

Gambaran Ketangguhan Keluarga dalam Merawat Pasien Skizofrenia

Liyanovitasari¹, Puji Lestari²

^{1,2} Prodi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

Jl. Diponegoro no 186 Gedanganak - Ungaran Timur, Kab. Semarang Jawa Tengah

Korespondensi penulis: pujilestari@unw.ac.id

Abstract. *The prevalence of Schizophrenia in adults is about 1 in 222 people (0.45%). Families caring for members suffering from schizophrenia need to build resilience to cope with the stress and pressure they face. Resilience is the process of staying firm and able to overcome existing sufferings, difficulties, and challenges. The purpose of this study is to find out the picture of family resilience in treating Schizophrenia patients. This type of research is quantitative observational with a descriptive approach. The population consists of all families caring for 100 schizophrenia patients. The number of samples in this study was 80 people with an accidental sampling technique. The family resilience measurement tool uses the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) questionnaire containing 25 statements with aspects of emotional regulation, impulse control, optimism, analysis of the cause of problems, empathy, self-efficacy, and reaching out. Univariate analysis in this study includes frequency distribution. The results of the study showed that family resilience was in the high category as many as 49 people (61.3%), medium category as many as 30 people (37.5%) and low category as many as 1 person (1.2%). It is expected that families will increase family resilience by participating in self-efficacy training, learning skills in relieving existing emotions, focusing on optimism so that they can reduce the stress experienced in caring for their family members who suffer from schizophrenia.*

Keyword: Resilience, family, schizophrenia

Abstrak. Prevalensi Skizofrenia pada orang dewasa adalah sekitar 1 dari 222 orang (0,45%). Keluarga yang merawat anggota yang menderita skizofrenia perlu membangun ketangguhan untuk mengatasi stres dan tekanan yang dihadapi. Ketahanan merupakan proses untuk tetap teguh dan mampu mengatasi penderitaan, kesulitan, dan tantangan yang ada. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran ketangguhan keluarga dalam merawat pasien Skizofrenia. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif observasional dengan pendekatan deskriptif. Populasi terdiri dari semua keluarga yang merawat pasien skizofrenia sebanyak 100 orang. Jumlah sampel pada penelitian ini yakni 80 orang dengan teknik sampling *accidental sampling*. Alat ukur ketangguhan keluarga menggunakan kuesioner Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) berisi 25 pernyataan dengan aspek pengaturan emosi, pengendalian impuls, optimism, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, dan *reaching out*. Analisis univariat dalam penelitian ini mencakup distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketangguhan keluarga dalam kategori tinggi sebanyak 49 orang (61,3%), kategori sedang sebanyak 30 orang (37,5 %) dan kategori rendah sebanyak 1 orang (1,2%). Diharapkan pada keluarga untuk meningkatkan ketangguhan keluarga dengan cara mengikuti pelatihan efikasi diri, mempelajari ketrampilan dalam meredakan emosi yang ada memfokuskan diri dengan optimisme sehingga mampu mengurangi stress yang dialami dalam merawat keluarganya yang menderita skizofrenia.

Kata Kunci: Ketangguhan, keluarga, skizofrenia

1. LATAR BELAKANG

Menurut informasi dari Badan Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2022, skizofrenia mempengaruhi sekitar 24 juta orang di seluruh dunia, atau sekitar 1 dari 300 orang (0,32%). Di kalangan orang dewasa, prevalensinya adalah sekitar 1 dari 222 orang (0,45%). Penyakit ini tidak sebanyak gangguan mental lainnya. Biasanya, skizofrenia mulai muncul pada akhir masa remaja atau awal usia dua puluhan, dan cenderung muncul lebih awal pada pria dibandingkan

wanita. Keluarga yang merawat anggota yang menderita skizofrenia perlu membangun ketangguhan untuk mengatasi stres dan tekanan yang dihadapi (Zausniewski, 2021). Menurut Wolin dan Wolin (2018) menjelaskan bahwa ketahanan merupakan proses untuk tetap teguh dan mampu mengatasi penderitaan, kesulitan, dan tantangan yang ada.

Ketangguhan dianggap sebagai kekuatan bawaan yang mencerminkan kemampuan individu untuk menghadapi kesulitan, menyelesaikan masalah, dan pulih dari pengalaman traumatis atau penderitaan (Hendriani, 2019). Untuk keluarga yang merawat pasien di rumah sakit dan menghadapi risiko tinggi terhadap stres, memiliki ketahanan psikologis, dukungan sosial, dan pendekatan khusus sangat penting (Pragholapati, 2020). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Rahmanisa *et al* (2021), yang menunjukkan bahwa seseorang dengan tingkat ketahanan yang tinggi memiliki kemampuan untuk bertahan dan pulih ketika menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan.

Ketangguhan keluarga mencakup kemampuan untuk menghadapi berbagai tantangan, tidak hanya dengan memberikan dukungan kepada anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan mental, tetapi juga dengan memiliki keterampilan interpersonal yang adaptif, seperti menerima umpan balik dan menunjukkan empati. Keluarga yang memiliki ketangguhan dapat berkembang menjadi lebih kuat dan sehat (Heru & Dreary, 2018). Penelitian tentang dampak ketangguhan terhadap pengasuh menunjukkan bahwa adaptasi, pemulihan, dan ketahanan pribadi pasangan penderita gangguan mental (83%) merupakan faktor utama yang mendukung perubahan positif (Zauszniewski, Bekhet, & Suresky, 2021). Meskipun ada beberapa faktor yang dapat menghambat ketangguhan keluarga dengan anggota yang mengalami gangguan mental, ketangguhan tersebut dapat berkembang dengan baik jika keluarga cukup kuat dan mampu mengatasi berbagai tantangan (Zauszniewski, Bekhet, & Suresky, 2021).

Faktor-faktor pribadi yang dapat memengaruhi ketangguhan keluarga meliputi keyakinan diri (*self-efficacy*), harapan (*hope*), dan cara mengatasi masalah (*coping*) (Mariani, 2019). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa ketangguhan dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup efikasi diri dan optimisme, seperti keyakinan bahwa merawat penderita skizofrenia bisa menjadi lebih mudah (Irwan, 2017). Di sisi lain, dukungan sosial, sebagaimana dijelaskan oleh Rahmanisa *et al.* (2021), berfungsi sebagai sumber kekuatan dan dukungan dari orang-orang di sekitar, seperti teman, rekan kerja, tetangga, dan lainnya. Keluarga perlu aktif dalam jaringan dukungan sosial dan memastikan adanya sistem pendukung dari lingkungan sekitar agar mereka dapat membangun hubungan positif dengan orang-orang di sekitarnya (Cooper *et al.*, 2020).

Perjalanan merawat pasien skizofrenia tidak selalu mudah, dan keluarga sering kali menghadapi berbagai masalah yang dapat menempatkan mereka dalam situasi sulit dan tidak menyenangkan. Ketidakcocokan antara kenyataan dan harapan dapat menambah tekanan khusus bagi individu. Dalam menghadapi tantangan-tantangan ini, keluarga membutuhkan ketangguhan yang besar untuk menghadapinya. Ketangguhan dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengatasi kecemasan, stres, dan respon terhadap stres, bahkan depresi (Connor & Davidson, 2023). Individu dengan ketangguhan yang baik mampu bangkit dari penderitaan, stres, dan tekanan, serta mencari solusi efektif untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Menurut Tugade & Fredrickson (2020) menjelaskan bahwa orang yang memiliki kemampuan adaptasi tinggi dapat dengan cepat menyesuaikan diri dengan perubahan atau hal baru dalam kehidupannya.

2. KAJIAN TEORITIS

Menurut Connor & Davidson (2023) menyatakan bahwa resiliensi adalah kualitas yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk menghadapi kesulitan dan masalah. Menurut Reivich, K. & Shatte, A (2017) menjelaskan bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit. Menurut Connor dan Davidson (2023), ada lima aspek yang termasuk dalam resiliensi: pertama, kompetensi pribadi; kedua, kepercayaan diri yang mencakup sikap toleransi terhadap dampak negatif dan ketahanan dalam menghadapi berbagai stres; ketiga, proses penerimaan perubahan positif; keempat, kemampuan untuk membangun hubungan yang aman dengan orang lain; dan kelima, kemampuan untuk mengontrol diri serta pengaruh spiritual.

Penelitian sebelumnya oleh A'isyah (2017) mengeksplorasi hubungan antara penerimaan diri dan resiliensi pada remaja di panti asuhan di Kabupaten Pati. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variabel tersebut. Penelitian lain oleh Anjarwati dan Hurriyati (2020) juga menemukan hubungan positif antara penerimaan diri dan resiliensi pada penderita Thalassaemia yang berada di Yayasan Thalassaemia Indonesia cabang Palembang. Selain itu, penelitian Huang *et al* (2020) menunjukkan bahwa kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor sosiodemografis, serta bahwa penerimaan diri, dukungan sosial yang dirasakan, dan ketahanan merupakan faktor-faktor yang mendukung kondisi kesehatan mental.

Kesamaan antara penelitian sebelumnya dan penelitian ini terletak pada variabel yang diteliti, yakni penerimaan diri dan resiliensi, serta metode kuantitatif korelasional yang digunakan. Perbedaannya terletak pada subjek penelitian; penelitian sebelumnya melibatkan remaja panti asuhan, sementara penelitian ini fokus pada keluarga yang merawat pasien

skizofrenia. Mengingat fenomena resiliensi dan penerimaan diri yang masih relevan bagi keluarga perawat pasien skizofrenia, peneliti ingin menyelidiki lebih lanjut hubungan antara penerimaan diri dan resiliensi dalam konteks ini.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif observasional dengan pendekatan deskriptif. Populasi terdiri dari semua keluarga yang merawat pasien skizofrenia di RSUD Salatiga sebanyak 100 orang. Jumlah sampel pada penelitian ini yakni 80 orang dengan teknik sampling accidental sampling. Alat ukur ketangguhan keluarga menggunakan kuesioner Connor-Davidson Resillience Scale (CD-RISC) 25 pernyataan dengan aspek pengaturan emosi, pengendalian impuls, optimism, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, dan *reaching out*. Pilihan jawaban sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju. Hasil ukur dari ketangguhan keluarga adalah ketangguhan rendah (25-50), sedang (51-75), dan tinggi (76-100). Analisis univariat dalam penelitian ini mencakup distribusi frekuensi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Usia Responden

Sampel responden berdasarkan umur responden dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 1. 1 Usia Responden

Usia	Jumlah	Presentase
Remaja Akhir	20	25.0%
Dewasa Awal	38	47.5%
Dewasa Akhir	12	15.0%
Lansia Awal	10	12.5%
Jumlah	80	100%

Sumber: Output yang diolah pada SPSS 26 (2024)

Berdasarkan table 1.1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar usia responden adalah kategori dewasa awal sebanyak 38 responden (47,5%) dan yang terendah adalah kategori lansia awal sebanyak 10 responden (12,5%).

2. Lama Merawat

Sampel responden berdasarkan lama merawat pasien skizofrenia dapat dilihat pada table dibawah ini

Tabel 1. 2 Lama Merawat

Lama Merawat	Jumlah	Presentase
1-2 Tahun	29	36.3%
3-4 Tahun	38	47.5%
5 Tahun Keatas	13	16.3%
Jumlah	80	100%

Sumber: Output yang diolah pada SPSS 26 (2024)

Berdasarkan tabel 1.2 menunjukkan bahwa keluarga lama merawat pasien skizofrenia sebagian besar adalah 3-4 tahun sebanyak 38 responden (47,5%).

3. Jenis Kelamin

Sampel responden berdasarkan Jenis Kelamin responden dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1. 3 Jenis Kelamin

Usia	Jumlah	Presentase
Laki Laki	41	51.2%
Perempuan	39	48.8%
Jumlah	80	100%

Sumber: Output yang diolah pada SPSS 26 (2024)

Berdasarkan table 1.3 diatas menunjukkan bahwa jenis kelamin responden Sebagian besar adalah Perempuan sebanyak 39 responden (48,8%).

4. Ketanggungan Keluarga

Distribusi frekuensi ketanggungan keluarga yang merawat pasien skizofrenia

Tabel 1. 4 Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Ketanggungan

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	1	1,3%
Sedang	30	37,5%
Tinggi	49	61,3%
Total	80	100%

Berdasarkan table 1.4 menunjukkan bahwa kategori ketanggungan keluarga sebagian besar adalah kategori tinggi sebanyak 49 responden (61,3%), kategori sedang 30 responden (37,5%), dan rendah 1 responden (1,3%).

Berdasarkan hasil penelitian ketanggungan pada keluarga yang merawat pasien Skizofrenia, dianalisis menggunakan jawaban responden dimana dalam penelitian di dapatkan hasil keluarga yang merawat pasien skizofrenia memiliki ketanggungan tinggi yang berjumlah

49 orang (61,3%), ketangguhan sedang sebanyak 30 orang (37,5%) dan ketangguhan rendah sebanyak 1 orang (1,2%).

Berdasarkan data di atas terlihat bahwasannya responden yang memiliki ketangguhan tinggi paling banyak berjenis kelamin laki laki sebanyak 48 responden. Laki laki cenderung memiliki sikap positif lebih banyak daripada perempuan dalam situasi gangguan jiwa. Hal ini memengaruhi sikap mereka dalam menilai situasi, membuat laki laki lebih siap memberikan pertolongan pertama pada orang dengan gangguan jiwa, meskipun hal tersebut memerlukan keberanian.

Mayoritas keluarga yang merawat klien gangguan jiwa yaitu 1-5 tahun. Pengalaman menjadi pengasuh keluarga dalam jangka panjang dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap pertumbuhan pengetahuan. Jumlah waktu yang dihabiskan keluarga untuk memberikan perawatan bagi individu dengan masalah kesehatan mental memperluas pengetahuan mereka tentang penyakit mental (Roellyana & Listiyandini, 2020).

Ketangguhan merupakan kualitas yang sangat penting untuk dimiliki. Kualitas ini membantu mengubah cara pandang terhadap situasi yang mengancam menjadi lebih aman, sehingga dapat meningkatkan kinerja dan kesehatan (Utami & Helmi, 2019). Selain itu menurut Lete, Kusuma, & Rosdiana (2019) menyatakan bahwa ketangguhan dapat mengurangi efek negatif dari stres. Individu yang memiliki tingkat ketangguhan tinggi cenderung lebih efektif dalam menjaga kesehatan mereka ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan.

Berbagai faktor yang mempengaruhi ketangguhan meliputi Latihan dan pengalaman, pola asuh orangtua, dukungan sosial, optimisme, serta gender. Selain itu, efikasi diri juga merupakan faktor penting yang memengaruhi ketangguhan (Utami, & Helmi, 2019). Penelitian oleh Rahmawati et al (2018) pada taruna di Sekolah Tinggi Perikanan (STP) menunjukkan bahwa “Efikasi diri adalah faktor penting yang mendukung taruna untuk tetap bertahan dalam pendidikan mereka. Selain itu, optimisme dan faktor protektif seperti dukungan sumber daya, komunitas sosial, dukungan keluarga, dan karakteristik positif individu juga memiliki pengaruh signifikan.” Menurut Kurnia et al (2019) menyatakan bahwa “Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengenali dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu.”

Menurut Cooper et al (2020) menjelaskan bahwa beberapa aspek dalam ketangguhan mental sebagai berikut: (1) *Thrive through challenge*. Aspek ini merujuk pada sikap atau penilaian diri yang memungkinkan individu untuk menghadapi beragam rintangan, baik dari faktor internal maupun eksternal. (2) *Sport awareness*. Aspek ini mencakup nilai dan sikap yang berkaitan dengan performa tim atau individu. (3) *Tough attitude*. Aspek ini

menggambarkan bagaimana individu menilai diri mereka sendiri atau sikap mereka dalam menghadapi tantangan atau tekanan, baik bersifat positif dan negatif.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ketangguhan keluarga yang merawat pasien skizofrenia adalah kategori tinggi sebanyak 49 responden (61,3%). Disarankan pada keluarga untuk meningkatkan ketangguhan keluarga dengan cara mengikuti pelatihan efikasi diri, mempelajari keterampilan dalam meredakan emosi yang ada, memfokuskan diri dengan optimisme, sehingga mampu mengurangi stress yang dialami individu caregiver itu sendiri maupun pasien yang mereka rawat.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih banyak kepada Direktur RSUD Salatiga terutama di bagian poli jiwa yang telah memberikan kesempatan dan memfasilitasi kami dalam melakukan penelitian ini.

7. DAFTAR REFERENSI

- A'isyah, S. (2017). Hubungan antara penerimaan diri dengan resiliensi pada remaja panti asuhan di kabupaten pati (Doctoral dissertation, Fakultas Psikologi UNISSULA)
- Anjarwati, L., & Hurriyati, D. (2020). Penerimaan diri dan resiliensi penderita thalassaemia saat menjalankan perawatan. *Jurnal Al-Qalb*, 11(2), 22–31.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2023). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2). <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cooper, A. L., Brown, J. A., Rees, C. S., & Leslie, G. D. (2020). Nurse resilience: A concept analysis. *International Journal of Mental Health Nursing*, 29(4). <https://doi.org/10.1111/inm.12721>
- Hendriani, W. (2019). *Resiliensi Psikologis*. Jakarta: Prenamedia Group.
- Heru, A. & Dreary, L.M. (2018). Developing Family Resilience in Chronic Psychiatric Illness. *Journal of Medicine & Health*, 94(2).
- Huang, Y., Wu, R., Wu, J., Yang, Q., Zheng, S., & Wu, K. (2020). Psychological resilience , self-acceptance , perceived social support and their associations with mental health of incarcerated offenders in China. *Asian Journal of Psychiatry*, 52(22), 102–166
- Irwan. (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: CV. Absolute Media.
- Kurnia, T. A., Trisyani, Y., & Prawesti, A. (2019). Factors Associated with Nurses' Self-Efficacy in Applying Palliative Care in Intensive Care Unit. *Jurnal Ners*, 13(2), 219. <https://doi.org/10.20473/jn.v13i2.9986>

- Lete, G. R., Kusuma, F. H. D., & Rosdiana, Y. (2019). Hubungan Antara Harga Diri dengan Resiliensi Remaja di Bakti Luhur Malan. *Nursing News*, 4(1).
- Mariani, B. U. (2019). Faktor-Faktor Personal Sebagai Prediktor Terhadap Resiliensi Perawat di Rumah Sakit Penyakit Infeksi Prof. Dr. Sulianti Saroso. *The Indonesian Journal of Infectious Disease*, 14-21.
- Pragholapati, A. (2020). Resiliensi Pada Kondisi Wabah Covid-19. 1-9. <https://doi.org/10.35542/osf.io/3r8jk>
- Rahmanisa, R., Rahmat, H. K., Cahaya, I. (2021). Strategi Mengembangkan Resiliensi Individu di Tengah Masa Pandemi Covid-19 Menggunakan Islamic Art Therapy. *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, I(1), 39-52.
- Rahmawati, R. E., Widiyanti, anggriyana tri, & Sajodin. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Caregiver Penderita Skizofrenia Di Klinik. *Jurnal Keperawatan 'Aisviva'*, 5(1).
- Reivich, K. & Shatte, A. (2017). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Broadway Books.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2020). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. I. (2020). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experience. *Journal of Personality and social psychology* 86(2), 320-333.
- Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2019). Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1). <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.18419>
- WHO. (2022). WHO:23 Juta Warga Dunia Idap Skizofrenia-CNN Indonesia. <https://cnnindonesia.com>.
- Wolin, S., & Wolin, S. (2018). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. Villard Books
- Zauszniewski, J., Bekhet, A. & Suresky, M.J. (2021). Resilience in Family Members of Person with Serious Mental Illness. *Nursing Clinics of North America*. 45 (4), 1110-1125, doi: 10.1016/j.cur.2010.06.007.