

# ASMAKU TIMBUL DAN TENGGELAM SUATU STUDI KESTABILAN EMOSI PADA DEWASA AWAL

Angelinna Limantara Permata Putri

Psikologi

Dr. Dra. Hartanti, M. Si

Dr. Mary Philia Elisabeth, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

## ABSTRAK

Asma tidak hanya kambuh dari masalah medis saja tetapi asma juga dapat kambuh dari faktor psikologis. Sebagian besar orang tidak menyadari hal tersebut dan tetap mencoba meringankan gejala dengan menggunakan obat-obatan. Tetapi tidak semua orang mengetahui bahwa penggunaan obat tidak memberikan efek yang besar bagi redanya gejala asma. Terlebih pada seseorang yang berada pada tahapan dewasa awal, biasanya pada tahapan ini seseorang mengalami lebih banyak permasalahan karena adanya tuntutan yang berbeda. Untuk itu penelitian ini ingin melihat dinamika stres penderita asma dan untuk mengetahui *coping strategi* apa yang digunakan penderita asma untuk dapat menangani asma yang sedang kambuh dari faktor psikologis.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan paradigma penelitian interpretatif atau sering disebut dengan fenomenologi, alasan peneliti menggunakan paradigma tersebut karena peneliti ingin mengetahui pemikiran, perasaan dari penderita asma. Peneliti ingin mengetahui lebih lanjut dinamika kehidupan penderita asma baik dalam keluarga, lingkungan bermain, maupun kehidupan di perkuliahan. Penelitian ini membutuhkan dua partisipan yang berusia dewasa awal yang menderita asma sejak kecil.

Dari penelitian ini didapatkan bahwa faktor utama penyebab asma adalah timbulnya stres yang didapat dari permasalahan keluarga, kuliah, dan pertemanan. Adanya penyakit asma yang didapat dari faktor keturunan menyebabkan orang tua lebih khawatir terhadap anak sehingga orangtua akan membatasi sang anak. Coping dapat membantu mengatasi asma, pada umumnya coping yang dilakukan tiap orang berbeda-beda walaupun menghadapi hal yang sama.

**Kata Kunci:** Asma, *Coping*, Stres, Dewasa awal.

ASMAKU TIMBUL DAN TENGGELAM STUDY OF EMOTIONAL STABILITY ON  
EARLY ADULTHOOD

Angelinna Limantara Permata Putri

Psikologi

Dr. Dra. Hartanti, M. Si

Dr. Mary Philia Elisabeth, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

ABSTRACT

Asthma not only caused by medical factors, but asthma can be caused by psychological factors. Some people does not understand about that, and they still uses and medicine. But not all of the people know about the side effect of using drug, and sometimes drugs can not reduce asthma. Futhermore some people on their early adulthood, in this stages people feels more stress because of some demands. Because of that we want to know dynamics of stress on people with asthma and to know about coping strategy that people with asthma used to reduce asthma that caused by psychological factors.

This research is an qualitative with interpretative paradigm or we can call with phenomenology, we choose this paradigm because researcher want to know about people with asthma think and feels. Futhermore researcher want to know about dynamics of life on people with asthma in family, peer group or in their colage in this research we need two participants that on their early adulthood and had asthma since childhood.

From this research we can conclude that triggers of asthma is some problems with family, colage, and their friends. Asthma that caused by hereditary made parents feels more anxiety and they try to prectect their child by give some rules that can made theirs child feels sefe from their perspective. Coping can help reduce some symptoms that caused by stress, and coping usually differents on every person even on the same problems

**Keywords:** Asthma, Coping, Stress, Early Adulthood.