

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Konsep Kesehatan Jiwa

##### 2.1.1 Defini Kesehatan Jiwa

Menurut *World Health Organization (WHO)*, Kesehatan jiwa merupakan kondisi kesejahteraan mental yang memungkinkan individu untuk menghadapi berbagai tekanan kehidupan, mengembangkan potensi diri, menjalani proses belajar dan bekerja secara optimal, serta berperan aktif dalam kehidupan bermasyarakat. Konsep ini tidak hanya terbatas pada ketiadaan gangguan jiwa, tetapi juga mencerminkan kemampuan individu dalam berfungsi secara adaptif (WHO, 2022). Kesehatan jiwa adalah kondisi di mana individu mampu berkembang dalam aspek fisik, mental, spiritual, dan sosial, sehingga mereka menyadari kemampuan yang dimiliki, dapat mengatasi stres, bekerja secara efektif, dan berkontribusi kepada komunitas (Febrianto et al., 2019).

##### 2.1.2 Komponen Kesehatan Jiwa

Komponen kesehatan jiwa adalah elemen-elemen penting yang berperan dalam mencapai kesejahteraan mental secara keseluruhan. Menurut Keyes, (2002), terdapat tiga komponen utama kesehatan jiwa, yaitu kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial

a. Kesejahteraan Emosional (*Emotional Well-Being*)

Kesejahteraan emosional adalah kumpulan gejala yang menunjukkan tingkat kepuasan hidup, serta perasaan bahagia, tenang, dan antusias terhadap kehidupan. Indikator yang termasuk dalam komponen ini meliputi perasaan

ceria, semangat hidup, kepuasan, dan ketenangan.

b. Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*)

Menurut Keyes, (2002) kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi utama yang dikembangkan oleh Ryff (1989), yaitu:

- 1) Penerimaan Diri (*self-acceptance*)
- 2) Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)
- 3) Pertumbuhan Pribadi (*personal growth*)
- 4) Tujuan Hidup (*purpose in life*).
- 5) Penguasaan Lingkungan (*environmental mastery*)
- 6) Kemandirian (*autonomy*)

Dimensi-dimensi ini menggambarkan sejauh mana individu berkembang sebagai pribadi yang sehat, memiliki kontrol atas hidupnya, dan memiliki arah hidup yang jelas.

c. Kesejahteraan Sosial (*Social Well-Being*)

Kesejahteraan sosial dalam pandangan Keyes, (2002) adalah penilaian individu terhadap fungsi sosialnya dalam masyarakat. Kesejahteraan sosial mencakup lima dimensi, yaitu:

- 1) koherensi sosial (*social coherence*), yaitu sejauh mana individu melihat masyarakat sebagai sesuatu yang logis dan terstruktur
- 2) aktualisasi sosial (*social actualization*), yaitu keyakinan bahwa masyarakat dapat berkembang secara positif
- 3) integrasi sosial (*social integration*), yaitu sejauh mana individu merasa menjadi bagian dari komunitas

- 4) penerimaan sosial (*social acceptance*), yaitu kemampuan menerima keragaman sosial
- 5) kontribusi sosial (*social contribution*), yaitu sejauh mana individu merasa dirinya memiliki peran dan manfaat bagi lingkungan sosialnya.

### 2.1.3 Konsep Teoretis Kesehatan Jiwa

#### a. Faktor Genetik

Menurut Kirana et al., (2022) Faktor risiko terjadinya gangguan jiwa salah satunya adalah pengaruh genetik. Individu yang memiliki anggota keluarga dengan riwayat gangguan jiwa cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kondisi yang sama.

#### b. Faktor Psikologis

Faktor psikologis yang menghubungkan peristiwa hidup yang mengancam dengan gangguan mental adalah hal yang kompleks, tergantung pada situasi, individu, dan karakteristik masing-masing orang. Dukungan dari teman dan tetangga selama masa stres sangatlah penting. Selain itu, Struktur sosial, perubahan sosial, dan tingkat sosial yang dicapai memiliki makna yang signifikan dalam pengalaman hidup seseorang (Suhaimi, 2018)

#### c. Faktor Lingkungan dan Sosial

Faktor lingkungan mencakup kondisi kesehatan di lingkungan rumah. Kesehatan lingkungan rumah sangat penting karena dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental seseorang. Selain itu, faktor sosial mencakup pengetahuan, sikap, dan modal sosial masyarakat yang berkaitan dengan kesehatan mental (Sukeksi et al., 2023)

#### d. Faktor Kondisi Fisik dan Kesehatan

Menurut Chirico et al., (2020) Kondisi fisik yang baik, seperti bebas dari gangguan saraf dan sensorik, sangat penting untuk menjaga fungsi kognitif pada lansia. Indikator kesehatan, seperti detak jantung dan respon terhadap stres, digunakan untuk menilai kesiapan tubuh dalam menghadapi tekanan mental.

#### **2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Jiwa**

Hasil penelitian dari Kirana et al., (2022) menunjukkan bahwa faktor genetik, trauma masa kecil, stres, dan pola asuh memiliki pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap gangguan jiwa. Sementara itu, faktor-faktor seperti cacat bawaan, cedera fisik, kontaminasi narkoba, penyakit kronis, dinamika keluarga, struktur keluarga, nilai-nilai sosial, ketidaksesuaian antara keinginan dan kenyataan, kondisi sosial ekonomi, serta perpindahan keluarga tidak menunjukkan makna sebagai faktor risiko gangguan jiwa.

#### **2.1.5 Gangguan Kesehatan Jiwa**

Gangguan kesehatan jiwa adalah kondisi yang mempengaruhi pikiran, perasaan, dan suasana hati seseorang, yang pada gilirannya dapat berdampak pada kemampuan individu untuk berinteraksi dengan orang lain dan berkontribusi dalam masyarakat (Zaini & Komarudin, 2023)

#### **2.1.6 Penatalaksanaan**

Penatalaksanaan gangguan kesehatan jiwa terdiri dari gabungan intervensi farmakologis dan non-farmakologis. Salah satu pendekatan non-obat yang penting adalah terapi psikososial, yang mencakup terapi perilaku kognitif (CBT), pelatihan keterampilan sosial, terapi kelompok, terapi keluarga, terapi vokasional, dan remediasi kognitif (Zaini & Komarudin, 2023)

## 2.2 Konsep Kehilangan

### 2.2.1 Definisi Kehilangan

Kehilangan pasangan adalah peristiwa kehidupan yang sangat menegangkan dan berisiko bagi kesehatan pasangan yang ditinggalkan. Kondisi ini disebabkan oleh stres berkepanjangan dan beban hidup yang berat, yang pada akhirnya dapat mengancam sistem kekebalan tubuh dan mengurangi variabilitas denyut jantung. (Loren et al., 2023). Kehilangan pasangan hidup memiliki dampak yang besar terhadap kehidupan individu yang ditinggalkan. Tanggung jawab yang bertambah sebagai orang tua tunggal, serta rasa duka yang mendalam, dapat menyebabkan pria mengalami kondisi keterpurukan (Ariyanti et al., 2023)

### 2.2.2 Jenis-jenis Kehilangan

Jenis kehilangan menurut Ernstmeyer & Christman, (2024)

- a. Kehilangan Nyata (*Actual Loss*)  
Merupakan kehilangan yang bersifat objektif dan dapat diamati oleh orang lain, misalnya kematian pasangan, kehilangan pekerjaan, atau anggota tubuh
- b. Kehilangan yang Dirasakan (*Perceived Loss*)  
Bersifat subjektif, hanya disadari oleh individu itu sendiri, seperti kehilangan kepercayaan diri, harapan hidup, atau makna pribadi
- c. Kehilangan Antisipatif (*Anticipatory Loss*)  
Kehilangan yang dirasakan sebelum benar-benar terjadi, contohnya saat pasien terminal dan keluarganya mulai berduka bahkan sebelum kematian terjadi. Kehilangan ini bisa berupa hilangnya kemandirian, peran sosial, hingga harap
- d. Kehilangan Situasional (*Situational Loss*)  
Kehilangan situasional adalah kehilangan yang terjadi tiba-tiba akibat kejadian tak terduga, yang mengganggu fungsi kehidupan individu secara drastis.

Kehilangan ini bersifat tidak direncanakan, tidak diantisipasi, dan sering kali menimbulkan trauma emosional atau psikologis.

e. Kehilangan Perkembangan (*Maturational Loss*)

Bentuk kehilangan yang terjadi secara alami selama tahapan kehidupan, seperti ketika anak tumbuh dewasa dan meninggalkan rumah, atau seseorang yang memasuki masa pensiun.

### 2.2.3 Proses Psikologis Setelah Kehilangan (*Grieving*)

Menurut Elisabeth Kübler-Ros, proses psikologis setelah kehilangan terdiri atas beberapa tahapan yang menggambarkan respon emosional individu terhadap kematian (Stefanazzi, 2022)

a. Penolakan (*Denial*)

Tahap pertama dalam proses berduka ini berfungsi untuk membantu individu menghadapi kehilangan. Pada fase ini, dunia terasa tidak berarti dan sangat membingungkan. Kehidupan tampak tidak masuk akal, dan individu berada dalam kondisi terkejut serta mengalami penolakan

a. Marah (*Anger*)

Tahap kemarahan adalah tahap yang paling diperlukan dalam proses penyembuhan. Mengizinkan diri sendiri untuk merasakan kemarahan, meskipun tampak tidak ada akhirnya, adalah hal yang penting. Semakin seseorang merasakannya secara mendalam, maka semakin cepat kemarahan itu akan menghilang.

b. Tahap Tawar-menawar (*Bargaining*)

Tahap tawar-menawar berlangsung sebelum dan setelah kehilangan. Sebelum kehilangan, individu sering kali berjanji untuk memperbaiki perilaku mereka jika orang tercinta mereka selamat, seperti berdoa kepada Tuhan untuk tidak lagi

marah.

c. Depresi (*Depression*)

Tahap depresi terjadi setelah fase tawar-menawar, di mana individu mulai merasakan kesedihan yang mendalam akibat kehilangan. Perasaan kosong dan kesedihan yang mendalam membuat mereka merasa seolah-olah keadaan ini akan berlangsung selamanya.

d. Penerimaan (*Acceptance*)

Tahap Penerimaan berarti mengakui bahwa orang tercinta telah tiada dan bahwa kenyataan baru ini bersifat permanen.

#### 2.2.4 Makna Konsep Kehilangan

Kehilangan dalam konteks psikologis dipahami sebagai keadaan di mana seseorang tidak lagi memiliki sesuatu yang bernilai secara emosional, seperti orang tua, pasangan, pekerjaan, atau harapan hidup. Reaksi emosional yang muncul disebut sebagai kedukaan (*grief*), yang mencerminkan bentuk adaptasi terhadap perubahan besar dalam kehidupan individu (Zahira & Savira, 2024)

#### 2.2.5 Penatalaksanaan

Penatalaksanaan konsep kehilangan dilakukan dengan pendekatan yang beragam, meliputi intervensi psikososial, spiritual, dan dukungan komunitas. Dalam situasi pasca kehilangan perawat membangun hubungan yang mendukung bagi pasien dan keluarga, mendorong komunitas yang terbuka, serta memfasilitasi ekspresi emosi dengan pendekatan yang empatik. (Komischke-Konnerup et al., 2024)

## 2.3 Konsep Respon Emosional

### 2.3.1 Definisi Respon Emosional

Respon emosional merupakan bentuk reaksi perasaan yang dialami individu ketika menghadapi pengalaman yang menekan atau bermakna secara psikologis. Reaksi ini ditandai oleh munculnya emosi negatif, seperti kesedihan dan kecemasan, yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis serta proses adaptasi individu terhadap situasi yang dihadapi (Seiler et al., 2020)

### 2.3.2 Dasar Teori Respon Emosional

Teori Elisabeth Kübler-Ros, respon emosional terhadap kehilangan merupakan proses psikologis yang berlangsung secara bertahap dan kompleks. Ia mengemukakan lima tahap utama yang umumnya dialami individu, yaitu penolakan (*Denial*), kemarahan (*Anger*), tawar-menawar (*Bargaining*), depresi (*Depression*), dan penerimaan (*Acceptance*) (Stefanazzi, 2022). Teori Elisabeth Kübler-Ros terdiri dari lima tahapan, diantaranya yaitu:

- 1) Penolakan (*Denial*)

Tahap pertama dalam proses berduka ini berfungsi untuk membantu individu menghadapi kehilangan. Pada fase ini, dunia terasa tidak berarti dan sangat membingungkan. Kehidupan tampak tidak masuk akal, dan individu berada dalam kondisi terkejut serta mengalami penolakan

- 2) Marah (*Anger*)

Tahap kemarahan adalah tahap yang paling diperlukan dalam proses penyembuhan. Mengizinkan diri sendiri untuk merasakan kemarahan, meskipun tampak tidak ada akhirnya, adalah hal yang penting. Semakin

seseorang merasakannya secara mendalam, maka semakin cepat kemarahan itu akan menghilang

3) Tahap Tawar-menawar (*Bargaining*)

Tahap tawar-menawar berlangsung sebelum dan setelah kehilangan. Sebelum kehilangan, individu sering kali berjanji untuk memperbaiki perilaku mereka jika orang tercinta mereka selamat, seperti berdoa kepada Tuhan untuk tidak lagi marah.

4) Depresi (*Depression*)

Tahap depresi terjadi setelah fase tawar-menawar, di mana individu mulai merasakan kesedihan yang mendalam akibat kehilangan.

Perasaan kosong dan kesedihan yang mendalam membuat mereka merasa seolah-olah keadaan ini akan berlangsung selamanya.

5) Penerimaan (*Acceptance*)

Tahap Penerimaan berarti mengakui bahwa orang tercinta telah tiada dan bahwa kenyataan baru ini bersifat permanen

### 2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Respon Emosional

a. Faktor Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan kepada individu pada saat dibutuhkan, berasal dari orang-orang yang memiliki hubungan emosional yang dekat. Bentuk dukungan ini dapat mencakup kenyamanan, perhatian, peningkatan harga diri, atau berbagai jenis bantuan yang diterima oleh individu (Loren et al., 2023)

b. Faktor Ekonomi

Kehilangan istri berdampak signifikan pada kondisi ekonomi suami, terutama dalam hal penyesuaian peran keuangan dan tanggung jawab administratif yang

kompleks Meskipun beberapa pria mungkin mengalami peningkatan pendapatan, hilangnya peran ekonomi istri sering kali menimbulkan tekanan emosional, terutama ketika dihadapkan pada utang yang tidak terduga atau ketidakpastian finansial. Oleh karena itu, kombinasi antara kehilangan pendapatan, tanggung jawab baru, dan beban emosional menunjukkan perlunya dukungan yang menyeluruh, baik secara finansial maupun psikologis, bagi suami yang sedang berduka (Barrett et al., 2025)

c. Faktor Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis adalah keadaan atau situasi yang berhubungan dengan aspek kejiwaan. Ini dapat diartikan sebagai keadaan yang ada dalam diri individu dan dapat mempengaruhi sikap serta perilaku mereka. Kondisi psikologis merupakan keadaan psikologis yang tidak dapat dilihat secara langsung, tetapi berperan penting dalam menentukan perilaku seseorang secara sadar. (Riani, 2023)

#### 2.3.4 Penatalaksanaan

Penatalaksanaan respon emosional pasca kehilangan pasangan menekankan pentingnya dukungan psikologis dan sosial dalam membantu individu menghadapi proses berduka. Pendekatan ini membantu individu mengekspresikan emosi secara sehat, mengurangi beban emosional, serta meningkatkan kemampuan penyesuaian diri agar dapat melanjutkan kehidupan dengan kondisi emosional yang lebih stabil (Shahane et al., 2019). Intervensi yang diberikan bertujuan untuk menurunkan tekanan psikologis, memperbaiki kemampuan regulasi emosi, serta mendukung proses adaptasi terhadap perubahan peran dan kondisi kehidupan pasca kematian pasangan (Brodbeck et al., 2022).

## **2.4 Konsep Pernikahan atau Pasangan**

### **2.4.1 Definsi Pernikahan atau Pasangan**

Pernikahan merupakan suatu ikatan yang diakui secara sosial maupun hukum antara dua individu, yang menetapkan hak dan kewajiban timbal balik. Secara kontekstual, pernikahan tidak hanya dipahami sebagai hubungan personal yang dilandasi cinta dan kesepakatan emosional, tetapi juga sebagai institusi sosial, budaya, moral, dan spiritual dalam masyarakat (Tabkhi et al., 2025)

### **2.4.2 Ikatan Sosial dan Hukum**

Pernikahan bukan hanya kontrak antara dua individu, tetapi juga merupakan institusi sosial dan hukum yang membentuk jaringan kekerabatan, hubungan masyarakat, serta memberikan kepastian legal bagi pasangan. Ikatan sosial tercermin dari keterkaitan antara pasangan, keluarga, dan komunitas melalui norma, nilai, serta tradisi yang berlaku, sementara hukum adat di Indonesia menyediakan kerangka yang mengatur prosedur, syarat sah, dan pengawasan pernikahan agar hubungan ini menjadi bagian integral dari struktur sosial yang lebih luas (Damayanti et al., 2025) .

Selain dimensi sosial, pernikahan juga memiliki dimensi hukum yang memberikan kepastian dan perlindungan bagi pasangan. Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan menetapkan bahwa pernikahan sah apabila dilaksanakan menurut hukum agama dan dicatat secara resmi oleh pejabat berwenang, sementara Kompilasi Hukum Islam (KHI) mengatur persyaratan sahnya perkawinan bagi umat islam (Suhada et al., 2025)

### **2.4.3 Hubungan Emosional dan Komitmen**

Hubungan emosional dan komitmen merupakan dua aspek psikologis yang memiliki keterkaitan erat dalam mempertahankan stabilitas serta keharmonisan pernikahan. Hubungan emosional menggambarkan kedekatan batin antara pasangan

yang terbentuk melalui keterbukaan, saling memahami, kepercayaan, empati, dan dukungan emosional yang berkesinambungan. Keterikatan ini menjadi landasan utama terciptanya keintiman dan kesejahteraan dalam kehidupan pernikahan (Santri et al., 2022)

Komitmen pernikahan diartikan sebagai niat, tekad, dan tanggung jawab psikologis pasangan untuk mempertahankan serta memelihara hubungan secara konsisten, termasuk ketika menghadapi situasi penuh tantangan. Komitmen tersebut meliputi aspek kognitif yang berkaitan dengan keputusan untuk tetap bersama, aspek afektif yang menunjukkan keterikatan emosional terhadap pasangan, serta aspek konatif yang diwujudkan melalui tindakan nyata dalam menjaga keberlangsungan hubungan (Lin et al., 2022)

#### **2.4.4 Peran dan Tanggung Jawab**

Menurut Salwa, (2025) Pernikahan merupakan suatu ikatan sosial dan hukum yang menyatukan dua individu dalam hubungan yang dilandasi oleh tanggung jawab moral serta kewajiban legal untuk saling menghormati, mendukung, dan memenuhi kebutuhan bersama dalam keluarga. konsep pernikahan menegaskan pentingnya peran dan tanggung jawab suami dan istri dalam menciptakan hubungan yang harmonis, setara, dan berorientasi pada kesejahteraan keluarga di antaranya yaitu:

a. Memberikan Nafkah Lahir Batin

Suami memiliki tanggung jawab utama dalam memenuhi nafkah lahir dan batin bagi istri serta anak-anaknya sebagai wujud pelaksanaan kewajiban moral dan hukum dalam kehidupan rumah tangga. Pemenuhan nafkah lahir meliputi kebutuhan material seperti makanan, pakaian, dan tempat tinggal yang mendukung kesejahteraan fisik keluarga, sedangkan nafkah batin berkaitan

dengan pemberian kasih sayang, perhatian, serta pemenuhan kebutuhan emosional yang menjaga keseimbangan psikologis anggota keluarga.

b. Mengatur Rumah Tangga dan Mengasuh

Istri berperan penting dalam mengatur rumah tangga dan mengasuh anak sebagai bentuk tanggung jawab moral dan sosial dalam keluarga. Peran ini mencakup pengelolaan kebutuhan domestik, pembinaan anak, serta penciptaan lingkungan keluarga yang harmonis. Namun, sesuai prinsip kesetaraan gender, suami juga memiliki kewajiban untuk berpartisipasi dalam pengasuhan dan pengelolaan rumah tangga.

c. Berbagi keputusan dalam Keluarga

Berbagi keputusan dalam keluarga mencerminkan bentuk kerja sama dan kesetaraan antara suami dan istri dalam mengelola kehidupan rumah tangga. Meskipun suami berperan sebagai kepala keluarga, setiap keputusan penting sebaiknya diambil melalui musyawarah bersama dengan mempertimbangkan pandangan istri

d. Perlindungan dan Kesejahteraan

Perlindungan dan kesejahteraan merupakan tanggung jawab utama suami terhadap istri dan anak-anak, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Bentuk perlindungan ini tidak dimaknai sebagai dominasi, melainkan sebagai wujud kepemimpinan yang berlandaskan kasih sayang, rasa hormat, dan tanggung jawab moral.

#### **2.4.5 Kesetaraan dan kerja sama**

Hubungan pasangan dalam pernikahan merupakan interaksi emosional dan sosial yang didasari oleh kasih sayang, kepercayaan, dan dukungan timbal balik antara suami dan istri. Kepuasan pernikahan tercermin dari tingkat kebahagiaan emosional

pasangan, yang dipengaruhi oleh komunikasi, keintiman, dan kemampuan memahami satu sama lain (Khaerunissa et al., 2023). Kesetaraan gender dalam rumah tangga diwujudkan melalui penerapan prinsip musyawarah dalam pengambilan keputusan, pengelolaan ekonomi keluarga secara bersama, serta nilai ta'awun atau saling membantu dalam pekerjaan domestik dan mengasuh anak. (Erandy et al., 2024)

#### **2.4.6 Nilai Moral, Budaya, dan Spiritual**

Nilai moral, budaya, dan spiritual memiliki kontribusi yang signifikan dalam membentuk pola pikir, sikap, serta praktik pernikahan pada masyarakat. Menurut Puspitasari et al., (2019) pernikahan tidak hanya dipahami sebagai ikatan antara dua individu, tetapi juga sebagai institusi sosial yang melibatkan tanggung jawab moral, budaya, dan spiritual bagi pasangan serta keluarga besar. Nilai moral diwujudkan dalam sikap hormat, kejujuran, dan tanggung jawab dalam menjaga kehormatan keluarga. Nilai budaya tampak melalui penerapan norma, adat, dan tradisi yang menuntun perilaku pasangan. Sedangkan nilai spiritual berfungsi sebagai pedoman keimanan yang menguatkan kesabaran dan ketundukan kepada Tuhan dalam menghadapi dinamika rumah tangga (Wahyuningsih & Suci Pertiwi, 2021)