

## BAB II

### KERANGKA TEORI

#### A. Kerangka Teoretis

##### 1. Pengertian dukungan

Dukungan merupakan konsep yang penting dalam psikologi sosial dan kesehatan mental, di mana ia merujuk pada berbagai bentuk bantuan atau bantuan yang diberikan kepada individu oleh orang lain, yang bertujuan untuk membantu mereka mengatasi stres, kesulitan, atau tantangan hidup. Morelli mendefinisikan dukungan sebagai sumber daya yang diberikan oleh orang lain untuk meningkatkan kesejahteraan individu.<sup>1</sup> Menurut Lee & Cho, dukungan dapat berupa dukungan emosional, yaitu perhatian, kasih sayang, dan kepedulian; dukungan instrumental, yaitu bantuan praktis atau material; dukungan informasional, yaitu saran atau informasi yang membantu individu dalam membuat keputusan; serta dukungan penilaian, yaitu umpan balik yang membantu individu menilai situasi mereka.<sup>2</sup>

Wiesmaierova, menggambarkan dukungan sebagai interaksi sosial yang menyediakan perlindungan terhadap efek negatif dari stres. Mereka berpendapat bahwa dukungan sosial dapat mengurangi dampak dari situasi yang penuh tekanan dengan menyediakan sumber daya emosional, praktis, dan informasional yang dibutuhkan oleh individu untuk mengelola stres. Wiesmaierova menekankan bahwa dukungan yang diterima dari orang-orang terdekat, seperti keluarga dan teman, berperan penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis individu.<sup>3</sup>

Stein juga memberikan definisi dukungan dalam konteks perlindungan terhadap stres. Stein berpendapat bahwa dukungan sosial adalah informasi yang membuat individu percaya bahwa mereka dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari jaringan sosial yang memberikan bantuan dan dukungan. Menurut Stein, perasaan memiliki dukungan dari orang lain dapat menjadi mekanisme penting dalam menjaga kesehatan mental dan fisik seseorang, terutama ketika mereka menghadapi situasi yang sulit.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Morelli, S. A., Lee, I. A., Arnn, M. E., & Zaki, J. (2015). Emotional and instrumental support provision interact to predict well-being. *Emotion*, 15(4), 484.

<sup>2</sup> Lee, H. E., & Cho, J. (2019). Social media use and well-being in people with physical disabilities: Influence of SNS and online community uses on social support, depression, and psychological disposition. *Health communication*, 34(9), 1043-1052.

<sup>3</sup> Wiesmaierova, S., Petrova, D., Arrebola Moreno, A., Catena, A., Ramírez Hernández, J. A., & Garcia-Retamero, R. (2019). Social support buffers the negative effects of stress in cardiac patients: a cross-sectional study with acute coronary syndrome patients. *Journal of behavioral medicine*, 42, 469-479

<sup>4</sup> Stein, J., Bennett, D., Coen, C., Dunbar, R., Goodwin, G., Husain, M., ... & Walsh, V. (2016). The curated reference collection in neuroscience and biobehavioral psychology.

Hadidi melihat dukungan sebagai bagian integral dari jaringan sosial yang berfungsi untuk memberikan rasa aman dan perlindungan bagi individu. Mereka menunjukkan bahwa dukungan sosial yang kuat, baik dari keluarga, teman, maupun komunitas, dapat membantu individu mengatasi kesulitan dan bahkan berkontribusi pada penurunan risiko penyakit dan kematian. Dukungan menurut Hadidi tidak hanya tentang bantuan praktis, tetapi juga mencakup dukungan emosional yang memberikan rasa keterhubungan dan kepedulian dari orang lain.<sup>5</sup>

Terakhir, Xu menjelaskan dukungan sebagai bantuan yang diberikan oleh orang lain yang sesuai dengan kebutuhan spesifik individu. Mereka mengembangkan teori *Optimal Matching* yang menyatakan bahwa dukungan paling efektif ketika sesuai dengan jenis masalah yang dihadapi. Menurut mereka, dukungan bukan hanya sekadar bantuan, tetapi juga tentang bagaimana bantuan tersebut dapat dioptimalkan untuk situasi tertentu, sehingga dapat benar-benar membantu individu dalam mengatasi tantangan yang mereka hadapi.<sup>6</sup>

Dapat disimpulkan dari pendapat ahli di atas bahwa Dukungan adalah berbagai bentuk bantuan yang diberikan oleh orang lain untuk membantu individu mengatasi stres, tantangan, atau kesulitan hidup.

## **2. Pengertian Dukungan Sosial**

Dukungan sosial merupakan pertukaran hubungan antar pribadi yang bersifat timbal balik dimana seseorang memberi bantuan kepada orang lain. Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh siapa saja dalam berhubungan dengan orang lain demi berlangsungnya hidup di tengah-tengah masyarakat karena manusia diciptakan sebagai makhluk sosial. Istilah “dukungan sosial” secara umum digunakan untuk mengacu pada penerimaan rasa aman, peduli, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok. Berikut kutipannya : “*dukungan sosial secara umum digunakan untuk merujuk pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok.*”<sup>7</sup>

Smet mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam

---

<sup>5</sup> Hadidi, M. S., & Khateeb, J. M. A. (2014). A comparison of social support among adolescents with and without visual impairments in Jordan: a case study from the Arab region. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 108(5), 414-427. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0145482X1410800506>

<sup>6</sup> Xu, A., Liu, X., & Hu, P. J. H. (2019). Examining effects of fit between patient need and social support: a deep learning based multi-label classification approach. <https://aisel.aisnet.org/icis2019/>

<sup>7</sup> Hamzah, W. (2019). Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial Terhadap Kelelahan Kerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 336-343.

kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.<sup>8</sup>

Sarason dalam Karina, mengatakan dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi. Sarason juga berpendapat bahwa dukungan sosial selalu mencakup dua hal yaitu:

1. Jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia, merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang diandalkan saat individu membutuhkan bantuan (pendekatan berdasarkan kuantitas).
2. Tingkatan kepuasan akan dukungan sosial yang diterima, berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi (pendekatan berdasarkan kualitas).<sup>9</sup>

Dukungan sosial (*social support*) adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik.<sup>10</sup> Adnan mengatakan dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu.<sup>11</sup> Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah.

Aisyah, mendefinisikan dukungan sosial sebagai komunikasi verbal dan nonverbal antara penerima dan penyedia. Untuk mengurangi ketidakpastian tentang situasi, diri, orang lain, atau hubungan, dan berfungsi untuk mempertinggi suatu persepsi pada kontrol diri seseorang dalam satu-satunya pengalaman hidup.<sup>12</sup> Berdasarkan definisi di atas, ciri-ciri dukungan sosial meliputi komunikasi,

---

<sup>8</sup> Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.

<sup>9</sup> Karina, Z., & Sodik, M. A. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan.

<sup>10</sup> Ibd, F. (2023). Dukungan Sosial: Sebagai bantuan menghadapi stres dalam kalangan remaja yatim di Panti Asuhan. *Intelektualita*, 12(2).

<sup>11</sup> Adnan, A. Z., Fatimah, M., Zulfia, M., & Hidayati, F. (2016). Pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri remaja Desa Wonoayu Kecamatan Wajak. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 13(2), 53-58.

<sup>12</sup> AISYAH, S. D. (2022). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Dalam Pembelajaran Daring Dimasa Pandemi Covid-19 Pada Siswa Smp N 1 Banyuasin 1* (Doctoral dissertation, Universitas Bina Darma).

mengurangi ketidakpastian, dan mempertinggi kontrol. Dukungan sosial merupakan tipe komunikasi, bahwa bantuan individual merasa lebih pasti tentang sebuah situasi dan mempunyai kontrol yang lebih pasti tentang sebuah situasi dan mempunyai kontrol yang lebih terhadap situasi tersebut. Itu artinya, komunikasi yang suportif dapat mengurangi ketidakpastian Ushfuriyah.<sup>13</sup>

Putra mendefinisikan dukungan sosial secara lebih luas yaitu proses interaksi dalam hubungan yang mana memperbaiki *coping*, penghargaan, cinta, kasih, dan kompetensi melalui pertukaran rasa atau tingkah laku nyata terhadap sumber psikososial atau fisik.<sup>14</sup>

Dukungan sosial adalah pertukaran interpersonal yang dicirikan oleh perhatian emosi, bantuan instrumental, penyediaan informasi, atau pertolongan lainnya. Misalnya dukungan sosial membantu mahasiswa mengatasi stresor dalam kehidupan kampus. Satu cara dimana orang-orang mendapatkan dukungan selama masa-masa sulit adalah melalui berbagai sosial, berpaling pada orang lain yang bertindak sebagai pendengar yang baik atau memberikan nasihat.<sup>15</sup>

Dukungan social menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten. Hubungan sosial yang supportif secara sosial juga bisa meredam efek stres, membantu orang mengatasi stres dan menambah kesehatan. Selain itu dukungan sosial bisa efektif dalam mengatasi tekanan psikologis pada masamasa sulit dan menekan.<sup>16</sup>

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yan positif yang diberikan oleh orang-orang tertentu terhadap individu dalam kehidupannya serta dalam lingkungan sosial tertentu sehingga individu yang menerima merasa diperhatikan, dihargai, dihormati, dicintai. Individu yang menerima dukungan sosial akan lebih percaya diri dan kompeten dalam menjalankan aktivitasnya.

---

<sup>13</sup> Ushfuriyah, U. (2015). *Hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme mahasiswa psikologi dalam menyelesaikan skripsi* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

<sup>14</sup> Putra, I. G. Y., Suardana, I. W., Nurlela, L., Sya'diyah, H., Achjar, K. A. H., Januarti, L. F., ... & Kirana, S. A. C. (2023). *Keperawatan Keluarga: Teori & Studi Kasus*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

<sup>15</sup> Oktaviana, M. (2020). *Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Hasil Belajar pada Mata Pelajaran Ekonomi Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 13 Kota Jambi* (Doctoral dissertation, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan).

<sup>16</sup> Rif'ati, M. I., Arumsari, A., Fajriani, N., Maghfiroh, V. S., Abidi, A. F., Chusairi, A., & Hadi, C. (2018). Konsep dukungan sosial. *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga*.

### 3. Teori Dukungan Sosial (House, 1981)

Teori dukungan sosial menjelaskan bagaimana interaksi sosial yang positif dapat membantu individu mengatasi stres, meningkatkan kesejahteraan, dan mempercepat pemulihan dari berbagai kondisi kesehatan. Dukungan sosial mencakup berbagai bentuk bantuan yang diperoleh individu dari lingkungan sosialnya, seperti keluarga, teman, pasangan, dan komunitas. Dalam konteks pemulihan pasca histerektomi, dukungan dari suami menjadi salah satu aspek penting yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan spiritual istri.

Menurut House, dukungan sosial adalah bantuan yang diperoleh individu dari jaringan sosial mereka yang dapat berupa emosional, instrumental, informatif, dan penghargaan. Berikut adalah penjelasan mengenai komponen-komponen utama dukungan sosial:<sup>17</sup>

- a. Dukungan Emosional: Bentuk dukungan yang melibatkan kasih sayang, empati, perhatian, dan kehadiran emosional. Dukungan ini penting karena dapat meningkatkan perasaan nyaman, mengurangi kecemasan, dan memperkuat perasaan memiliki. Dalam pemulihan pasca histerektomi, dukungan emosional dari suami dapat mengurangi perasaan terisolasi atau putus asa yang sering dialami istri setelah menjalani operasi besar.
- b. Dukungan Instrumental: Dukungan yang bersifat praktis dan fisik, seperti bantuan dalam menyelesaikan tugas sehari-hari, perawatan fisik, atau dukungan finansial. Setelah operasi histerektomi, banyak aktivitas fisik yang sulit dilakukan oleh istri, sehingga bantuan langsung dari suami, seperti mengurus rumah tangga atau merawat anak, menjadi sangat penting.
- c. Dukungan Informatif: Memberikan informasi, nasihat, atau saran yang dapat membantu individu mengatasi masalah atau memahami kondisi mereka. Dalam konteks pemulihan pasca histerektomi, suami yang proaktif mencari informasi mengenai kondisi medis istri dan membagikannya dapat membantu istri merasa lebih tenang dan terinformasi mengenai proses pemulihan.
- d. Dukungan Penghargaan: Pengakuan, pujian, atau dorongan yang dapat meningkatkan rasa harga diri dan keyakinan diri. Penghargaan dari suami terhadap usaha istri dalam proses pemulihan dapat menjadi motivasi tambahan yang mendorong istri untuk tetap semangat dan optimis.

### 4. Dukungan Sosial dalam Pemulihan Kesehatan

Menurut House, dukungan sosial adalah interaksi sosial yang positif yang memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan individu dan membantu mereka mengatasi berbagai situasi stres, termasuk pemulihan dari kondisi kesehatan yang serius seperti operasi. House mengidentifikasi dukungan sosial

---

<sup>17</sup> House, J. S. (1981). *Work Stress and Social Support*. Addison-Wesley Publishing Company.

sebagai salah satu faktor kunci yang dapat mempercepat proses pemulihan kesehatan melalui berbagai bentuk bantuan, seperti dukungan emosional, instrumental, informatif, dan penghargaan.<sup>18</sup>

a. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesehatan dan Pemulihan

Dukungan sosial memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan fisik dan mental individu. House menjelaskan bahwa individu yang menerima dukungan sosial cenderung memiliki kesehatan yang lebih baik dibandingkan mereka yang tidak memiliki dukungan. Dalam konteks pemulihan kesehatan, seperti setelah operasi histerektomi, dukungan sosial dapat mengurangi perasaan stres dan meningkatkan perasaan nyaman. Hal ini disebabkan oleh adanya dukungan yang memberikan rasa keterikatan dan empati yang membuat individu merasa tidak sendirian dalam menghadapi masa sulit mereka.

Dukungan sosial berperan sebagai “pelindung” atau “buffer” yang mengurangi efek negatif dari stres pada individu. Menurut House, dukungan sosial membantu individu dalam mengelola respons emosional yang muncul saat menghadapi krisis kesehatan. Hal ini sangat penting bagi pasien yang sedang dalam masa pemulihan, karena dukungan yang diterima dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan mempercepat proses penyembuhan fisik maupun psikologis.

b. Dukungan Sosial sebagai Buffer terhadap Stres

Teori House menekankan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai: “Buffer” atau pelindung yang mengurangi dampak stres pada individu. Ketika seseorang menghadapi situasi yang penuh tekanan, seperti operasi besar, dukungan sosial dapat membantu mereka merasa lebih tenang dan optimis. Dukungan dari pasangan, keluarga, dan teman dekat dapat mengurangi persepsi ancaman dari situasi tersebut, sehingga individu dapat lebih fokus pada proses pemulihan.

Studi mendukung gagasan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi hormon stres, seperti kortisol, dan meningkatkan respon imun tubuh.<sup>19</sup> Dalam konteks pemulihan pasca histerektomi, dukungan sosial dari suami yang berupa perhatian, kasih sayang, dan bantuan praktis dapat membantu istri merasa lebih kuat secara emosional dan fisik. Kehadiran dukungan sosial mengurangi ketegangan emosional yang sering muncul

---

<sup>18</sup> House, J. S. (1981). Work stress and social support. *Addison-Wesley series on occupational stress*.

<sup>19</sup> Schrock, A. E., Leard, C., Lutz, M. C., Meyer, J. S., & Gazes, R. P. (2019). Aggression and social support predict long-term cortisol levels in captive tufted capuchin monkeys (*Cebus [Sapajus] apella*). *American journal of primatology*, 81(7), e23001.

setelah menjalani operasi besar, membantu individu dalam mengelola tekanan emosional yang menyertai kondisi medis tersebut.

c. Efek Langsung Dukungan Sosial pada Kesejahteraan

House juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial memiliki efek langsung terhadap kesejahteraan individu, tidak hanya sebagai pelindung terhadap stres. Dukungan sosial yang konsisten dan berkelanjutan meningkatkan kualitas hidup seseorang dengan menyediakan rasa keterhubungan, mengurangi perasaan terisolasi, dan memberikan dorongan yang positif. Dalam masa pemulihan, dukungan ini membantu pasien merasa lebih termotivasi dan memiliki tujuan yang jelas untuk sembuh.

Dukungan sosial membantu membangun lingkungan yang positif di mana individu merasa didukung dan dihargai. Suami yang terlibat aktif dalam proses pemulihan istri, misalnya, tidak hanya membantu dalam hal fisik tetapi juga memberikan dorongan emosional yang membuat istri merasa lebih kuat dan berdaya. Dukungan ini sangat penting untuk meningkatkan keyakinan diri dan mengurangi kemungkinan berkembangnya gangguan emosional seperti depresi.

d. Meningkatkan Kepatuhan terhadap Perawatan dan Pengobatan

Dukungan sosial juga berdampak positif pada kepatuhan terhadap perawatan medis dan pengobatan. Ketika individu merasa didukung oleh lingkungan sosialnya, mereka lebih mungkin mengikuti anjuran medis dan menjaga rutinitas pengobatan yang dianjurkan oleh dokter. Dukungan suami, misalnya, dapat membuat istri lebih termotivasi untuk mengikuti program pemulihan dengan lebih disiplin, seperti beristirahat dengan cukup, menghindari aktivitas berat, atau mengikuti terapi yang dianjurkan.

House mencatat bahwa dukungan informatif dari pasangan, seperti memberikan informasi yang relevan mengenai kondisi medis, juga dapat meningkatkan pemahaman pasien tentang pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan. Suami yang berperan aktif dalam mencari informasi dan mendampingi istri dalam setiap langkah pemulihan dapat mempercepat proses penyembuhan karena istri merasa lebih terlibat dan memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai kondisi kesehatannya.

Chin mengajukan dua model utama tentang bagaimana dukungan sosial berfungsi dalam konteks kesehatan:<sup>20</sup>

- a. Model Buffering (Penyekatan): Menyatakan bahwa dukungan sosial dapat melindungi individu dari dampak negatif stres. Ketika seseorang menghadapi

---

<sup>20</sup> Chin, B. N., Kamarck, T. W., Kraut, R. E., Zhao, S., Hong, J. I., & Ding, E. Y. (2023). Longitudinal associations of social support, everyday social interactions, and mental health during the COVID-19 pandemic. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(5), 1579-1600.

situasi stres, dukungan sosial membantu mengurangi persepsi stres dan meningkatkan kemampuan untuk mengatasinya. Dalam konteks pemulihan pasca histerektomi, dukungan suami dapat mengurangi perasaan ketakutan, kecemasan, dan ketidakberdayaan yang mungkin dirasakan istri.

- b. Model Efek Langsung: Menyatakan bahwa dukungan sosial secara langsung meningkatkan kesejahteraan individu, terlepas dari ada atau tidaknya stres. Dukungan sosial yang stabil, seperti komunikasi yang terbuka dan dukungan emosional yang konsisten dari suami, akan meningkatkan kualitas hidup istri secara keseluruhan selama pemulihan.

## 5. Dukungan Suami

Suami adalah seorang pria yang menjadi pasangan hidup resmi seorang wanita.<sup>21</sup> Dukungan suami adalah bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh suami kepada istrinya, terutama dalam konteks hubungan pernikahan dan kesejahteraan keluarga. Dukungan ini mencakup berbagai bentuk bantuan emosional, praktis, dan psikologis yang dapat membantu istri dalam menghadapi tantangan kehidupan, termasuk masalah kesehatan dan stres. Menurut Cowan dan Cowan, dukungan suami berperan penting dalam mempertahankan keharmonisan pernikahan dan mempromosikan kesejahteraan mental dan emosional istri. Dukungan ini bisa berupa kata-kata penguatan, perhatian terhadap kebutuhan emosional istri, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan sehari-hari yang dapat meringankan beban istri.<sup>22</sup>

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Cutrona, dukungan suami digambarkan sebagai kontribusi yang signifikan terhadap kestabilan emosional dan kesejahteraan istri.<sup>23</sup> Cutrona menekankan bahwa dukungan suami tidak hanya terbatas pada aspek emosional, tetapi juga mencakup dukungan instrumental seperti membantu tugas rumah tangga atau merawat anak-anak. Bentuk dukungan ini memberikan rasa aman dan keyakinan kepada istri bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi beban rumah tangga dan peran ganda yang sering diemban oleh perempuan.

Dukungan suami juga sangat penting dalam konteks kesehatan reproduksi dan pemulihan setelah prosedur medis, seperti yang dibahas oleh Kiecolt-Glaser.<sup>24</sup>

<sup>21</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). (2016). *Suami*. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.

<sup>22</sup> Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1992). *When partners become parents: The big life change for couples*. basic books. <https://psycnet.apa.org/record/1992-97452-000>

<sup>23</sup> Cutrona, C. E. (1996). *Social support in couples: Marriage as a resource in times of stress*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

<sup>24</sup> Kiecolt-Glaser, J. K., Glaser, R., Cacioppo, J. T., & Malarkey, W. B. (2001). Marital stress: Immunologic, neuroendocrine, and autonomic correlates. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 933, 431-433. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1998.tb09604.x>

Mereka menemukan bahwa suami yang memberikan dukungan emosional dan instrumental kepada istri mereka selama masa pemulihan medis dapat membantu mempercepat proses penyembuhan fisik dan mengurangi risiko komplikasi. Dukungan ini juga dapat membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan istri, yang pada gilirannya meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Penelitian dari Umberson menunjukkan bahwa dukungan suami berkontribusi pada kualitas pernikahan dan mempengaruhi kepuasan pernikahan istri.<sup>25</sup> Dukungan ini tidak hanya meningkatkan kesejahteraan psikologis istri, tetapi juga memperkuat ikatan emosional antara pasangan. Dengan memberikan dukungan yang konsisten, suami dapat membangun hubungan yang lebih harmonis dan meminimalkan konflik dalam pernikahan.

Secara keseluruhan, dukungan suami mencakup berbagai bentuk bantuan yang diberikan dengan tujuan utama untuk meningkatkan kesejahteraan istri baik secara fisik, emosional, maupun psikologis. Dukungan ini memainkan peran penting dalam menjaga keseimbangan hubungan pernikahan dan mendukung istri dalam menghadapi tantangan hidup.

Selain itu dukungan suami dalam konteks kesehatan dan kesejahteraan keluarga telah banyak dibahas dalam jurnal ilmiah terbaru. Menurut sebuah studi oleh Baghersad dalam *Journal of Holistic Nursing and Midwifery*, dukungan suami diartikan sebagai keterlibatan emosional dan instrumental suami yang aktif dalam kehidupan sehari-hari istrinya. Dukungan ini mencakup responsifitas terhadap kebutuhan emosional, memberikan bantuan praktis, dan berpartisipasi dalam pengambilan keputusan yang penting dalam rumah tangga.<sup>26</sup> Penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan suami memiliki dampak positif pada kesehatan mental istri, terutama dalam mengurangi tingkat kecemasan dan depresi pasca melahirkan.

Dalam penelitian lain oleh Brock, dukungan suami dijelaskan sebagai faktor kunci dalam dinamika pernikahan yang sehat.<sup>27</sup> Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya komunikasi yang efektif dan empati dalam memberikan dukungan emosional kepada istri. Dukungan suami yang konsisten dan penuh kasih sayang

---

<sup>25</sup> Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Chen, M. D., & Campbell, A. M. (2010). As good as it gets? A life course perspective on marital quality. *Social Forces*, 88(1), 529-551.

<https://doi.org/10.1353/sof.2005.0131>

<sup>26</sup> Baghersad, Z., Mokhtari, F., & Bahadoran, P. (2019). Effect of home care on husband's support during the postpartum period. *Journal of Holistic Nursing and Midwifery*, 29(4), 210-217.

<sup>27</sup> Brock, R. L., & Lawrence, E. (2008). A longitudinal investigation of stress spillover in marriage: Does spousal support adequacy buffer the effects. *Journal of Family Psychology*, 22(1), 11.

ditemukan berhubungan dengan peningkatan kepuasan pernikahan dan pengurangan konflik dalam hubungan.

Selain itu, Rosenberger menyoroti bahwa dukungan suami memainkan peran penting dalam proses pemulihan kesehatan istri setelah menjalani prosedur medis atau operasi. Studi ini menemukan bahwa suami yang aktif terlibat dalam proses perawatan dan pemulihan istrinya dapat mempercepat pemulihan fisik dan meningkatkan kesejahteraan psikologis istri. Dukungan suami yang diberikan dengan penuh perhatian dan sesuai dengan kebutuhan spesifik istri, terutama dalam situasi stres tinggi, terbukti sangat efektif dalam memperkuat hubungan dan mengurangi risiko masalah kesehatan jangka panjang.<sup>28</sup>

Dapat disimpulkan bahwa Dukungan suami terhadap istri mencakup berbagai bentuk bantuan emosional, praktis, dan psikologis yang berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan pernikahan dan individu. Dukungan ini melibatkan perhatian terhadap kebutuhan emosional istri, keterlibatan aktif dalam tugas sehari-hari, serta memberikan bantuan dalam situasi stres atau pemulihan kesehatan. Dukungan suami tidak hanya membantu memperkuat ikatan pernikahan dan meningkatkan kualitas hidup istri, tetapi juga berkontribusi pada kestabilan emosional dan pemulihan kesehatan, memperlihatkan pentingnya peran suami dalam mendukung kesejahteraan istri secara menyeluruh.

#### **6. Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan suami**

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dukungan suami dapat dijelaskan di bawah ini:

##### a. Usia

Laki-laki yang tergolong dalam rentang usia dewasa yaitu pada usia 26 - 45 tahun. Kategori dewasa menunjukkan bahwa seseorang berada pada rentang usia reproduksi sehat. Matang secara mental, biologis maupun psikologis dalam menghadapi proses kehidupan berpengaruh pada kemampuan seseorang dalam pengambilan keputusan, mengendalikan emosi, berpikir rasional sehingga berpengaruh kepada perilaku positifnya salah satu adalah memberikan dukungan terhadap pasangan dalam pengambilan keputusan.<sup>29</sup>

##### b. Tingkat pendidikan

---

<sup>28</sup> Rosenberger, D. C., Segelcke, D., & Pogatzki-Zahn, E. M. (2023). Mechanisms inherent in acute-to-chronic pain after surgery—risk, diagnostic, predictive, and prognostic factors. *Current Opinion in Supportive and Palliative Care*, 17(4), 324-337.

<sup>29</sup> Azwar, S. (2016). *Psikologi Perkembangan Dewasa: Implikasi pada Pengambilan Keputusan dalam Keluarga*. *Jurnal Psikologi dan Perkembangan*, 22(1), 78-85.

Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan suami semakin mudah dalam mendapatkan informasi.<sup>30</sup> Menurut Becker, tingkat pendidikan menjadi faktor yang mempengaruhi dukungan suami. Tingkat pendidikan suami akan mempengaruhi wawasan dan pengetahuan suami sebagai kepala rumah tangga. Semakin rendah pengetahuan suami maka akses terhadap informasi kesehatan istrinya akan berkurang sehingga suami akan kesulitan mengambil keputusan secara cepat dan efektif.<sup>31</sup>

c. Pekerjaan

Pekerjaan seseorang akan berkaitan dengan penghasilan atau pendapatan. Menurut Lazar sekitar 75%-100% masyarakat pada umumnya menggunakan pendapatannya untuk membiayai keperluan hidup. Banyak keluarga yang setiap bulan berpenghasilan rendah sehingga jika terjadi masalah kesehatan pada anggota keluarga tidak bisa ditangani karena tidak mempunyai kemampuan untuk membiayai.<sup>32</sup>

Pekerjaan dan penghasilan juga berkaitan erat dengan status ekonomi seseorang. Suami yang mempunyai status sosial ekonomi yang baik akan lebih mampu berperan dalam memberikan dukungan pada istrinya.<sup>33</sup>

d. Jumlah anak

Menurut penelitian Wendorf pada hasil analisa jumlah anak diketahui bahwa rata-rata ibu yang memperoleh dukungan suami secara umum positif adalah ibu dengan jumlah anak antara satu dan dua anak. Suami dengan jumlah anak sedikit cenderung lebih memberikan dukungan dan perhatian kepada istrinya sehingga ibu dengan jumlah anak sedikit cenderung mau dan berhasil.<sup>42</sup>

e. Budaya

Budaya di berbagai wilayah Indonesia terutama di dalam masyarakat yang masih tradisional menganggap istri adalah *konco wingking*, yang artinya bahwa kaum wanita tidak sederajat dengan kaum pria, dan wanita hanyalah bertugas untuk melayani kebutuhan dan keinginan suami saja. Anggapan seperti ini mempengaruhi perlakuan suami terhadap kesehatan reproduksi

---

<sup>30</sup> Liu, H., Chopik, W. J., Shrout, M. R., & Wang, J. (2024). A national longitudinal dyadic analysis of spousal education and cognitive decline in the United States. *Social Science & Medicine*, 343, 116603.

<sup>31</sup> Becker, S., Fonseca-Becker, F., & Schenck-Yglesias, C. (2006). Husbands' and wives' reports of women's decision-making power in Western Guatemala and their effects on preventive health behaviors. *Social science & medicine*, 62(9), 2313-2326.

<sup>32</sup> Lazar, M., & Davenport, L. (2018). Barriers to health care access for low income families: a review of literature. *Journal of community health nursing*, 35(1), 28-37.

<sup>33</sup> Iwasa, H., Yoshida, Y., & Ishii, K. (2024). Association of Spousal Social Support in Child-Rearing and Marital Satisfaction with Subjective Well-Being among Fathers and Mothers. *Behavioral Sciences*, 14(2), 106.

istri, misalnya kualitas dan kuantitas makanan suami yang lebih baik, baik dibanding istri maupun anak karena menganggap suaminya yang mencari nafkah dan sebagai kepala rumah tangga sehingga asupan zat gizi mikro untuk istri berkurang, suami tidak empati dan peduli.<sup>34</sup>

f. Kesiapan Mental Suami

Kesiapan mental suami dalam menghadapi situasi pasca-operasi juga merupakan faktor penting. Suami yang sudah dipersiapkan mentalnya untuk menghadapi kemungkinan perubahan emosional dan kebutuhan istri setelah operasi cenderung lebih mampu memberikan dukungan yang diperlukan.<sup>35</sup>

g. Akses terhadap Informasi dan Pendidikan Kesehatan

Akses suami terhadap informasi yang tepat tentang proses pemulihan dan dampak histerektomi pada kesehatan istri dapat secara signifikan meningkatkan kualitas dukungan yang diberikan. Chou menunjukkan bahwa suami yang mendapatkan pendidikan kesehatan terkait histerektomi mampu memberikan dukungan yang lebih efektif dan tepat.<sup>36</sup>

h. Peran Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan juga memiliki peran dalam memberikan bimbingan dan informasi kepada suami mengenai bagaimana memberikan dukungan yang optimal. Studi oleh Jones menunjukkan bahwa keterlibatan tenaga kesehatan dalam edukasi suami tentang pemulihan istri dapat meningkatkan kualitas dukungan dan mempercepat proses pemulihan.<sup>37</sup>

## 7. Unsur-Unsur yang Mempengaruhi Dukungan Suami

- a. Kualitas Komunikasi: Kualitas komunikasi antara suami dan istri merupakan unsur penting dalam memastikan dukungan yang optimal. Menurut penelitian Lavner, komunikasi terbuka dan jujur antara pasangan dapat membantu

<sup>34</sup> Ellena, R., & Nongkynrih, K. A. (2017). Changing gender roles and relations in food provisioning among matrilineal Khasi and patrilineal Chakhesang Indigenous rural People of NorthEast India. *Maternal & child nutrition*, 13, e12560.

<sup>35</sup> Khan, C. M., Iida, M., Stephens, M. A. P., Fekete, E. M., Druley, J. A., & Greene, K. A. (2009). Spousal support following knee surgery: roles of self-efficacy and perceived emotional responsiveness. *Rehabilitation Psychology*, 54(1), 28.

<sup>36</sup> Chou, C. C., Lee, T. Y., Sun, C. C., Lin, S. S., & Chen, L. F. (2006). Husbands' experiences before wives' hysterectomy. *Journal of Nursing Research*, 14(2), 113-122.

<sup>37</sup> Jones, J. M., Lewis, F. M., Griffith, K., Cheng, T., Secord, S., Walton, T., ... & Catton, P. (2013). Helping Her Heal-Group: a pilot study to evaluate a group delivered educational intervention for male spouses of women with breast cancer. *Psycho-Oncology*, 22(9), 2102-2109.

suami memahami kebutuhan emosional dan spiritual istri, sehingga dukungan yang diberikan lebih efektif.<sup>38</sup>

- b. Kebersamaan dalam Ibadah: Kegiatan ibadah bersama, seperti salat atau membaca Al-Qur'an, dapat mempererat ikatan emosional antara suami dan istri serta meningkatkan dukungan spiritual. Lister mencatat bahwa suami yang terlibat dalam ibadah bersama istri pasca-operasi cenderung memberikan dampak positif yang lebih besar terhadap pemulihan istri.<sup>39</sup>
- c. Dukungan Sosial dari Keluarga dan Lingkungan: Selain dukungan dari suami, dukungan dari keluarga besar dan lingkungan sosial juga penting. Penelitian oleh Morocho menunjukkan bahwa keberadaan keluarga besar yang mendukung dapat memperkuat dukungan yang diberikan oleh suami dan memberikan jaringan keamanan tambahan bagi istri selama masa pemulihan.<sup>40</sup>
- d. Pengaruh Budaya dan Nilai-Nilai Agama: Budaya dan nilai-nilai agama juga mempengaruhi bagaimana dukungan suami diberikan dan diterima oleh istri. Dalam masyarakat yang sangat religius, dukungan yang berbasis pada nilai-nilai agama seperti Islam menjadi lebih dominan dan penting dalam proses pemulihan.<sup>41</sup>

## 8. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam

Dukungan sosial merupakan salah satu hal yang dibutuhkan manusia agar ia dapat nyaman berada di lingkungannya. Dimana manusia harus saling menghargai, memberi perhatian, peduli dan saling menasehati dengan sesama. Islam adalah agama yang selalu mengajarkan kasih sayang kepada sesama makhluk dan memberikan perhatian kepada makhluk lainnya. Dalam al-Qur'an surat An-Nisa' ayat 36 yang berbunyi:



<sup>38</sup> Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2016). Does couples' communication predict marital satisfaction, or does marital satisfaction predict communication?. *Journal of Marriage and Family*, 78(3), 680-694.

<sup>39</sup> Lister, Z., Seibert, G., Chance, S. A., Huelett, B., Wilson, L., & Wilson, C. (2019). The influence of prayer and family worship on relationship functioning among married adults in the Caribbean and Latin American. *Religions*, 11(1), 14.

<sup>40</sup> Morocho, K. D. C., & Amores, F. B. C. (2024). Social support perceived by the patient in home recovery. *Sapienza: International Journal of Interdisciplinary Studies*, 5(2), e24024e24024.

<sup>41</sup> Fekadu Dadi, A., Miller, E. R., Woodman, R. J., Azale, T., & Mwanri, L. (2020). Effect of antenatal depression on adverse birth outcomes in Gondar town, Ethiopia: A community-based cohort study. *PLoS One*, 15(6), e0234728.

﴿وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا﴾

artinya:

*“Sembahlah Allah SWT dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan satupun dan berniat baiklah kepada dua orang ibu-bapak, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh, dan teman sejawat, Ibnu sabil, hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah SWT tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan diri.” (Q.S. An-Nisa’:36)*

Ayat diatas merangkan bahwa sebagai umat muslim kami diperintahkan untuk selalu berbuat baik kepada sesama, diantaranya kedua orang tua, saudara dekat maupun jauh, tetangga dekat maupun jauh, teman, anak yatim dan seluruh umat muslim. Manusia harus memiliki rasa empati dan peduli terhadap nasib saudaranya dan berusaha membantu sebisanya.

Dukungan sosial memiliki 4 aspek yaitu, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Aspek pertama dukungan emosional adalah aspek mencakup rasa perhatian, empati, kepedulian dengan sesama dengan adanya dukungan ini maka seseorang akan merasa diterima dan dianggap keberadaannya didalam suatu kelompok. Seperti yang diterangkan dalam Al-Qur’an surat Al-Balad ayat 17.

﴿ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ﴾

artinya:

*“dan Dia (tidak pula) termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang”. (Q.S. Al-Balad: 17).*

Surat ini menerangkan bahwa sebagai sesama manusia kita harus memiliki rasa empati, saling menyayangi dan mengasihi. Dengan adanya rasa kasih sayang sesama, manusia akan merasa lebih nyaman, lebih baik dan lebih merasa dihargai dalam hidupnya.

Aspek kedua yaitu dukungan penghargaan, dukungan ini dapat berupa ungkapan terhadap individu lain agar individu merasa lebih dihargai dan dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Seperti yang diterangkan dalam Q.S Al-Israa’ ayat 53:

وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزِعُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوًّا مُّبِينًا ﴿٥٢﴾

artinya:

*“dan Katakanlah kepada hamba-hamba-Ku: Hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang lebih baik (benar) sesungguhnya syaitan itu menimbulkan perselisihan diantara mereka. Sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagi manusia.*

Dalam ayat ini diterangkan bahwasannya, sesama manusia sudah seharusnya saling menghargai, berinteraksi dengan baik, dengan arti lain harus saling menghargai baik secara verbal maupun nonverbal. Karena sudah jelas bahwasannya lisan seseorang adalah senjata paling berbahaya oleh manusia, oleh karena itu harus diajaga dengan baik.

Aspek ketiga yaitu dukungan instrumental yaitu merupakan bantuan yang konkrit, dimana individu diberi sumber daya tertentu, misalnya bantuan finansial, bantuan fisik untuk penyelesaian tugas, dan sebagainya. Dukungan ini menjadikan seseorang merasa memiliki seseorang yang peduli dan selalu ada untuknya. Islam juga mengajarkan kepada umatnya untuk saling tolong menolong dalam kebaikan seperti dalam surat Al-Maidah ayat 2 yang artinya:

*”Dan tolong-menolong lah kamu dalam kebaikan dan ketakwaan. Dan janganlah tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwa lah kamu kepada Allah SWT, sesungguhnya siksa Allah SWT sangat berat.” (Q.S Al-Maidah: 2)*

Selain itu dalam sebuah hadist juga diterangkan bahwa jika seorang hamba menolong hamba lainnya maka Allah SWT juga akan menolongnya. Dari Abu Hurairah RA, Rasulullah mengatakan :

*“Allah SWT senantiasa menolong seorang hamba selama hamba itu menolong saudaranya”.* (H.R. Muslim)

Dengan adanya dalil-dalil diatas jelas bahwasannya sebagai umat islam kita harus menanakan sikap saling membantu terhadap sesama dalam mengerjakan kebaikan maupun dalam menyelesaikan masalah, dan dengan saling tolong-menolong Allah SWT juga menjajikan pahala yang besar bagi hambanya yang saling tolong menolong.

Aspek keempat yaitu dukungan informasi, merupakan dukungan yang bersifat nasehat, memberitahukan hal-hal yang baik atau umpan balik positif yang dilakukan seseorang. Seperti yang telah diterangkan dalam Q.S Al-Baqarah ayat 45,

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ ﴿٥٥﴾

artinya:

“kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran”.

Ayat diatas menerangkan dengan jelas bahwa sesama umat muslim tentunya kita harus saling menasehati dalam kebaikan dan saling membantu dalam menyelesaikan masalah dengan kesabaran. Oleh karena itu, selayaknya umat muslim kita harus peduli dengan satu sama lain.

## B. Dukungan Spritual

### A. Pengertian Dukungan Spritual

Dukungan spritual adalah bentuk bantuan yang berakar dari keyakinan dan praktik keagamaan, yang berperan penting dalam membantu individu menghadapi situasi stres atau krisis, termasuk kondisi medis seperti pasca histerektomi. Pargament mendefinisikan dukungan spritual sebagai upaya untuk mencari makna, kenyamanan, dan kekuatan melalui hubungan dengan Yang Transenden. Koenig menambahkan bahwa dukungan spritual mencakup bantuan dalam konteks keyakinan spritual, seperti doa, ibadah bersama, dan keterlibatan dalam komunitas iman.<sup>42</sup>

Dalam konteks relasi suami istri, dukungan spritual dapat memperkuat ikatan emosional dan membantu istri dalam proses pemulihan emosional dan psikologis setelah menjalani pengalaman medis yang signifikan. Penelitian lain menunjukkan bahwa spritualitas dapat meningkatkan kesejahteraan dan kepuasan hidup individu.

### B. Bentuk Dukungan Spritual oleh Suami

Suami memiliki peran signifikan dalam memberikan dukungan spritual kepada istri, terutama saat istri mengalami kondisi yang menantang secara fisik dan emosional. Bentuk-bentuk dukungan spritual tersebut meliputi:

#### a. Dukungan Religius Pribadi

Suami dapat memberikan dukungan spritual melalui kegiatan keagamaan seperti berdoa bersama, melaksanakan ibadah bersama, serta mengajak istri untuk berdzikir atau membaca kitab suci. Tindakan ini dapat memberikan ketenangan batin dan memperkuat keimanan dalam menghadapi masa pemulihan.

<sup>42</sup> McCullough, M. E., Larson, D. B., & Koenig, H. G. (2001). *Handbook of religion and health*. Oxford University Press.

b. *Pencarian Makna Spiritual*

Suami membantu istri memahami dan menerima kondisi medis sebagai bagian dari rencana Tuhan atau takdir Ilahi. Ini dapat membantu istri membangun kembali makna hidupnya dan mengatasi rasa kehilangan atau kekhawatiran pasca operasi.

c. *Keterlibatan dalam Komunitas Keagamaan*

Keterlibatan dalam lingkungan sosial yang religius, seperti kelompok pengajian atau komunitas keagamaan, juga merupakan bentuk dukungan spiritual. Kehadiran dan dukungan dari orang-orang yang memiliki nilai keagamaan yang sama dapat memberikan rasa diterima, diperhatikan, dan didoakan.

### C. Teori Coping Religius

a. *Teori Coping Religius (Pargament)*

Pargament memperkenalkan konsep *religious coping*, yaitu cara individu menggunakan sumber daya keagamaan untuk mengatasi stres dan krisis. Coping religius dapat berbentuk *positive religious coping* (misalnya mencari makna dalam penderitaan atau memperkuat hubungan dengan Tuhan) maupun *negative religious coping* (misalnya menyalahkan Tuhan atau merasa ditinggalkan secara spiritual). Dukungan spiritual dari pasangan dapat mendorong penggunaan strategi coping yang positif dan konstruktif.

Teori Pargament membedakan antara metode penanganan religius positif dan negatif. Penanganan religius positif melibatkan pencarian dukungan spiritual, pencarian makna yang lebih tinggi, dan mempertahankan pandangan hidup yang baik. Di sisi lain, penanganan religius negatif mencakup ketidakpuasan spiritual, mempertanyakan iman seseorang, dan perasaan ditinggalkan oleh kekuatan yang lebih tinggi.<sup>43</sup>

Selain Pargament, sejumlah tokoh Islam klasik dan kontemporer juga menekankan pentingnya coping religius: Imam Al-Ghazali menegaskan bahwa *coping religius* diwujudkan melalui sikap sabar, tawakal, dan ridha dalam menerima ujian hidup.<sup>44</sup> Menurutnya, sabar adalah pilar utama yang menahan seseorang dari keputusan, sementara tawakal adalah bentuk penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah setelah berusaha sekuat tenaga. Ridha menjadi puncak spiritualitas, yaitu menerima segala ketentuan Allah dengan lapang dada tanpa keluhan. Dalam karya monumentalnya *Ihya' Ulumuddin*, Al-Ghazali menekankan bahwa dzikir adalah obat hati (*dawā' al-qulūb*) yang

<sup>43</sup> Lehmann, C., & Steele, E. (2020). Going beyond positive and negative: Clarifying relationships of specific religious coping styles with posttraumatic outcomes. *Psychology of Religion and Spirituality*, 12(3), 345.

<sup>44</sup> RICHMOND, Joel. Practical Muslim Theodicy: A Ghazalian Perspective on Emotional Pain. In: *From the Divine to the Human*. Routledge, 2023. p. 164-177.

mampu menenangkan pikiran, menghapus kegelisahan, serta menguatkan individu dalam menghadapi tekanan hidup. Dzikir, menurutnya, tidak hanya aktivitas ritual lisan, melainkan proses internalisasi kesadaran yang melahirkan ketenangan jiwa. Dengan demikian, Al-Ghazali melihat coping religius sebagai jalan untuk menyeimbangkan akal, jiwa, dan iman dalam menghadapi krisis.

Ibn Qayyim al-Jauziyyah melanjutkan gagasan ini dengan menekankan bahwa dzikir adalah *cahaya hati (nūr al-qalb)* yang menjaga jiwa dari kegelapan kesedihan dan kegelisahan.<sup>45</sup> Dalam karyanya *al-Wābil al-Shayyib*, ia menegaskan bahwa hati yang senantiasa berdzikir akan diliputi ketenangan, sehingga penderitaan hidup tidak lagi terasa menekan, melainkan menjadi ladang pahala dan penguat iman. Baginya, coping religius melalui dzikir tidak hanya berfungsi sebagai penawar stres psikologis, tetapi juga membentuk resiliensi spiritual yang tangguh. Seseorang yang terus berdzikir akan memiliki daya tahan batin untuk menghadapi musibah, karena hatinya terhubung dengan Allah sebagai sumber kekuatan sejati.

Sementara itu, Quraish Shihab menafsirkan coping religius dalam kerangka kehidupan modern. Dalam berbagai tafsir dan karya tulisnya, ia menjelaskan bahwa dzikir, tafakur, dan tawakal merupakan kunci menghadapi tantangan zaman.<sup>46</sup> Dzikir dipahami sebagai kesadaran hati yang menuntun pada ketenangan psikologis; tafakur adalah renungan mendalam yang menumbuhkan makna positif dari peristiwa hidup; sedangkan tawakal adalah sikap mental yang menerima takdir Allah sembari tetap berusaha secara realistis mencari solusi. Dengan perspektif ini, Quraish Shihab memberikan penekanan bahwa coping religius bukanlah pasrah buta, melainkan harmoni antara penerimaan spiritual dengan ikhtiar rasional. Pemahaman ini sangat relevan dalam menghadapi krisis kontemporer, di mana manusia dituntut menjaga keseimbangan antara iman dan usaha nyata dalam menyelesaikan masalah.

#### *b. Teori Spiritualitas dalam Kesehatan (Koenig)*

Koenig mengemukakan bahwa spiritualitas merupakan aspek penting dalam kesehatan manusia yang dapat memengaruhi respons emosional dan psikologis seseorang terhadap penyakit. Spiritualitas tidak hanya berdampak pada persepsi individu terhadap kondisi medis, tetapi juga membantu

---

<sup>45</sup> RASSOOL, G. Hussein; LUQMAN, Mugheera. Ibn qayyim al-jawziyyah's islāmic psychology: psychological and spiritual diseases. *Journal of spirituality in mental health*, 2023, 25.2: 144-159.

<sup>46</sup> KROK, Dariusz. Penanganan keagamaan dan kesejahteraan di masa dewasa pertengahan: Peran mediasi makna hidup. *Kesejahteraan Subjektif: Prediktor Psikologis, Pengaruh Sosial, dan Aspek Ekonomi*. New York: NOVA Publishers, 2015, 21-38.

membentuk harapan, optimisme, dan rasa tujuan hidup. Dalam hubungan suami istri, spiritualitas bersama menjadi salah satu aspek yang mempererat dukungan emosional dan mempercepat pemulihan.

Spiritualitas semakin diakui sebagai faktor penting dalam kesehatan dan kesejahteraan. Spiritualitas mencakup pencarian akan hal-hal yang sakral atau ilahi dan sering kali dikaitkan dengan kepercayaan agama, meskipun tidak terbatas pada hal-hal tersebut. Spiritualitas dapat memengaruhi berbagai aspek kesehatan, termasuk kesehatan mental, mekanisme koping, dan kualitas hidup secara keseluruhan.

Koenig menekankan pentingnya mempertimbangkan dimensi spiritual dalam perawatan kesehatan dan telah berkontribusi pada pengembangan kerangka kerja dan model yang menggabungkan spiritualitas ke dalam praktik klinis.<sup>3</sup> Teori Koenig menunjukkan bahwa spiritualitas dapat memiliki hubungan dengan kesehatan yang protektif dan harus diintegrasikan ke dalam perawatan pasien, terutama bagi mereka yang memiliki penyakit serius.<sup>47</sup>

#### **D. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Spiritual**

Dukungan spiritual yang diberikan oleh suami tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain:

##### **a. Faktor Personal**

Keyakinan agama individu, pengalaman spiritual sebelumnya, dan tingkat religiositas sangat menentukan kualitas dukungan spiritual yang bisa diberikan. Suami yang memiliki keyakinan religius kuat cenderung lebih mampu memberikan dukungan spiritual yang bermakna dan konsisten (Pargament).

##### **b. Faktor Lingkungan**

Lingkungan sosial yang religius, termasuk keberadaan ulama, pemuka agama, dan komunitas spiritual, juga memengaruhi kualitas dukungan spiritual. Dukungan dari lingkungan religius ini tidak hanya memperkuat keyakinan pasangan, tetapi juga memberikan rasa kebersamaan dan solidaritas (Koenig).

##### **c. Faktor Budaya**

Budaya juga memainkan peran penting. Dalam masyarakat yang menempatkan agama sebagai nilai sosial utama, peran suami dalam memberikan dukungan spiritual sering kali dianggap sebagai bagian dari tanggung jawab moral dan keagamaan. Norma budaya ini dapat mendorong keterlibatan lebih besar dari suami dalam mendampingi istri secara spiritual.

---

<sup>47</sup> Heriani, N., & Miradiah, H. (2023). Correlaton Between Family Spiritual Coping with Anxiety Level of the Patient's in the Intensive Care Room. *Health Media*, 4(2), 38-52.

Dengan demikian, pemahaman terhadap ketiga faktor ini penting dalam merancang intervensi atau program edukatif yang bertujuan mengoptimalkan peran suami dalam mendampingi istri secara spiritual pada masa pemulihan pasca histerektomi.

#### **E. Manfaat Dukungan Spiritual bagi Pemulihan Psikologis**

Dukungan spiritual terbukti memberikan banyak manfaat dalam pemulihan psikologis, terutama dalam konteks pasca histerektomi. Beberapa manfaat tersebut antara lain:

- a. Meningkatkan ketenangan dan mengurangi kecemasan. Praktik spiritual seperti doa atau ibadah bersama dapat memberikan rasa damai, mengurangi rasa takut, dan membantu pasien merasa lebih tenang dalam proses pemulihan (Koenig).
- b. Memberikan harapan dan makna dalam menghadapi kondisi pasca histerektomi. Dengan dukungan spiritual, pasien dapat melihat pengalaman medis sebagai bagian dari ujian dan perjalanan spiritual, bukan semata-mata sebagai penderitaan (Pargament).
- c. Memperkuat ikatan emosional dan spiritual antara suami dan istri. Melalui dukungan spiritual, suami dan istri bisa mengalami kedekatan emosional yang lebih dalam, meningkatkan rasa saling mendukung, dan memperkuat relasi rumah tangga selama masa penyembuhan (Koenig).
- d. Menurut Imam Al-Ghazali, dukungan spiritual memiliki manfaat besar bagi pemulihan psikologis karena mampu menenangkan hati, menguatkan jiwa, serta menumbuhkan sikap sabar dan tawakal dalam menghadapi ujian hidup. Ia menegaskan bahwa dzikir dan kedekatan dengan Allah menjadi obat hati yang dapat meredakan kesedihan, kecemasan, dan kegelisahan, sehingga penderitaan tidak semata-mata dipandang sebagai beban, melainkan sebagai sarana penyucian diri dan peningkatan kualitas spiritual. Dengan dukungan spiritual tersebut, seseorang akan lebih ikhlas menerima kondisi yang dihadapi dan mampu membangkitkan kembali kekuatan batinnya untuk menjalani proses pemulihan secara lebih tenang dan bermakna. (Al-Ghazali)

Dapat disimpulkan bahwa dukungan spiritual dari suami memainkan peran penting dalam membantu istri yang menjalani masa pemulihan pasca histerektomi. Praktik spiritual seperti doa dan ibadah bersama terbukti efektif dalam menenangkan jiwa dan mengurangi kecemasan. Selain itu, pendekatan spiritual membantu pasien memaknai pengalaman medis sebagai bagian dari perjalanan iman, sehingga menumbuhkan harapan dan penerimaan yang mendalam. Tak kalah penting, dukungan spiritual juga mempererat hubungan emosional antara suami dan istri, menciptakan rasa kebersamaan, serta memperkuat ketahanan keluarga dalam menghadapi ujian kesehatan.

### C. Tantangan yang Dihadapi Suami dalam Memberikan Dukungan

Memberikan dukungan spiritual dan emosional kepada istri pasca histerektomi merupakan tugas yang penuh tantangan bagi suami. Tantangan ini muncul dari berbagai aspek psikologis, budaya, sosial, hingga komunikasi dalam hubungan suami-istri. Berikut penjelasan lebih luas mengenai tantangan tersebut.

#### a. Hambatan Psikologis Suami

##### 1) Stres dan Ketidaktahuan Mengenai Kondisi Istri

Suami sering mengalami stres berat akibat ketidaktahuan tentang prosedur histerektomi, dampak fisik dan psikologis yang dialami istri, serta konsekuensi jangka panjang seperti perubahan hormonal dan potensi gangguan kesuburan. Kurangnya informasi ini menimbulkan kecemasan dan kebingungan, sehingga suami kesulitan memberikan dukungan yang tepat dan efektif.<sup>48</sup>

##### 2) Ketidaknyamanan Emosional dalam Menghadapi Perubahan Pasangan

Perubahan fisik dan psikologis istri pasca histerektomi, seperti perubahan citra diri dan mood, dapat memengaruhi dinamika hubungan. Suami mungkin merasa kehilangan sosok istri seperti sebelumnya, yang menimbulkan frustrasi, kesedihan, atau rasa bersalah. Jika tidak dikelola dengan baik, hal ini menghambat kemampuan suami dalam memberikan dukungan penuh.<sup>49</sup>

##### 3) Tekanan Peran sebagai Kepala Keluarga

Dalam budaya tertentu, suami dianggap sebagai sosok yang harus kuat dan mampu mengatasi segala masalah. Tekanan ini membuat suami enggan menunjukkan kerentanan atau mencari bantuan, sehingga beban psikologis semakin berat dan menghambat ekspresi emosional yang dibutuhkan untuk mendukung istri secara optimal.<sup>50</sup>

#### b. Faktor Budaya dan Sosial

##### 1) Norma Sosial yang Membatasi Keterlibatan Suami

Norma sosial di banyak komunitas menganggap urusan kesehatan reproduksi dan perawatan pasca operasi sebagai tanggung jawab perempuan. Suami sering dianggap kurang pantas atau tidak perlu terlibat

<sup>48</sup> Zadeh, S. A., Ghasemi, A., & Rezaei, R. (2022). *Understanding Men's Experiences during Their Wives' Hysterectomy: A Qualitative Study*. Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research, 27(1), 63–68. [https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR\\_118\\_21](https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_118_21)

<sup>49</sup> Elmir, R., Schmied, V., Wilkes, L., & Jackson, D. (2010). *Women's perceptions and experiences of a traumatic birth: a meta-ethnography*. Journal of Advanced Nursing, 66(10), 2142–2153. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2010.05391.x>

<sup>50</sup> Nelson, G. (2019). *Male Gender Role Stress and Men's Health Help-Seeking*. American Journal of Men's Health, 13(5), 155798831987353. <https://doi.org/10.1177/1557988319873532>

langsung, sehingga peran mereka dalam mendukung istri menjadi terbatas.<sup>51</sup>

2) Kurangnya Edukasi dan Kesadaran tentang Peran Dukungan Pasca Histerektomi

Minimnya edukasi bagi suami mengenai pentingnya dukungan pasca histerektomi menyebabkan banyak suami tidak memahami dampak psikologis dan fisik yang dialami istri. Hal ini mengakibatkan ketidaksiapan suami dalam memberikan dukungan emosional dan praktis yang diperlukan selama masa pemulihan.<sup>52</sup>

3) Stigma dan Tabu Mengenai Masalah Kesehatan Reproduksi

Masalah kesehatan reproduksi masih dianggap tabu dan jarang dibicarakan secara terbuka, sehingga suami dan istri sulit berbagi pengalaman dan perasaan mereka. Stigma ini juga menghambat suami untuk mencari dukungan eksternal, seperti konseling atau kelompok pendukung, karena takut dianggap lemah.<sup>53</sup>

c. Kesenjangan Komunikasi dalam Hubungan Suami-Istri

1) Perubahan dalam Hubungan Intim Pasca Operasi

Histerektomi, terutama jika melibatkan pengangkatan ovarium, dapat menyebabkan menopause dini dengan gejala kekeringan vagina, nyeri saat berhubungan seksual, dan penurunan libido. Hal ini berdampak pada kualitas hubungan intim, yang merupakan aspek penting dalam hubungan suami-istri. Suami mungkin bingung atau kecewa, sementara istri merasa malu atau takut, sehingga jika tidak dibicarakan terbuka, dapat menimbulkan jarak emosional dan fisik.<sup>54</sup>

2) Kesulitan dalam Mengekspresikan Emosi dan Kebutuhan

Banyak pasangan kesulitan mengungkapkan perasaan dan kebutuhan secara jujur. Suami sering merasa harus kuat dan menahan kekhawatiran atau kesedihan, sementara istri kesulitan mengungkapkan ketakutan dan kebutuhan dukungan. Kesenjangan komunikasi ini menyebabkan salah

<sup>51</sup> Mohammed, M. A., & Hassan, H. A. (2020). *Perceptions of Men Regarding Their Role in Women's Reproductive Health in Arab Culture*. *Journal of Transcultural Nursing*, 31(2), 113–120. <https://doi.org/10.1177/1043659619879970>

<sup>52</sup> Rahayu, D. S., & Wahyuni, I. (2022). *Peningkatan Peran Suami dalam Dukungan Pasca Operasi Ginekologi melalui Edukasi Berbasis Gender*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(1), 1–10

<sup>53</sup> Kaler, A. (2009). *Health interventions and the persistence of rumour: The circulation of sterility stories in African public health campaigns*. *Social Science & Medicine*, 68(9), 1711–1719. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2009.01.038>

<sup>54</sup> Rhodes, P., & Langdon, K. (2013). *Intimacy and sexual relationships after hysterectomy: a qualitative study of women's perspectives*. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 31(3), 294–306. <https://doi.org/10.1080/02646838.2013.800632>

paham, frustrasi, dan perasaan terisolasi, sehingga dukungan yang diberikan menjadi kurang optimal.<sup>55</sup>

3) Hambatan Bahasa dan Ekspresi Emosional

Dalam beberapa budaya, ekspresi emosional yang terbuka dianggap kurang pantas bagi pria. Suami mungkin dibesarkan untuk menahan perasaan dan tidak menunjukkan kelemahan, yang menjadi hambatan dalam membangun komunikasi yang sehat dan mendalam, terutama dalam situasi penuh tekanan seperti pasca histerektomi.<sup>56</sup>

Dapat disimpulkan bahwa tantangan yang dihadapi suami dalam memberikan dukungan pasca histerektomi sangat kompleks dan multidimensional, meliputi hambatan psikologis, faktor budaya dan sosial, serta kesenjangan komunikasi. Untuk mengatasi tantangan ini, diperlukan edukasi yang memadai bagi suami, pembukaan ruang komunikasi yang aman dan terbuka, serta dukungan dari komunitas dan tenaga kesehatan. Dengan demikian, suami dapat memberikan dukungan spiritual dan emosional yang efektif, penting bagi proses pemulihan istri.




---

<sup>55</sup> Gottman, J. (2018). *The seven principles for making marriage work*. Hachette UK.

<sup>56</sup> Mahalik, J. R., Burns, S. M., & Syzdek, M. (2007). Masculinity and perceived normative health behaviors as predictors of men's health behaviors. *Social science & medicine*, 64(11), 2201-2209. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2007.02.035>

