rumah Sakit Pelamonia Makassar.”Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *mix method* (kuantitatif dan kualitatif). Tujuan penelitian pada jurnal ini yaitu untuk mengukur level stres dan bentuk-bentuk strategi *coping* pada *caregiver* pasien *stroke* di Rumah Sakit Pelamonia. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu sebagian besar jenis kelamin responden adalah perempuan (89,1%), dengan tingkat pendidikan terakhir yang terbanyak adalah tamat SMA/ sederajat (37%). Kategori usia tertinggi yakni Lansia Awal (46-55 Tahun) sebesar 28,3%. Adapun Sebagian besar *caregiver* merupakan anak/menantu dari pasien *stroke* (47,8%) dan suami/istri dari pasien *stroke* (41,3%). Hasil kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) menunjukkan sebagian besar responden berada pada level stres yang normal.<sup>17</sup> Selain itu, berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa sebagian besar perilaku *coping stress caregiver* pasien *stroke* yang berorientasi pada emosi (*emotion focused coping*) *caregiver* di Rumah Sakit TK. II Pelamonia Makassar adalah mencari dukungan sosial secara emosional dalam bentuk perhatian dari keluarga, reinterpretasi positif dalam bentuk penguatan diri atas kondisi pasien, ikhlas menerima kondisi diri sebagai *caregiver*.<sup>18</sup> Adapun persamaan penelitian ini yaitu sama-sama

---

<sup>17</sup>Yunitia dan Nurmulia, “Level Stres dan Strategi Coping pada Caregiver Stroke Rumah Sakit Pelamonia Makassar”, (*Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr.Soetomo*, 2020, 1,6) hlm 5.

<sup>18</sup>*Ibid.*

meneliti bentuk-bentuk koping stres pada *caregiver*. Adapun perbedaan pada penelitian ini yaitu pada metode penelitian yang hanya menggunakan metode kuantitatif, perbedaan lainnya juga terdapat pada variabel independen 2 yaitu mengukur skala rasa syukur pada *caregiver*. Keterkaitan jurnal ini dengan hasil penelitian yang telah dilakukan adalah semakin rendah level stres yang dimiliki maka akan semakin baik koping stres nya, sehingga berdampak pada kualitas hidup yang dimiliki oleh *caregiver*.

3. Jurnal Darma Agung Volume 30 Nomor 3 Tahun 2022 karya Debi Angelina Br Barus dan Rini Kartini yang berjudul “Pelatihan Rasa Syukur Sebagai Upaya untuk Meningkatkan *Problem Focused Coping* para *Tour Guide* Pasca *Covid-19* di Maumere.” Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif eksperimen dengan teknik pengumpulan data *purposive sampling*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat dan mencari tahu sejauh mana pelatihan rasa syukur dapat meningkatkan *problem focused coping* dari para *tour guide* di kota Maumere. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa secara kuantitatif pelatihan rasa syukur efektif terhadap *problem focused coping* pada para *tour guide* pasca *Covid-19* di kota Maumere. Hal ini terbukti dari hasil taraf signifikansi ( $p$ ) sebesar  $0.000 < 0.005$  dan diperkuat dengan perbedaan mean antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, di mana kelompok kontrol memiliki mean sebesar 24.0385 sedangkan kelompok eksperimen memiliki mean



sebesar 37.8750.<sup>19</sup> Adapun persamaan pada penelitian ini yaitu sama-sama meneliti bentuk rasa syukur. Selain itu persamaan lainnya terletak pada teknik pengumpulan data yaitu *purposive sampling*. Adapun perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabel dependen, apabila penelitian ini menjadikan *problem focused coping* sebagai variabel dependen maka dari itu peneliti menjadikan *problem focused coping* sebagai variabel independen *coping stress*. Keterkaitan antara jurnal ini dengan hasil penelitian yang telah dilakukan yaitu bahwa rasa syukur tidak hanya membuat seseorang menjadi lebih positif, tetapi juga dapat membantu seseorang memilih cara mengatasi masalah yang lebih efektif yang juga berdampak pada kualitas hidup.

4. Skripsi karya Putri Mayangsari, Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berjudul “Hubungan Strategi *Coping* dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis *Caregiver* Pasien Gangguan Jiwa di Puskesmas Prambon”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan strategi *coping* dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis *caregiver* pasien gangguan jiwa di Puskesmas Prambon. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimental dengan menggunakan pendekatan korelasional. Pengumpulan data dilakukan dengan instrumen penelitian yaitu skala strategi *coping*, skala dukungan sosial dan skala kesejahteraan

---

<sup>19</sup> Debi dan Rini, “Pelatihan Rasa Syukur Sebagai Upaya untuk Meningkatkan *Problem Focused Coping* para *Tour Guide* Pasca Covid-19 di Maumere” (*Jurnal Darma Agung*, 2022, 30, 3) hlm 529.

sosial. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa tingkat strategi *coping* *caregiver* pasien gangguan jiwa di Puskesmas Prambon mayoritas berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 82% (28 responden), sedangkan 9% (3 responden) berada pada kategori tinggi, dan 9% lainnya (3 responden) kategori rendah. Tingkat dukungan sosial pada *caregiver* pasien gangguan jiwa di Puskesmas Prambon mayoritas berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 74% (25 responden), sedangkan 15% (5 responden) berada pada kategori tinggi, dan 12% lainnya (4 responden) berada pada kategori rendah, korelasi antara strategi *coping* dan dukungan sosial secara bersama-sama dengan kesejahteraan psikologis *caregiver* pasien gangguan jiwa di Puskesmas Prambon.<sup>20</sup> Adapun persamaan dengan penelitian yaitu terletak pada variabel independen yang membahas mengenai hubungan strategi koping. Adapun perbedaannya terletak pada variabel dependen, apabila penelitian ini membahas tentang hubungan antara strategi koping dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis maka penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu mengenai hubungan antara strategi koping stres dan rasa syukur dengan kualitas hidup. Keterkaitan antara skripsi ini dengan hasil penelitian yang telah dilakukan ialah bahwa cara mengatasi stres yang tepat membuat *caregiver* merasa lebih tenang, sehat secara mental dan mampu menjalani hidup dengan baik.

---

<sup>20</sup> Putri Mayangsari, *Hubungan Strategi Coping dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Caregiver Pasien Gangguan Jiwa di Puskesmas Prambon* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2021) hlm. 91

5. Skripsi karya Devi Nariyanta Purbasari, Program Studi S-1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya yang berjudul “Hubungan Beban Perawatan Dengan Kualitas Hidup Keluarga Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya”. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan beban perawatan dengan kualitas hidup keluarga pasien skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan instrument penelitian yaitu kuesioner demografi, beban *caregiver* dan kualitas hidup. Hasil penelitian dari 160 responden, yang memiliki beban perawatan dan kualitas hidup tertinggi terdapat pada kriteria beban ringan-sedang dengan kualitas hidup baik sebanyak 48 responden (30.0%), kriteria tidak ada beban-sedikit dengan kualitas hidup sangat baik sebanyak 43 responden (26.9%) sedangkan ada juga yang mempunyai beban perawatan dan kualitas hidup terendah terdapat dengan kriteria beban sangat berat dan dengan kualitas hidup sedang sebanyak 1 responden (0.6%).<sup>21</sup> Adapun persamaan antara penelitian ini terletak pada variabel dependen yang sama-sama mengukur kualitas hidup. Adapun perbedaan antara penelitian ini yaitu pada variabel independen, apabila variabel independen penelitian ini hubungan beban perawatan maka penelitian yang penulis lakukan adalah hubungan antara coping stres dan rasa syukur. Keterkaitan

---

<sup>21</sup> Devi Nariyanta Purbasari, “Hubungan Beban Perawatan Dengan Kualitas Hidup Keluarga Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya”, (Skripsi, Universitas Hang Tuah Surabaya, 2021) hlm 68.

skripsi ini dengan hasil penelitian yang telah dilakukan adalah bahwa memiliki rasa syukur dan cara mengatasi stres yang baik dapat membantu meringankan dampak beban tersebut, sehingga kualitas hidup tetap terjaga.

6. Skripsi karya Prima Sugiarto Putri, Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Keperawatan, Bisnis dan Teknologi Universitas Widya Husada Semarang yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Poli Umum Rumah Sakit Permata Medika Semarang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterkaitan tingkat stres dengan kualitas hidup pasien yang mengidap hipertensi di poli umum RS Permata Medika Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan teknik *consecutive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner tingkat stres dan kualitas hidup. Hasil dari penelitian ini didapatkan dari 42 responden sebagian besar pasien hipertensi di RS Permata Medika Kota Semarang mengalami tingkat stres yang berada dalam kategori tingkat stres sedang sejumlah 17 orang (40,5%), kemudian sebagian besar pasien hipertensi di RS Permata Medika Kota Semarang mengalami kualitas hidup yaitu berada dalam kategori kualitas hidup sedang sejumlah 31 orang (73,8%).<sup>22</sup> Adapun persamaan antara penelitian ini terletak pada variabel dependen yang sama-sama mengukur kualitas hidup. Adapun perbedaan antara penelitian ini yaitu terletak pada variabel independen dan jumlah

---

<sup>22</sup>Prima Sugiarto Putri, “*Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Poli Umum Rumah Sakit Permata Medika Semarang*”,(Skripsi, Universitas Widya Husada Semarang, 2024) hlm 87.

variabel independen apabila pada penelitian ini menggunakan satu variabel independen dan mengukur tingkat stres maka jumlah variabel independen yang akan peneliti lakukan berjumlah dua variabel independen yang mengukur coping stres dan rasa syukur. Keterkaitan skripsi ini dengan hasil penelitian yang telah dilakukan ialah bahwa jika stres dikelola dengan coping yang tepat dan rasa syukur, dampak negatif stres bisa dikurangi sehingga kualitas hidup *caregiver* tetap baik.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara coping stres dan rasa syukur dengan kualitas hidup pada *caregiver* penyakit kronis Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar Sumatera Utara. Dari hasil kategorisasi maka dapat disimpulkan bahwa kondisi *caregiver* yang merawat pasien penyakit kronis mayoritas memiliki coping stres yang baik, rasa syukur yang tinggi dan kualitas hidup yang baik.

Berdasarkan hasil uji analisis data dan pembahasan, ketiga variabel memiliki hubungan yang positif dan signifikan. Hal ini dapat dilihat dari hasil hubungan antara coping stres dengan rasa syukur didapatkan hasil koefisien korelasi sebesar 0,525 dengan nilai signifikansi 0,000 atau  $p < 0,05$ . Kemudian untuk hasil hubungan antara coping stres dengan kualitas hidup didapatkan hasil koefisien korelasi sebesar 0,260 dengan nilai signifikansi 0,029 atau  $p < 0,05$ . Hasil hubungan antara rasa syukur dengan kualitas hidup didapatkan hasil koefisien korelasi sebesar 0,293 dengan nilai signifikansi 0,014 atau  $p < 0,05$  yang berarti  $H_1$  diterima.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa coping stres dan rasa syukur adalah dua hal penting yang saling berkaitan dan memiliki peran dalam meningkatkan kualitas hidup pada *caregiver* yang khususnya merawat pasien penyakit kronis. Oleh karena itu, pentingnya pengembangan coping dan



meningkatkan rasa syukur secara psikologis dan spiritual guna meningkatkan kualitas hidup yang baik pada *caregiver*.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara koping stres dan rasa syukur dengan kualitas hidup pada *caregiver* Rumah Sakit Tentara Kota Pematangsiantar, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

### *1. Caregiver*

Diharapkan *caregiver* lebih mampu dalam mengembangkan koping baik yang berfokus dalam memecahkan suatu masalah maupun mengontrol emosi. Selain itu, meningkatkan rasa syukur dalam menjalani peran sebagai seorang *caregiver* sangat penting untuk mendukung kesehatan mental dan kualitas hidup dengan baik.

### *2. Pihak Rumah Sakit*

Bagi pihak rumah sakit diharapkan lebih komunikatif dengan pihak *caregiver* dalam menginformasikan terkait penelitian yang dilaksanakan, agar tidak adanya terjadi miskomunikasi antara *caregiver* dengan peneliti.

### *3. Bagi Peneliti Selanjutnya*

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan pendekatan yang lebih luas sehingga dapat menciptakan teori-teori baru yang bermanfaat dan perkembangan penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aliyono, Yosie Yuriqa dkk. *Studi Deskriptif Kualitas Hidup di Surabaya*. Surabaya: Fakultas Psikologi UBAYA 2012
- Agustina, K., & Dewi, T. K. *Strategi coping pada family caregiver pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa*. (*Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(3), 2018)
- Arnika Dwi Asti dkk, *Beban Caregiver dan Stres Keluarga Pasien Stroke*. (*Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 2021, 17, 2)
- Aminah Siti. *Kajian Literasi Strategi Coping pada Anak Jalanan di Jogjakarta*. (*Empower Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 3(2), 2018)
- Anisa Fitri dkk. *Dasar-dasar Statistika untuk Penelitian*. Yayasan Kita Menulis. 2023. Pdf.
- Awad AG, Voruganti LN. *The burden of schizophrenia on caregivers: a review*. *Pharmacoeconomics*. 2008;26(2):149-62. doi: 10.2165/00019053-200826020-00005. PMID: 18198934.
- A'yun, D.Y.Q. & Darmawanti, I. *Pengalaman Caregiver Infomal Dalam Merawat Lansia Pada Masa Pandemi*. *Character: (Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(2), 2022)
- Debi dan Rini, *Pelatihan Rasa Syukur Sebagai Upaya untuk Meningkatkan Problem Focused Coping para Tour Guide Pasca Covid-19 di Maumere*(*Jurnal Darma Agung*, 2022, 30, 3)
- Desri Ari Enghariano, *Syukur dalam Perspektif al-Qur'an*. (*Jurnal El-Qanuny Volume 5 Nomor 2*, 2019)
- Devi Nariyanta Purbasari, *Hubungan Beban Perawatan Dengan Kualitas Hidup Keluarga Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya* (Skripsi, Universitas Hang Tuah Surabaya, 2021)
- Diatry Putriana, *Hubungan antara Rasa Bersyukur dengan Burnout pada Perawat RSUD Dr. Moewardi*. (Skripsi , Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2020)
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., & Smith, H. L. *Subjective well-being: Three decades of progress*.( *Psychological Bulletin*, 125(2) 1999), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>

- Dwiko Nur Gunawan, *Hubungan Strategi Koping dengan Kualitas Hidup Caregiver Keluarga Penderita Skizofrenia di RSJ Dr Radjiman Wediodiningrat Lawang*. (Skripsi, Universitas Airlangga, 2018, Surabaya)
- Fadda G, Jiron P *Quality of Life and Gender : a Methodology for Urban Research. Environment and Urbanization*. 1999
- Flanagan, J. C. "A research approach to improving our quality of life." *American Psychologist*, vol. 37, no. 2, 1982
- Fredrickson, Barbara L. "The broaden-and-build theory of positive emotions." *Philosophical transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological sciences* vol. 359, 1449 (2004): 1367-78. doi:10.1098/rstb.2004.1512
- Haris Herdiansyah. *Wawancara, Observasi dan Focus Group*, (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2013)
- Hawari, D. 2001. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta : BP FKUI.
- Hutman, V., Hemlin., Y., H"ornquist. 'Are person-related and socio- structural factors associated with nurses' self-management support behavior for elderly? A correlational study', *Patient Education and Counseling*, 101, 2006.hlm. 276–284. doi: 10.1016/j.pec.2017.08.011
- I Wayan Widana dan Putu Lia Muliani. *Uji Persyaratan Analisis*. Klik Media. 2020. Pdf.
- Indirawati, E. *Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Kecenderungan Strategi Coping*. (Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, 2(3), 2006)
- Kartika, A. W., Wiarsih, W., & Permatasari, H. *Pengalaman keluarga dalam merawat penderita sakit kronis*. (Jurnal Keperawatan Indonesia, 18(1), 2015)
- Kementerian Kesehatan RI. Riskeudas 2018. In Laporan Nasional Riskeundas 2018. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514>
- Kung, W. W. *The illness, stigma, culture, or immigration? Burdens on Chinese American caregivers of patients with schizophrenia. Families in Society*, 84(4) 2003,. <https://doi.org/10.1606/1044-3894.140>
- Lawton, M. P. "A multidimensional view of quality of life in frail elders." *The Concept and Measurement of Quality of Life in the Frail Elderly*, 1991
- Lazarus, R. S., Folkman. . *Stres Appraisal and Coping*. Springer New York : Publishing Company 1984
- Lestari, Ni Komang, dkk. "Tingkat Stres pada Caregiver Pasien Kanker di RSUD

- Praya Menggunakan *Perceived Stress Scale-10 (PSS-10)*.” (*Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 2023 ,10, 2)
- McCullough, M., Emmons, R., & Tsang, J. *The grateful disposition: A conceptual and empirical topography*. (*Journal of Personality and Social Psychology* , Vol 82 (1), 2002)
- Molnar, P. *Some Aspects of The Measurement and Improvement of Quality of Life*, 2009. Diambil dari <https://www.scribd.com/document/10203667/SomeAspects-of-the-Measurement-and-Improvement-of-Quality-of-Life>
- Onyeneho, C., & Ilesanmi, R. *Burden of Care and Perceived Psycho-Social Outcomes among Family Caregivers of Patients Living with Cancer*. *AsiaPacific Journal of Oncology Nursing*, 8(3) 2021, 330–336. <https://doi.org/10.4103/2347-5625.308678>
- Peterson, C., & Seligman, M. *Character Strength and Virtues: A Handbook & Classification*. New York: Oxford University Press, 2004
- Prima Sugiarto Putri, *Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Poli Umum Rumah Sakit Permata Medika Semarang* (Skripsi, Universitas Widya Husada Semarang, 2024)
- Putri Mayangsari, *Hubungan Strategi Coping dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Caregiver Pasien Gangguan Jiwa di Puskesmas Prambon* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2021)
- Quran NU Online, *Surat Ar-Ra'd Ayat 28*, diakses 19 Agustus 2025 pukul 15.05, <https://quran.nu.or.id/ar-rad/28>
- Quran NU Online, *Surat Saba' Ayat 13*, diakses 19 Agustus 2025 pukul 15.15, <https://quran.nu.or.id/saba/13>
- Rha, S. Y., Park, Y., Song, S. K., Lee, C. E., & Lee, J. *Caregiving burden and the quality of life of family caregivers of cancer patients: The relationship and correlates*. (*European Journal of Oncology Nursing*, 19(4) 2015). <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2015.01.004>
- Rohmad dan Siti Sarah, *Pengembangan Instrumen Angket*. K-Media. 2021. Pdf.
- Sarafino, E.P. *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (5th ed). USA : John Willey & Sons Inc.2006
- Slamet Widodo dkk. *Buku Ajar Metode Penelitian*. CV Science Techno Direct. 2023. Pdf.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta,

2018)

- Tafsir al-Muyassar, *at-Taubah ayat 91*, dalam situs Quran NU Online, diakses 15 Agustus 2025 pukul 14.25, <https://quran.nu.or.id/at-taubah/91>
- TafsirWeb, *Surat Al-Baqarah Ayat 153*, diakses 15 Agustus 2025 pukul 14.40, laman *TafsirWeb* ([tafsirweb.com](http://tafsirweb.com)), <https://tafsirweb.com/620-surat-al-baqarah-ayat-153.html>
- Veenhoven, R. "The four qualities of life." *Journal of Happiness Studies*, vol. 1, no. 1, 2000
- Wagner, S., Abbot, R., & Lett, H. *Global Prevalence decreasing of quality of life. Elderly care*, 27(5), 2004
- Wahl, M. and Norman, P. *Predicting Health Behaviour*. 2nd edn. Edited by M. Conner and P. Norman. New York: Open University Press, 2004
- Watkins, P., Woodward, K., T., S., & Kolts, R. *Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. Social Behavior and Personality*, Vol 31 (5), 2003
- WHOQOL Group. *The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Development & General Psychometric Properties*. Soc. Sci. Med. Vol. 46, No. 12, 1998
- World Health Organization. *Noncommunicable Diseases*. (2023). Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Wulansari dkk, *Pengaruh Intervensi Dukungan Pengambilan Keputusan Terhadap Masalah Manajemen Kesehatan Tidak Efektif pada Keluarga dengan Penyakit Kronis*, (*Indonesian Journal of Nursing Research*, 2020, 3,1)
- Yasrin dan Setia, *Coping Stres pada Caregiver Pasien Stroke*. (*Jurnal Indigenous*, 2017, 1, 2)
- Yunitia dan Nurmulia, *Level Stres dan Strategi Coping pada Caregiver Stroke Rumah Sakit Pelamonia Makassar*. (*Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr.Soetomo*, 2020, 1,6)
- Yunita, R., Isnawati, I. A., & Addiarto, W. *Pengaruh Self Help Group Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Keluarga Dalam Merawat Pasien Skizofrenia*. (*Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2), 2020)