

HARDINESS (KETABAHAN) PADA WANITA PENDERITA LUPUS

(Sebuah Studi Kualitatif Fenomenologis pada Wanita Penderita Lupus)

Siska Lestari, Achmad Mujab Masykur*
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
siskapsiundip@gmail.com, akungpsikoundip@yahoo.com

ABSTRAK

Systemic Lupus Erythematosus (SLE) atau yang lebih dikenal dengan istilah lupus adalah penyakit autoimun, sejenis alergi terhadap diri sendiri. Zat anti yang dibentuk sistem kekebalan tubuh yang biasanya berfungsi melindungi tubuh melawan kuman, virus, dan benda asing, justru berbalik menyerang jaringan tubuhnya sendiri. Lupus justru diderita oleh kebanyakan wanita usia produktif. Penderita lupus rentan mengalami stres akibat permasalahan fisik yang menyebabkan perannya terganggu. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Fenomenologi merupakan strategi penelitian dimana di dalamnya peneliti mengidentifikasi hakikat pengalaman manusia tentang suatu fenomena tertentu. Data diungkap melalui wawancara mendalam dengan subjek penelitian. Subjek yang dilibatkan dalam penelitian ini diambil dengan teknik *purposive*. Teknik *purposive* dilakukan dengan mengambil subjek yang diperoleh berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan dengan bantuan *guide-keeper*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah empat orang dengan karakteristik diantaranya: 1) Didagnosis menderita penyakit lupus, dan telah menderita lupus minimal dua tahun, 2) Pernah dan/atau sedang menjalani perawatan atau pengobatan medis, 3) Wanita berusia antara 20-50 tahun, serta 4) Bersedia untuk menjadi subjek penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *hardiness* dipengaruhi oleh adanya dukungan dari keluarga dan komunitas penderita lupus. *Hardiness* (ketabahan) pada keempat subjek terlihat dari ketiga karakteristik, yaitu *control*, *commitment*, dan *challenge*. Keempat subjek juga menunjukkan kebersyukuran yang berbeda atas sakit yang diderita.

Kata kunci : wanita, lupus, *hardiness*, kualitatif, fenomenologis

*Penulis Penanggungjawab

HARDINESS IN WOMEN WITH LUPUS

(A Phenomenological Qualitative Study in Women with Lupus)

Siska Lestari, Achmad Mujab Masykur*

Faculty of Psychology, Diponegoro University

siskapsiundip@gmail.com, akungpsikoundip@yahoo.com

ABSTRACT

Systemic Lupus Erythematosus (SLE) or better known as lupus is an autoimmune disease, a type of allergy to ourself. Formed antibodies that the immune system normally protects the body against germs, viruses, and foreign objects, it turns against the body's own tissues. Lupus actually suffered by most women of childbearing age. People with lupus are prone to experience stress due to physical problems that cause impaired role. This study used a qualitative method with a phenomenological approach. Phenomenology is a research strategy in which the researcher identifies the essence of the human experience of a particular phenomenon. Data revealed through in-depth interviews with research subjects. Subjects were recruited for this study were taken by using purposive technique. Purposive technique is done by taking a subject that is obtained based on the characteristics that have been determined with the help of guide-keeper. Subjects in this study were four people with characteristics such as: 1) Diagnosed with lupus disease and have at least two years got lupus, 2) Ever and / or are undergoing medical treatment or care, 3) Women aged between 20-50 years, and 4) Willing to be the subject of research. The results of this study indicate that hardiness is influenced by the support of families and communities with lupus. Hardiness in four subjects seen from these three characteristics, namely control, commitment, and challenge. These four subjects also showed different gratitude on pain suffered.

Keywords: women, lupus, hardiness, qualitative, phenomenological

*Penulis Penanggungjawab

PENDAHULUAN

Menghadapi kehidupan yang begitu dinamis, seseorang dituntut untuk produktif, namun sering melalaikan urusan kesehatan. Pada kenyataannya, saat ini banyak orang yang mengalami sakit sehingga mempengaruhi kondisi fisik maupun psikologis. Salah satu penyakit berbahaya yang harus diwaspadai adalah penyakit autoimun.

Penyakit autoimun menyerang sebagian penduduk di Amerika, yaitu 50 juta jiwa dan penderita penyakit autoimun lebih dari 75 persen adalah perempuan. Penyakit autoimun merupakan salah satu penyebab utama kematian perempuan di bawah 65 tahun. Beberapa laporan menunjukkan bahwa penyakit autoimun mempengaruhi secara kolektif 5-10 persen dari populasi dunia yang merupakan penyebab signifikan penyakit kronis dan kematian di dunia (American Autoimmune Related Disease Association, 2010).

Salah satu penyakit autoimun yang berbahaya adalah penyakit lupus. Penyakit lupus merupakan penyakit yang mematikan setara dengan kanker. Tidak sedikit pengidap penyakit lupus akhirnya tidak dapat tertolong. Penyandang penyakit lupus di dunia terdeteksi mencapai 5 juta orang dan lebih dari 100 ribu kasus baru terjadi setiap tahun (Dokter Sehat, 2007).

Systemic Lupus Erythematosus (SLE) atau yang lebih dikenal dengan istilah lupus adalah penyakit autoimun, sejenis alergi terhadap diri sendiri. Zat anti yang dibentuk sistem kekebalan tubuh yang biasanya berfungsi melindungi tubuh melawan kuman, virus, dan benda asing, justru berbalik menyerang jaringan tubuhnya sendiri. Hal tersebut menimbulkan gejala lesu, lemah, letih, lelah, demam, sakit kepala, rambut rontok, nyeri sendi-sendi, otot ngilu, kurang darah, dan kerusakan berbagai organ penting seperti ginjal, susunan syaraf, paru, serta jantung. Tampilan penyakit lupus sedemikian beragam dan setiap pasien mempunyai serangkaian gejala yang sangat berbeda (Pratomo & Syarief, 2011, h. 27).

Penelitian yang dilakukan Wahyuningsih dan Surjaningrum (2013) mengungkapkan bahwa Odapus memiliki permasalahan baik fisik maupun psikologis. Permasalahan segi fisik, mereka mengalami perubahan fisik seperti

pembengkakan pipi akibat konsumsi obat, rentan mengalami kelelahan dan sensitif terhadap sinar matahari. Permasalahan psikologis yang dialami adalah rasa tidak percaya diri akibat perubahan fisik, merasa menjadi beban bagi keluarga dan belum sepenuhnya mampu mengendalikan emosi.

Menghadapi penderitaan fisik dan mental akibat penyakit yang parah seperti lupus, penderita umumnya memiliki penerimaan diri yang kurang terhadap dirinya. Monty (dalam Nurviana, Siswati, dan Dewi, 2009) menjelaskan bila penderita tidak menerima diri sendiri, maka akan merasa tidak berarti, tidak berguna, sehingga menyebabkan semakin merasa terasing dan terkucil dari lingkungannya. Perasaan demikian dapat memicu terjadinya stres. Hans Selye (dalam Dewi, 2012, h. 106) menjelaskan stres adalah respon yang tidak spesifik dari tubuh terhadap berbagai tuntutan yang ada, dimana respon tersebut dapat berupa respon fisik atau emosional.

Individu akan merespon keadaan yang penuh tekanan dengan cara yang berbeda-beda. Berdasarkan hasil survey peneliti saat bertemu dengan subjek pertama kali, peneliti memang menangkap adanya daya tahan yang tinggi pada ketiga subjek dan peneliti berasumsi bahwa daya tahan tersebut belum tentu dimiliki oleh wanita penderita lupus yang lain.

Secara psikologis, individu yang ketahanan psikologisnya tinggi cenderung lebih efektif dalam mengatasi stres dengan menggunakan pendekatan *coping* yang berfokus pada masalah secara aktif (Williams dkk., dalam Nevid, 2005, h. 146). Kobasa (dalam Nevid, 2005, h. 146) menunjukkan bahwa individu yang ketahanan psikologisnya tinggi lebih baik dalam menangani stres karena individu menganggap dirinya sebagai orang yang memilih situasi stres itu sendiri. Individu menganggap stresor yang dihadapi membuat kehidupan lebih menarik dan menantang, bukan semata-mata membebani dengan tekanan-tekanan tambahan. Jadi, pengendalian adalah faktor kunci dalam ketahanan psikologis.

Menarik untuk diteliti bagaimana gambaran *hardiness* atau ketahanan yang dimiliki wanita dalam menjalani kehidupan beserta penyakit lupus yang diderita. Subjek yang dipilih merupakan wanita usia produktif, karena penyakit lupus sebagian besar diderita oleh wanita aktif usia produktif. Berdasarkan ketertarikan

dan permasalahan, timbul pertanyaan bagaimana gambaran dinamika psikologis *hardiness* (ketabahan) pada wanita penderita lupus.

Tinjauan Pustaka

Lupus

Menurut Wachyudi (dalam Pratomo & Syarief, 2011, h. 34) lupus adalah penyakit peradangan kronis yang dapat mengenai kulit, sendi, ginjal, paru, susunan saraf, dan alat tubuh lainnya. Gejala tersering adalah bercak kulit, arthritis (radang sendi) kerap disertai lemah badan dan demam. Perjalanan penyakit lupus beragam dari ringan sampai berat berselang-seling kambuh dan baik. Lupus terutama diderita oleh wanita pada usia subur atau produktif (wanita sepuluh kali lebih rentan terjangkit daripada pria).

Savitri (2005, h. 37-39) menyampaikan bahwa faktor penyebab hadirnya lupus di tubuh seseorang belum diketahui secara pasti hingga kini. Beberapa penelitian yang dilakukan mengemukakan kemungkinan penyebab lupus melalui faktor lingkungan, genetik, dan hormonal.

Ketabahan (Hardiness)

Menurut Maddi & Kobasa (dalam Dewi, 2010, h.126), *hardiness* merefleksikan karakteristik individu yang memiliki kendali pribadi, mau menghadapi tantangan, dan memiliki komitmen. Tingkat *hardiness* individu mempengaruhi penerimaan individu terhadap stresor potensial dan respon terhadap stres. Menurut Nevid dkk. (2005, h. 145), ketahanan psikologis adalah sekumpulan trait individu yang dapat membantu dalam mengelola stres yang dialami.

Stres

Atwater (dalam Dewi, 2010, h. 114) mendefinisikan stres sebagai suatu tuntutan penyesuaian, yang menghendaki individu untuk meresponnya secara adaptif. Stres menurut Feldman (dalam Dewi, 2010, h. 114) adalah suatu proses dalam rangka menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang ataupun membahayakan; serta individu merespon peristiwa itu baik pada level fisiologis, emosional, kognitif dan tingkah laku.

Kebersyukuran

Kebersyukuran dalam bahasa Inggris disebut *gratitude*. Kata *gratitude* berasal dari bahasa Latin yaitu *gratia*, yang berarti kelembutan, kebaikan hati, atau terima kasih. Semua kata yang terbentuk dari bahasa Latin tersebut berhubungan dengan kebaikan, kedermawaan, pemberian, keindahan dari memberi dan menerima, atau mendapatkan sesuatu tanpa tujuan apapun (Pruyser, dalam Emmons & McCullough, 2003).

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memahami gambaran dinamika psikologis *hardiness* (ketabahan) pada wanita penderita lupus.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Menurut Bogdan dan Bilken (dalam Alsa, 2007, h. 33), peneliti dengan pendekatan fenomenologis berusaha memahami makna dari suatu peristiwa dan saling pengaruhnya dengan manusia dalam situasi tertentu. Fokus penelitian adalah mengenai *hardiness* (ketabahan) pada wanita penderita lupus.

Penelitian ini menggunakan teknik purposif. Karakteristik yang digunakan untuk menemukan subjek adalah: a) Didiagnosis menderita penyakit lupus, dan telah menderita lupus minimal dua tahun, b) Pernah dan/atau sedang menjalani perawatan atau pengobatan medis, c) Wanita berusia antara 20-50 tahun, d) Bersedia untuk menjadi subjek penelitian. Berdasarkan karakteristik tersebut, diperoleh empat orang sebagai subjek penelitian. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu: a) Memperoleh pemahaman data sebagai suatu keseluruhan, b) Menyusun deskripsi fenomena individual (DFI), c) Mengidentifikasi episode-episode umum di setiap DFI, d)

Eksplikasi tema-tema dalam setiap episode, e) Sintesis dari penjelasan tema-tema dalam setiap episode, dan f) Interpretasi.

Subjek #1 (HY) merupakan perempuan berusia 35 tahun dan dinyatakan positif mengidap lupus pada November 2009. Subjek #2 (PD) merupakan perempuan berusia 45 tahun dan positif dinyatakan mengidap lupus sekitar tahun 2006 atau 2007. Subjek #3 (YK) merupakan perempuan berusia 20 tahun dan dinyatakan positif mengidap lupus pada 22 April 2009. Subjek #4 (CL) merupakan wanita berusia 34 tahun dan dinyatakan positif mengidap lupus sekitar Juni 2011.

Subjek Pertama (HY)

HY dinyatakan positif mengidap lupus pada November 2009. Gejala lupus dialami HY sejak 2005, yang ditandai dengan keguguran di usia kandungan empat bulan. Pada tahun 2007, HY kembali mengandung dan mengalami keracunan kehamilan (eklamsi) yang menyebabkan bayinya meninggal. HY tidak dapat menerima kenyataan atas kematian bayinya. Kondisi tersebut menyebabkan HY mengalami depresi berat selama lebih dari setahun yang akhirnya memicu timbulnya penyakit lupus. HY selalu pingsan setiap mendengar suara tangisan bayi ataupun melihat tayangan mengenai bayi di televisi.

Begitu mengetahui bahwa dirinya mengidap lupus, subjek merasa kebingungan. Atas bantuan suaminya, HY mendapatkan informasi seputar lupus dan menemukan komunitas Odapus (orang dengan lupus). HY pun akhirnya bergabung dengan komunitas tersebut. HY tidak merasa sendiri dalam menghadapi penyakit lupus. Dukungan keluarga, terutama suami dan anak memberikan pengaruh yang positif terhadap HY.

Hardiness (ketabahan) ditunjukkan HY dengan mengikuti *jamaah dzikiran*. HY memiliki keyakinan untuk sembuh demi anak, suami, dan orangtua. HY pun memiliki keinginan untuk mengadopsi anak suatu hari nanti. HY memaknai positif setiap perubahan fisik yang dialami akibat penyakit lupus yang diderita. Subjek memaknai lupus sebagai jalan hidup dan percaya bahwa sakit yang diderita merupakan catatan kehidupan yang sudah menjadi takdir.

Subjek Kedua (PD)

PD dinyatakan positif mengidap lupus sekitar tahun 2006 atau 2007. Sebelumnya subjek didiagnosis mengidap *Raymond's Syndrome* dan telah berganti-ganti dokter.

Sejak terdiagnosis lupus, ketakutan justru dirasakan PD ketika tidak dapat menerima penyakit lupus yang diderita. PD bahkan sempat beranggapan bahwa penyakit yang diderita merupakan hukuman dari Allah. Subjek juga merasa minder akibat perubahan fisik yang dialami.

Subjek kembali menemukan kepercayaan diri melalui komunitas yang diikuti, juga usaha konveksi yang dikelola. Subjek tidak lagi merasa sendiri setelah bergabung dengan YLI Semarang Panggon Kupu, bahkan PD bersedia menjabat sebagai sekretaris. Subjek juga menemukan rasa percaya diri setelah membuka kembali usaha konveksi miliknya yang sempat vakum.

Hardiness (ketabahan) ditunjukkan PD dengan mengikuti pengajian '*liqo*' sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah. Pada pengajian tersebut dijelaskan bahwa sakit merupakan anugerah yang dapat menghapus dosa-dosa. PD menyatakan bahwa sakit yang dialami merupakan rejeki. Oleh karenanya, PD menghimbau agar teman-teman sesama Odapus dapat menerima lupus dan tidak menutup diri.

Subjek Ketiga (YK)

YK dinyatakan positif mengidap lupus pada 22 April 2009. Sejak kecil YK sudah sering masuk rumah sakit dengan berbagai keluhan, seperti demam tinggi yang tidak kunjung turun, tifus, dan Demam Berdarah. Setelah mengetahui dirinya mengidap lupus, YK merasa takut dan seakan-akan hidupnya segera berakhir. YK juga sempat menutup diri dan merasa minder. Perilaku tersebut merupakan bentuk penyangkalan YK terhadap penyakit yang diderita.

YK menyatakan bahwa perlindungan yang diberikan oleh orangtuanya merupakan bentuk dukungan terhadap YK, meskipun YK sempat terganggu dengan kondisi tersebut. YK tidak dapat bermain bersama teman-temannya, bahkan ada teman yang menjauhi YK. YK pun merasa inferior dalam hubungan dengan lawan jenis.

Pada tahun 2013, YK bersama teman-teman sesama Odapus (odapus), dibantu oleh DPL (Dokter Pemerhati Lupus) mendirikan YLI (Yayasan Lupus Indonesia) Semarang Panggon Kupu. Pada kesempatan tersebut YK ditunjuk menjadi ketua. YK merasa tidak sendiri lagi dan mulai berpikir positif setelah mengenal teman-teman sesama Odapus.

YK percaya bahwa Tuhan memiliki rencana lain dengan memberikan penyakit lupus. YK pun bersyukur atas kehadiran penyakit lupus di kehidupannya. Melalui sakit yang diderita, YK lebih menghargai kesempatan hidup yang diberikan Tuhan. YK juga mengalami perubahan dari individu yang kurang terkontrol emosinya dan sering marah, menjadi individu yang lebih sabar.

Subjek Keempat (CL)

CL dinyatakan positif mengidap lupus sekitar Juni 2011. Gejala yang dirasakan CL telah muncul sejak 2007. CL mengalami gejala seperti orang terkena stroke, bahkan CL harus menjalani perawatan intensif di rumah sakit selama kurang lebih delapan bulan. Sebelum terdiagnosis lupus, subjek berusaha menyiapkan mental, terutama menyiapkan mental Mamanya. Subjek segera mencari berbagai informasi mengenai penyakit lupus melalui internet dan buku. CL juga memutuskan untuk bergabung dengan YLI di Jakarta.

Meskipun telah berusaha menyiapkan mental, CL tetap merasa stres mengetahui dirinya terdiagnosis lupus. CL sempat merasa minder dan menutup diri yang merupakan bentuk penyangkalan terhadap penyakit yang diderita. CL mulai dapat menerima penyakit lupus setelah mengenal teman-teman sesama Odapus. Akhirnya CL belajar menerima diri dengan mensyukuri apa yang telah dimiliki, termasuk keluarga yang selalu memberikan dukungan. CL mengaku pasrah menghadapi kematian.

Sejak mengidap penyakit lupus, CL menyadari pentingnya peran keluarga. CL menganggap keluarga sebagai anugerah karena selalu ada memberikan dukungan baik moril maupun finansial. Kondisi CL berangsur membaik semenjak CL belajar untuk bersyukur dan menerima kondisinya. Rasa syukur CL ditunjukkan dengan cara menulis sebagai sarana untuk memberikan motivasi kepada teman-teman sesama Odapus.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hardiness (ketabahan) yang dimiliki keempat subjek didapat melalui proses yang tidak sederhana. Pasca dinyatakan positif mengidap penyakit lupus, keempat subjek menunjukkan reaksi yang hampir sama, yaitu panik, kebingungan, takut, dan kecewa. *Hardiness* (ketabahan) yang dimiliki subjek dipengaruhi oleh adanya dukungan dari keluarga dan komunitas penderita lupus. Keempat subjek menemukan kepercayaan diri, kemudian menyadari bahwa dirinya tidak sendiri lagi setelah bergabung dengan komunitas dan mengenal teman-teman sesama penderita lupus. Subjek juga semakin bersemangat karena mendapatkan dukungan dari keluarga, baik dari suami, orangtua, maupun keluarga besar.

Hardiness (ketabahan) pada keempat subjek dapat dilihat dari ketiga karakteristik, yaitu *control*, *commitment* dan *challenge*. Individu yang mempunyai *control* atau pengendalian dalam dirinya memiliki kepercayaan bahwa mereka dapat mempengaruhi atau mengatur setiap kejadian yang terjadi. HY memilih untuk bergabung dengan *jamaah dzikiran*, sedangkan PD mengikuti pengajian '*liqo*' sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah. YK mencegah timbulnya stres dengan cara tidak fokus dengan kondisi yang dapat memicu stres, sedangkan CL merubah kepribadiannya yang *introvert* dan belajar untuk asertif serta selalu berpikir positif.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, keempat subjek diharapkan dapat menjadi bagian dari *peer-support* untuk memberikan dukungan kepada sesama Odapus. Dukungan dapat disalurkan melalui kegiatan-kegiatan yang dilakukan di komunitas, misalnya mengadakan perkumpulan secara rutin. Pada perkumpulan tersebut, Odapus diharapkan dapat bertukar pengalaman dalam menjalani penyakit lupus. Subjek HY diharapkan mematuhi anjuran dokter dan dapat mempertahankan ibadah yang telah dilakukan sebagai sarana untuk meningkatkan rasa syukur. Subjek PD diharapkan untuk lebih terbuka kepada keluarga besar

mengenai penyakit lupus yang diderita, sehingga tidak terjadi kebingungan dan kesalahpahaman antara subjek dengan keluarga besar. Subjek YK selaku ketua di komunitas diharapkan dapat mengajak para anggota untuk meningkatkan sosialisasi mengenai penyakit lupus kepada masyarakat. Subjek CL diharapkan dapat mempertahankan strateginya dalam menjaga kesehatan, yakni selalu mencari kesibukan untuk menghindari munculnya pikiran negatif dan terus menulis sebagai sarana untuk katarsis dan untuk memberikan motivasi kepada teman-teman sesama Odapus.

Saran bagi masyarakat adalah meningkatkan kewaspadaan terhadap penyakit lupus serta dapat memberikan dukungan dan perhatian jika terdapat Odapus di sekitarnya. Bagi Odapus lain disarankan untuk tidak menutup diri karena akan memperburuk kondisinya. Saran bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian serupa adalah agar dapat melibatkan lebih banyak partisipan untuk memperkaya hasil penelitian, misalnya melibatkan suami penderita lupus dalam melakukan penelitian tentang dukungan sosial yang diberikan oleh orang terdekat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alsa, A. (2007). *Pendekatan Kuantitatif & Kualitatif serta Kombinasinya dalam Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- American Autoimmune Related Disease Association. (2010). *Autoimmune Statistics*. <http://www.aarda.org/autoimmune-information/autoimmune-statistics/>. Diakses Januari 2014.
- Anonim. (2007). *Lupus – Apa itu Penyakit Lupus??*. <http://doktersehat.com/lupus-apa-itu-penyakit-lupus/#ixzz1aLaoEY3U>. Diakses Januari 2014.
- Dewi, K.S. (2010). *Kesehatan Mental (Mental Health): Penyesuaian dalam Kehidupan Sehari-hari*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Dewi, K.S. (2012). *Kesehatan Mental*. Semarang: CV Lestari Mediakreatif.
- Emmons, R., Cullough, M. (2003). Counting Blessing Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 84, 377-389.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A. & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal* terjemahan. Edisi Kelima: Jilid 1. Alih Bahasa: Tim Fakultas Psikologi UI. Jakarta: Erlangga.
- Nurviana, E.V., Siswati, Kartika S.D. (2009). *Penerimaan Diri pada Penderita Epilepsi*. Universitas Diponegoro.
- Pratomo, E., dan Syarief, D. (2011). *Miracle of Love: dengan Lupus Menuju Tuhan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Savitri, T. (2005). *Aku & Lupus*. Jakarta: Puspa Swara.
- Subandi. (2009). *Psikologi Dzikir: Studi Fenomenologi Pengalaman Transformasi Religius*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wahyuningsih, A. & Surjaningrum, E.R. (2013). Kesejahteraan Psikologis pada Orang dengan Lupus (Odapus) Wanita Dewasa Usia Awal Berstatus Menikah. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. 2 (01). 4.