

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Motivasi Sembuh

1. Definisi Motivasi Sembuh

Salah satu aspek untuk mencapai kesembuhan ialah keinginan tinggi yang berasal dari dalam diri seseorang untuk sembuh atau terbebas dari suatu penyakit. Aspek tersebut dapat berupa motivasi sembuh. Kata motivasi secara istilah berasal dari bahasa latin yaitu “*movere*” yang memiliki makna sebagai “dorongan” atau “daya penggerak”, sedangkan dalam bahasa Indonesia motivasi sering disebut sebagai “motif” (Nasution & Rizky, 2024). Kata motif yang sering kali diartikan sebagai dorongan, kebutuhan atau naluri dalam diri seseorang yang mengarah pada suatu tujuan yang jelas (Mardiana & Saleh, 2021). Motivasi sembuh merupakan salah satu komponen pendorong seseorang untuk melakukan suatu tindakan spesifik atau mengambil langkah langkah strategis dengan tujuan utama memperoleh kesembuhan (Purhadi et al., 2024).

Kesembuhan adalah kondisi ketika kembalinya individu pada keadaan normal setelah menderita suatu penyakit, penyakit mental, atau luka (Suparno, 2017). Berdasarkan beberapa pengertian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa motivasi sembuh adalah kondisi mental yang mendorong dilakukannya sebuah tindakan dan memberikan kekuatan yang mengarah kepada pencapaian kesembuhan.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi sembuh

Menurut Gerungan (Darrina 2020), ada dua faktor yang mempengaruhi motivasi untuk sembuh yaitu faktor internal dan eksternal.

a. Faktor internal

Motivasi yang bersumber dari dalam individu disebut sebagai faktor internal, yang umumnya muncul dari tindakan yang mampu memuaskan kebutuhan seseorang. Faktor-faktor internal ini mencakup kondisi fisik, kesehatan mental, karakteristik kepribadian, hambatan dalam proses perkembangan, serta tingkat kedewasaan berdasarkan usia seseorang.

b. Faktor eksternal

Pengaruh yang berasal dari luar individu dikenal sebagai faktor eksternal, yang merupakan dorongan motivasi yang terbentuk akibat interaksi dengan orang lain atau situasi sekitar. Elemen-elemen eksternal ini terdiri dari aspek lingkungan, ketersediaan fasilitas, peran media, serta bentuk dukungan dari lingkungan sosial seseorang.

Selain yang diterangkan di atas ada juga faktor yang mempengaruhi motivasi. Menurut Mc. Gie (Nurhayati, 2020) ada beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi untuk sembuh, antara lain:

- a. Memiliki keinginan kuat untuk terbebas dari penderitaan dan rasa sakit yang dialami.
- b. Merasa bahwa potensi dan bakatnya belum sepenuhnya tereksplorasi dan dikembangkan.
- c. Berharap dapat terus menikmati pencapaian dan keberhasilan yang telah diraih.

- d. Masih memiliki tanggung jawab sebagai orang tua untuk membimbing dan memberikan perhatian kepada anak-anak yang membutuhkannya.
- e. Menyimpan harapan untuk menyaksikan kesuksesan anak-anaknya, baik dalam pendidikan maupun dalam perjalanan kehidupan mereka.
- f. Merasa bahwa konstibusinya untuk kebaikan orang lain belum maksimal dan ingin berbuat lebih banyak.
- g. Memperoleh dorongan semangat dan dukungan yang berlimpah dari keluarga dan lingkaran pertemanan, sehingga menumbuhkan perasaan bahwa kehadirannya masih dibutuhkan dan bermakna dalam kehidupan selanjutnya.

Berdasarkan uraian diatas tentang faktor-faktor yang berperan dalam mendorong motivasi sembuh, dapat ditarik kesimpulan bahwa proses pemulihan pasien dipengaruhi oleh berbagai aspek yang memberikan kekuatan mental dan emosional. Faktor-faktor ini menciptakan sistem pendukung yang komprehensif, membuat pasien merasakan kepedulian dari lingkungan sekitarnya serta dapat menumbuhkan perasaan dihargai dan dibutuhkan dalam kehidupan yang mendatang.

3. Aspek Motivasi Sembuh

Menurut Maisarah (2022) aspek-aspek dari motivasi adalah sebagai berikut :

- a. Memiliki sikap positif

Aspek ini mencerminkan adanya rasa percaya diri yang mendalam, kemampuan perencanaan diri yang matang, dan pandangan optimistis dalam menghadapi berbagai situasi dan tantangan.

b. Berorientasi pada pencapaian suatu tujuan

Komponen ini menggambarkan bagaimana motivasi berfungsi memberikan arah yang tegas pada perilaku seseorang, menuntun tindakannya menuju sasaran spesifik yang ingin dicapai.

c. Kekuatan yang mendorong individu

Elemen ini menjelaskan munculnya daya dorong yang mengaktifkan individu untuk bertindak. Kekuatan pendorong ini bersumber dari tiga dimensi: internal (dari dalam diri sendiri), eksternal (dari lingkungan dan orang-orang sekitar), serta spiritual (keyakinan akan kekuatan yang lebih tinggi atau transendental).

Menurut Shaleh (Destiyana, 2019) bahwa motivasi mempunyai tiga aspek, yaitu:

- a. Menggerakkan, yaitu motivasi untuk membangkitkan energi dalam diri seseorang untuk melakukan tindakan spesifik.
- b. Mengarahkan, yaitu motivasi yang memberikan fokus pada perilaku menuju target tertentu.
- c. Menopang, yang mempertahankan perilaku melalui dukungan lingkungan yang memperkuat intensitas dan arah dorongan individu.

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa komponen-komponen dari motivasi kesembuhan meliputi: kemampuan mempertahankan sikap optimis, fokus yang terarah pada pencapaian hasil yang diinginkan, serta adanya daya pendorong internal yang menggerakkan individu untuk terus berupaya dalam proses pemulihannya.

4. Bentuk- Bentuk Motivasi Sembuh

Ada 3 bentuk motivasi menurut Sukmadinata (Zulfahmi, 2023) yaitu:

a. Motivasi takut atau *fear motivation*

Pada jenis motivasi ini, seseorang melakukan suatu tindakan bukan berdasarkan kesadaran diri atau keinginan untuk mencapai tujuan tertentu, melainkan karena adanya rasa takut. Individu bertindak lebih disebabkan oleh perasaan tidak memiliki pilihan lain atau keterpaksaan.

b. Motivasi insentif atau *incentive motivation*

Motivasi insentif atau *incentive motivation* adalah jenis motivasi di mana seseorang melakukan suatu aktivitas dengan tujuan untuk memperoleh imbalan atau insentif tertentu.

c. *Self motivation*

Self motivation atau motivasi diri merupakan dorongan yang berasal dari dalam individu yang berlandaskan pada misi personal atau tujuan hidup yang dimiliki. Ketika seseorang memiliki pandangan yang positif terhadap suatu hal, mereka akan memperlihatkan semangat dan dorongan yang kuat untuk melakukannya. Motivasi jenis ini timbul secara natural dari dalam diri karena adanya perasaan senang atau ketertarikan pada aktivitas tersebut.

B. Kepatuhan

1. Definisi

Kepatuhan adalah tindakan atau perilaku yang dilakukan sesuai dengan permintaan pihak lain, di mana seseorang bertindak sesuai dengan keinginan atau instruksi yang diberikan oleh orang lain (Purwanti & Amin, 2016).

Kepatuhan klien adalah tingkat di mana perilaku klien selaras dengan aturan atau pedoman yang ditetapkan oleh tenaga kesehatan (Nursihhah & Wijaya, 2021). Pendapat lain yang dikemukakan oleh Prabasari (2021) kepatuhan diartikan sebagai ketaatan dan kepatuhan terhadap aturan yang ditetapkan oleh dokter atau tenaga kesehatan, termasuk mengikuti segala hal yang diperbolehkan maupun yang harus dihindari.

2. Perilaku Kepatuhan

Menurut Purwanti & Amin (2016) perilaku kepatuhan terdapat tiga bentuk perilaku, yaitu:

a. Konformitas

Konformitas merupakan bentuk pengaruh sosial yang mendorong individu untuk memodifikasi sikap dan perilaku mereka agar dapat beradaptasi dengan standar atau norma sosial yang berlaku dalam lingkungan.

b. Penerimaan

Penerimaan menggambarkan kecenderungan individu untuk terbuka terhadap pengaruh komunikasi persuasif yang berasal dari figur berpengetahuan luas atau orang yang disukai. Ini juga mencerminkan sikap melakukan sesuatu dengan kerelaan hati karena adanya kepercayaan terhadap tekanan atau norma sosial yang berlaku dalam kelompok atau masyarakat.

c. Ketaatan

Ketaatan adalah pola perilaku di mana seseorang menyerahkan diri sepenuhnya kepada pihak yang memiliki otoritas atau wewenang. Konsep ini tidak berkaitan dengan perasaan marah atau agresif dalam hubungan

mereka dengan figur yang berwenang, melainkan pada kepatuhan terhadap hierarki kekuasaan.

3. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan

Faktor – faktor yang mempengaruhi kepatuhan diantaranya (Abdulah et al., 2022) :

a. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Proses penginderaan ini berlangsung melalui lima indra manusia: penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Mayoritas informasi yang diperoleh manusia didapatkan melalui mata dan telinga.

b. Motivasi

Motivasi dapat didefinisikan sebagai dorongan internal yang mendorong individu untuk bertindak atau berperilaku. Kualitas motivasi seseorang berhubungan langsung dengan kondisi internalnya seperti aspirasi dan harapan yang menjadi penggerak individu dalam berusaha mencapai tujuan yang diinginkannya.

c. Dukungan keluarga

Dukungan keluarga melibatkan usaha untuk mengintegrasikan partisipasi anggota keluarga sebagai faktor fundamental dalam membantu seseorang untuk mengembangkan kepatuhan terhadap peraturan yang berlaku. Keluarga memiliki peran penting sebagai sistem pendukung dalam mewujudkan kepatuhan terhadap norma yang ada.

C. Home Exercise Program

1. Definisi

Latihan di rumah adalah program terstruktur dengan tujuan yang jelas bagi peserta, termasuk pemantauan, kunjungan tindak lanjut, dan surat atau panggilan telepon dari staf pengelola program (Permana et al., 2019). Program latihan di rumah adalah suatu rangkaian latihan yang dapat pasien lakukan di rumah sebagai kelanjutan dari program rehabilitasi yang diberikan di klinik rehabilitasi maupun rumah sakit dengan tujuan untuk mempercepat tercapainya *goal* terapi (Azumar et al., 2022). Mengandalkan program rehabilitasi yang dilakukan di rumah sakit dan klinik dengan durasi dan frekuensi terbatas saja tidak akan lebih efektif dibandingkan menambahkan latihan mandiri di rumah yang dapat dilakukan lebih sering (Zhang et al., 2023).

2. Manfaat Home Exercise Program

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Susilo et al., (2023) manfaat dari terapi latihan adalah :

- a. Mengatasi dan mencegah munculnya disfungsi atau gangguan kesehatan.
- b. Memulihkan, mengembangkan, dan memperbaiki kapabilitas fungsi fisik.
- c. Meminimalisir dan menghindari faktor-faktor yang berisiko terhadap kesehatan.
- d. Memaksimalkan status kesehatan, kebugaran jasmani, dan kualitas kesejahteraan secara holistik.

202210490311063
Adinda Fawzia Auliarahma
Prodi Fisioterapi

- e. Memperkuat sistem muskuloskeletal, meningkatkan fleksibilitas dan jangkauan gerakan persendian, serta memfasilitasi kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari untuk menunjang kemandirian pasien.

