

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan mental yakni sebuah keadaan di mana seseorang mengalami pola perilaku yang berhubungan dengan kesakitan dan penurunan fungsi di satu atau lebih area penting kehidupan, seperti aspek psikologis, perilaku, dan biologis. Gangguan ini dapat memengaruhi hubungan individu dengan dirinya sendiri serta dengan masyarakat (Kemenkes, 2018).

Menurut data Badan Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2022, Skizofrenia mempengaruhi sekitar 24 juta orang atau 1 dari 300 orang (0,32%) di seluruh dunia. Angka ini adalah 1 dari 222 orang (0,45%) di kalangan orang dewasa. Penyakit ini tidak sesering gangguan mental lainnya. Onset paling sering terjadi pada masa remaja akhir dan usia dua puluhan, dan onset cenderung terjadi lebih awal pada pria dibandingkan pada wanita.

Orang yang menderita skizofrenia sering kali dianggap berbahaya, kurang cerdas, dan aneh, dan seringkali dipandang sulit untuk disembuhkan. Adanya persepsi ini, penderita skizofrenia terkadang tidak menerima perawatan medis yang memadai dan justru disembunyikan atau dibawa ke dukun (Lestari & Wardhani, 2014). Ketakutan akan penilaian negatif dari orang-orang terdekat sering kali menambah stres bagi keluarga penderita skizofrenia (Suhron, 2017).

Merawat seseorang dengan gangguan jiwa adalah sebuah tantangan besar. Selain harus mendampingi penderita dalam aktivitas sehari-hari, mereka sering kali menunjukkan perilaku agresif dan emosi yang sulit dikendalikan. Oleh karena itu, tidak mengherankan jika para caregiver yang merawat penderita gangguan jiwa dapat mengalami stres dan bahkan gangguan mental seiring berjalannya waktu (Fadli, 2019). Caregiver yang dimaksud pada penelitian ini yakni anggota keluarga yang memberikan dukungan informal seperti bantuan fisik, keuangan, panduan, pertemanan, dan interaksi sosial kepada individu dengan masalah kesehatan, pemenuhan kebutuhan sehari-hari (Nainggolan, 2013).

Peran keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengidap skizofrenia mencakup tugas-tugas dasar seperti membantu dalam aktivitas makan, berpakaian, mandi, dan toileting. Selain itu, mereka juga harus menangani tugas sehari-hari seperti berbelanja, memasak, dan pekerjaan rumah tangga lainnya. Hal ini seringkali memunculkan emosi negatif pada keluarga, seperti ketakutan ketika penderita mengalami kambuh dengan gejala emosi yang tidak terkendali dan kekhawatiran tentang masa depan penderita setelah mereka tidak ada lagi. Karena rutinitas yang padat dan tekanan emosional, keluarga sering merasakan kelelahan dan

stres psikologis seperti kecemasan, kemarahan, masalah sosial, dan kesulitan dalam hubungan interpersonal (Dikici, Eser, dan Cokmus, 2018). Keluarga yang memberi perawatan terhadap anggota keluarga yang mengidap skizofrenia agar mampu mengatasi stres dan tekanan tersebut dengan cara membangun ketangguhan keluarga (Zausniewski, 2010). Wolin dan Wolin (1993) menjelaskan bahwa ketahanan adalah tahapan agar tetap kuat dan mampu menghadapi penderitaan, kesulitan, dan tantangan yang muncul.

Ketangguhan dipandang sebagai kekuatan bawaan yang mencerminkan kemampuan individu untuk menghadapi kesulitan, menangani masalah, dan pulih dari pengalaman traumatis atau penderitaan yang telah dialami (Hendriani, 2018). Bagi keluarga yang merawat pasien di rumah sakit dengan risiko tinggi terhadap stres, memiliki ketahanan psikologis, dukungan sosial, dan pendekatan khusus sangatlah penting (Pragholapati, 2020). Pandangan ini sejalan dengan temuan Rahmanisa et al. (2021), yang menunjukkan bahwasannya seseorang dengan tingkat ketahanan yang baik memiliki kemampuan untuk bertahan dan pulih saat menghadapi beragam 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 fleksibel, seperti kemampuan untuk menerima umpan balik dan menunjukkan empati. Keluarga yang memiliki ketangguhan dapat tumbuh menjadi lebih kuat dan sehat (Heru & Dreary, 2011). Penelitian mengenai pengaruh ketangguhan terhadap pengasuh menunjukkan bahwa adaptasi, pemulihan, dan ketahanan pribadi pasangan penderita gangguan mental (83%) adalah faktor utama yang mendukung terjadinya perubahan positif (Zauszniewski, Bekhet, & Suresky, 2018). Meskipun ada beberapa faktor yang dapat menghalangi ketangguhan keluarga dengan anggota yang mengalami gangguan mental, ketangguhan tersebut dapat berkembang dengan baik jika keluarga cukup kuat dan mampu mengatasi tantangan-tantangan tersebut (Zauszniewski, 2010).

Faktor-faktor pribadi yang dapat memengaruhi ketangguhan keluarga ialah keyakinan diri (*self efficacy*), harapan (*hope*), dan cara mengatasi masalah (*coping*) (Mariani, 2017). Temuan ini sesuai dengan penelitian pendahuluan yang mengemukakan bahwasannya ketangguhan dipengaruhi faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi efikasi diri dan optimisme, misalnya, percaya bahwa merawat penderita skizofrenia menjadi lebih mudah (Irwan, 2017). Sementara itu, dukungan sosial, seperti yang dijelaskan oleh Rahmanisa et al. (2021), dianggap sebagai sumber kekuatan dan dukungan dari orang-orang di sekitarnya, termasuk teman, rekan kerja, tetangga, dan lainnya. Keluarga harus aktif dalam jaringan dukungan sosial serta

lingkungan yang perlu menyediakannya sistem pendukung agar keluarga mampu menjalin hubungan yang positif dengan orang-orang di sekitarnya (Cooper *et al.*, 2020).

Efikasi diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan diri dan meraih keberhasilan dalam perilaku tertentu. Selain itu, efikasi diri juga berperan dalam ketangguhan keluarga. Efikasi diri mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menangani masalah dan mencapai hasil yang positif (Utami & Helmi, 2017). Selain itu, efikasi diri juga merupakan faktor yang memengaruhi tingkat resiliensi individu, baik yang tinggi maupun rendah (Mahesti & Rustika, 2020).

Ketangguhan merupakan kualitas yang sangat vital, terutama bagi individu yang merawat anggota keluarga yang sakit. Dalam merawat orang dengan penyakit fisik, keluarga dapat memanfaatkan berbagai strategi psikologis, dukungan sosial, dan metode penanggulangan khusus (Pragholapati, 2020). Ketangguhan dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi aspek seperti spiritualitas, efikasi diri, optimisme, dan harga diri, sementara faktor eksternal mencakup dukungan sosial (Missasi & Izzati, 2019).

Perjalanan dalam merawat pasien skizofrenia tidak selalu menyenangkan, keluarga berkemungkinan mendapatkan beberapa masalah yang dapat membuatnya berada dalam keadaan sulit dan tidak menyenangkan. Kondisi dimana kenyataan tak sesuai harapan mampu menjadi tekanan khusus bagi individu. Menghadapi hal-hal sulit selama merawat pasien skizofrenia, keluarga membutuhkan daya tangguh yang cukup besar untuk melewatinya. Ketangguhan dapat diartikan sebagai suatu kemampuan individu untuk menyingkirkan rasa cemas, stress, respon terhadap stress bahkan depresi (Connor & Davidson, 2019).

Individu dengan ketangguhan yang baik mampu bangkit dari penderitaan, stress, dan tekanan, serta berusaha menemukan solusi yang efektif untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Siebert (2005) menjelaskan orang yang memiliki kemampuan beradaptasi yang tinggi dapat dengan cepat beradaptasi pada sesuatu yang baru terjadi dalam kehidupannya. Menurut Holaday & McPherson (2017), salah satu faktor yang mampu meningkatkan ketangguhan individu yakni kemampuan untuk tidak menyalahkan diri sendiri atas kesulitan yang dialami dan kontrol diri yang baik yang dikenal dengan istilah efikasi diri. Sofiachudairi dan Setyawan (2018) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa individu yang tangguh mempunyai efikasi diri pada dirinya sendiri.

Efikasi diri dapat membantu memberikan ketangguhan emosional dan meningkatkan kesejahteraan bagi keluarga (Neff, 2021). Individu yang memiliki efikasi diri tinggi memberikan perhatian serta kebaikan pada dirinya ketika sedang menghadapi peristiwa tidak menyenangkan (Allen & Leary, 2010). Ketika individu merasa terisolasi akibat tekanan berat,

mengalami penderitaan, dan berada dalam situasi yang tidak diinginkan, mereka cenderung merasa lemah dan gagal. Pada saat-saat seperti ini, penting bagi individu untuk memiliki kontrol diri agar tidak menyalahkan diri sendiri atas situasi yang terjadi.

Berdasarkan penjelasan tentang dinamika psikologis di atas bisa ditarik kesimpulan bahwasannya efikasi diri berpotensi meningkatkan ketangguhan dalam diri keluarga agar mampu mengatasi segala kesulitan serta tekanan selama memberikan perawatan bagi pasien skizofrenia.

Apabila seseorang memiliki efikasi diri maka akan membantu mereka tetap tangguh pada keadaan sulit.

Dari hasil studi pendahuluan pada 14 Desember 2023 di RSUD Salatiga. Saya telah melakukan observasi secara langsung di lokasi tersebut, kemudian saya melakukan wawancara dengan perawat poli jiwa dan beberapa keluarga pasien dan saya mengamati situasi dan kondisi di sekitarnya. Hasil wawancara saya dengan perawat poli jiwa dan keluarga pasien, terdapat total data dari 150 pasien selama 3 bulan terakhir. Bahwa dari 10 keluarga yang merawat pasien skizofrenia, 5 keluarga menunjukkan efikasi diri yang tinggi dengan mengantar, mendampingi dan selalu optimis akan kesembuhan salah 1 anggota keluarganya yang mengidap skizofrenia, yang terlihat dari kemampuan mereka dalam merawat anggota keluarga yang mengidap skizofrenia dengan ketangguhan keluarga tinggi 3 keluarga pasien skizofrenia memiliki efikasi diri rendah dengan ketangguhan keluarga tinggi, keluarga merasa pesimis dengan kesembuhan anggota keluarganya yang menderita skizofrenia. Adapun 2 keluarga memiliki efikasi diri sedang dan ketangguhan keluarga sedang.

Begitu pentingnya efikasi diri dalam meningkatkan ketangguhan, namun belum banyak dilakukan penelitian terkait hubungan antara efikasi diri dengan ketangguhan keluarga, pada keluarga yang memiliki anggota keluarga penderita skizofrenia. Oleh karena itu, berdasarkan paparan di atas, maka peneliti tertarik meneliti “Hubungan Efikasi Diri dengan Ketangguhan Keluarga Yang Merawat Pasien Skizofrenia di Poli Jiwa RSUD Salatiga”

Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan efikasi diri dengan ketangguhan keluarga yang merawat penderita skizofrenia di Poli Jiwa RSUD Salatiga?

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini memiliki tujuan guna menganalisis hubungan efikasi diri dengan ketangguhan keluarga yang mempunyai anggota keluarga penderita skizofrenia di Poli

Jiwa RSUD Salatiga.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dilakukannya penelitian ini yakni:

- a. Mengidentifikasi gambaran efikasi diri keluarga di Poli Jiwa RSUD Salatiga.
- b. Mengidentifikasi gambaran ketangguhan keluarga di Poli Jiwa RSUD Salatiga.
- c. Menganalisis hubungan antara efikasi diri dengan ketangguhan keluarga yang mempunyai anggota keluarga penderita skizofrenia di Poli Jiwa RSUD Salatiga.

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

- a. Peneliti akan memperoleh wawasan yang lebih mendalam mengenai hubungan antara efikasi diri dan ketangguhan pada caregiver keluarga yang merawat anggota keluarga penderita skizofrenia, serta mengembangkan keahlian dalam melakukan penelitian di bidang tersebut.
- b. Hasil penelitian ini dapat menjadi kontribusi penting untuk literatur ilmiah tentang peran efikasi diri dalam meningkatkan ketangguhan caregiver keluarga penderita skizofrenia, memperkaya pengetahuan di bidang psikologi, kesehatan jiwa, dan kesejahteraan keluarga.

2. Bagi Instansi

- a. Penelitian ini dapat membantu RSUD Salatiga dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi ketangguhan caregiver keluarga penderita skizofrenia, sehingga mampu meningkatkan layanan dan dukungan yang diberikan kepada keluarga pasien.
- b. Hasil penelitian mampu dijadikan landasan guna mengembangkan program pendidikan dan motivasi khusus bagi caregiver keluarga di poli jiwa RSUD Salatiga.

3. Bagi Responden

- a. Responden akan mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya efikasi diri dalam menghadapi tantangan merawat anggota keluarga yang mengidap skizofrenia.
- b. Hasil penelitian ini dapat membantu caregiver dalam mengidentifikasi area di

mana mereka memerlukan dukungan tambahan, sehingga mereka dapat mengatasi stres dan tuntutan peran mereka dengan lebih baik.