

## MANFAAT DUKUNGAN EMOSIONAL DAN KOPING SPIRITUAL TERHADAP DISTRESS PSIKOLOGIS PADA PELAKU RAWAT ORANG DENGAN SKIZOFRENIA

Muri Cahyono Purba<sup>1</sup>, Achir Yani S. Hamid<sup>2</sup>, Novy H.C. Daulima<sup>3</sup>  
Universitas Indonesia<sup>1,2,3</sup>  
muri@ui.ac.id<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis manfaat dukungan emosional dan koping spiritual terhadap distress psikologis pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia. Metode yang digunakan adalah *systematic review* melalui pencarian artikel yang disesuaikan terhadap rumusan pertanyaan penelitian dengan formula PICO pada database EBSCOhost, ProQuest, SpringerLink, ScienceDirect, dan Clinicalkey for Nursing. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional dan koping spiritual dapat meningkatkan ketrampilan koping sehingga mengurangi disres psikologis dan meminimalkan efek kehilangan diri hingga depresi. Simpulan, dukungan emosional dan koping spiritual memiliki manfaat sebagai koping adaptif terhadap distress psikologis pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia.

Kata kunci: Distress Psikologis, Dukungan Emosional, Koping Spiritual

### ABSTRACT

*This study aims to analyze the benefits of emotional support and spiritual coping against psychological distress in caregivers of people with schizophrenia. The method used is a systematic review through an adjusted article search for the formulation of research questions with the PICO formula in the EBSCOhost, ProQuest, SpringerLink, ScienceDirect, and Clinicalkey for Nursing databases. The results showed that emotional support and spiritual coping can improve coping skills thereby reducing psychological distress and minimizing the effects of loss of self to depression. In conclusion, emotional support and spiritual coping have benefits as adaptive coping to psychological distress in caregivers of people with schizophrenia.*

*Keywords: Emotional Support, Psychological Disorders, Spiritual Coping*

### PENDAHULUAN

Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) merupakan individu yang mengalami gangguan dalam pikiran, perilaku, dan perasaan yang dimanifestasikan dalam bentuk sekumpulan gejala atau perubahan perilaku yang bermakna, serta dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsi sebagai manusia (Riskesdas kemenkes RI, 2020). Gangguan jiwa di Indonesia diperoleh data prevalensi (per mil) rumah tangga dengan Anggota Rumah Tangga (ART) gangguan jiwa skizoprenia atau psikosis mengalami kenaikan, data dari 1,7 per mil naik menjadi 7 per mil rumah tangga, (Riskesdas, 2020). Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa

jumlah penderita skizofrenia setiap tahunnya terus mengalami peningkatan (Maulana et al, 2019).

Skizofrenia merupakan salah satu gangguan jiwa berat yang dapat mempengaruhi pikiran, perasaan, dan perilaku individu. Skizofrenia juga merupakan bagian dari gangguan psikosis yang terutama ditandai dengan kehilangan pemahaman terhadap realitas dan hilangnya daya tilik diri (*insight*) (Tiara et al., 2020). Orang dengan skizofrenia pada umumnya memerlukan perawatan khusus meskipun tidak semua kasus skizofrenia memerlukan rawat inap di rumah sakit, akan tetapi pengawasan sangat diperlukan karena memungkinkan bahaya bagi diri pasien sendiri dan orang lain (Holder & Wayhs, 2020).

Proses perawatan pada orang dengan skizofrenia membutuhkan pelaku rawat untuk mendukung, merawat, dan memenuhi segala kebutuhan orang dengan skizofrenia. Pengobatan orang dengan skizofrenia berlangsung dalam waktu yang panjang dan hal ini dapat menjadi sumber stress dan menjadi beban pelaku rawat (Suaryana, Aryani & Lesmana, 2020). Pelaku rawat orang dengan skizofrenia merasakan beban pada level yang tinggi, sedangkan beban keluarga sendiri merupakan tingkat pengalaman distress keluarga sebagai efek dari kondisi anggota keluarganya. Kondisi tersebut dapat menyebabkan meningkatnya stress emosional (Zaman et al., 2023). Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa pelaku rawat orang dengan skizofrenia mempunyai pengalaman distress psikologis dan rasa khawatir dalam proses merawat klien (Noer & Bumi, 2020). Proses merawat orang dengan skizofrenia menciptakan situasi yang penuh emosional dan distress psikologis sehingga pelaku rawat juga sering menghadapi masalah kesehatan fisik, psikologis, finansial, dan sosial (Idayati & Suci, 2023).

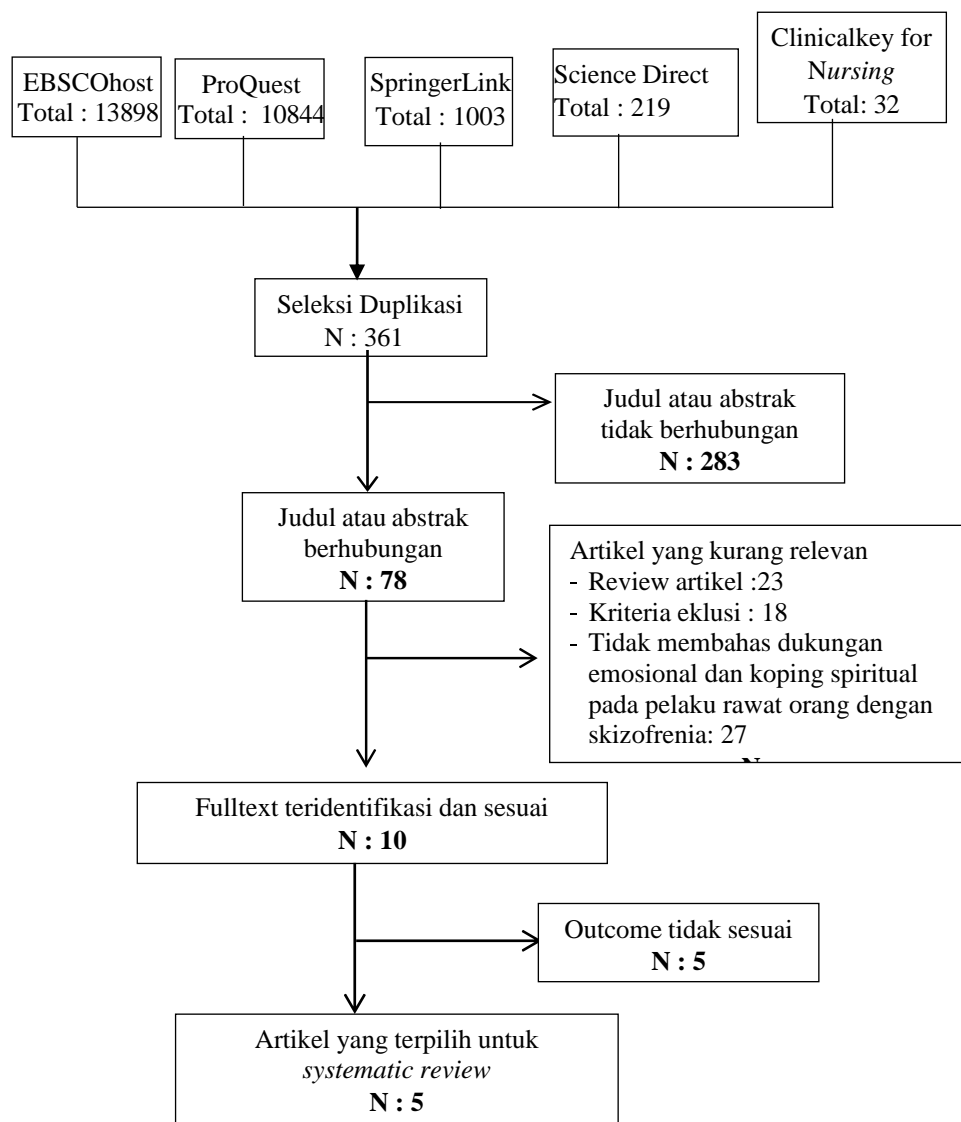
Strategi koping yang efektif melalui dukungan emosional dan spiritual diperlukan untuk mengatasi masalah yang timbul pada pelaku rawat selama merawat orang dengan skizofrenia (Renylda, Afridawaty & Marinda, 2022). Dukungan emosional merupakan fungsi afektif keluarga yang harus diberikan kepada seluruh anggota keluarga dalam memenuhi kebutuhan psikososial anggota keluarga dengan saling mengasahi, cinta kasih, kehangatan, dan saling mendukung dan menghargai antar anggota keluarga (Noer & Bumi, 2020), sedangkan koping spiritual adalah bentuk koping yang menggunakan pendekatan keagamaan untuk mengatasi masalah karena didasari keyakinan bahwa Tuhan akan membantu seseorang yang mempunyai masalah (Tiara et al., 2020).

Kebaruan dari penelitian dibanding penelitian sebelumnya yang relevan adalah pada penelitian ini selain bertujuan untuk mengetahui manfaat dukungan emosional dan koping spiritual tetapi juga menganalisis manfaatnya terhadap distress psikologis pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia. Sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis manfaat dukungan emosional dan koping spiritual terhadap distress psikologis pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah tinjauan sistematik dengan menyusun pertanyaan klinis berdasarkan PICO *framework*, yaitu: (1) *Population/problem*, (2) *Intervention*, (3) *Outcome*. Penulisan artikel ini dilakukan dengan penelusuran literatur yang dilakukan melalui pencarian di *database online*. Pencarian literatur dilakukan secara sistematik menggunakan tuga *database online* yaitu *ScienceDirect*, *Proquest* dan *Scopus*. Kata kunci pencarian yang digunakan adalah *caregivers of people with schizophrenia AND psychological distress AND emotional support AND spiritual coping*. Peneliti menggunakan “AND” sebagai *boolean operator*

bertujuan untuk mengkombinasikan konsep dan aspek yang berbeda sebagai kata kunci pencarian sehingga mempersempit dokumen yang akan diperoleh. Peneliti menetapkan filter pencarian yang digunakan sesuai dengan kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu artikel penelitian yang membahas tentang dukungan emosional dan koping spiritual dalam mengurangi distress psikologis pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia, tahun terbit artikel dengan rentang 2020 – 2023 dan merupakan artikel berbahasa inggris, serta jenis artikel menggunakan metode kuantitatif maupun kualitatif. Pengecualian pada artikel yang tidak dapat menampilkan secara *full text*. Karakteristik artikel yang termasuk dalam pencarian yaitu artikel *cross-sectional* dan *qualitative*. Terdapat sejumlah 25.996 artikel yang ditemukan sesuai kata kunci yang sudah dirumuskan. Setelah artikel tersebut dievaluasi sesuai kriteria inklusi dan kriteria eksklusi yang sudah ditetapkan didapatkan 5 artikel untuk di review. Rincian strategi pencarian artikel yang memenuhi syarat ditinjau dan dianalisis menggunakan *flowchart* PRISMA seperti pada gambar 1.



Gambar 1.  
Skema Alur *Sistematic Review* yang diteliti

## HASIL PENELITIAN

Strategi koping yang efektif diperlukan dalam mengatasi distress psikologis yang dihadapi, sehingga individu tidak hanya dapat bertahan, tetapi juga dapat menghadapi kesulitan. Manfaat yang akan dicapai dari dukungan emosional dan koping spiritual adalah sebagai strategi koping terhadap distress psikologis pada pelaku rawat pasien dengan skizofrenia. Hasil review artikel penelitian disajikan pada tabel 1.

Tabel 1.  
Hasil Telaah Artikel

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Ong, Hui Chien., Ibrahim, Norhayati., Wahab, Suzaily. (2022). Psychological distress, perceived stigma, and coping among caregivers of patients with schizophrenia	<i>cross-sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 31,5% pelaku rawat mengalami distress psikologis. Penolakan komunitas berhubungan positif dengan distress psikologis. Pada subskala koping, distress psikologis memiliki korelasi positif dengan penggunaan dukungan emosional, sementara berkorelasi negatif dengan “reframing positif”.
Triana, Lidya., Sudjarmiko, Iwan Gardono. (2021). The role of religious coping in caregiving stress	<i>cross-sectional</i>	Penelitian ini dilakukan pada 50 pelaku rawat orang dengan skizofrenia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa deprivasi relasional yang lebih tinggi akan menyebabkan peningkatan depresi, tetapi mekanisme koping religius dapat mengurangi efek deprivasi relasional terhadap depresi. Koping religius juga dapat meminimalkan efek kehilangan diri hingga depresi.
Rao, Pradyumna., Grover, Sandeep., Chakrabarti, Subho. (2020). Coping with caregiving stress among caregivers of patient with schizophrenia	<i>cross-sectional</i>	Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi strategi koping yang meliputi koping religius yang digunakan oleh pelaku rawat pasien skizofrenia. Sejumlah 100 pelaku rawat dievaluasi menggunakan <i>Ways of the questionnaire</i> , <i>Brief religious coping scale</i> , dan <i>General Health Questionnaire</i> (GHQ-12). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaku rawat menggunakan campuran strategi koping adaptif dan maladaptif, termasuk koping religius. Penggunaan koping religius berhubungan dengan distress psikologis yang lebih rendah pada pelaku rawat.
Zaman, Badrul., Miniharianti., Rabial, Jihan. (2023). Hubungan dukungan sosial keluarga terhadap kemandirian pasien skizofrenia di wilayah kerja puskesmas kabupaten pidie.	<i>cross-sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial emosional keluarga meningkatkan kemandirian pasien skizofrenia dalam melakukan perawatan diri.
Idayati., Suci, Nabila Wulan. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan kekambuhan pada pasien skizofrenia di poliklinik rumah sakit jiwa daerah provinsi lampung tahun 2022	<i>cross-sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan emosional dari keluarga dengan kekambuhan pada pasien skizofrenia. Motivasi anggota keluarga penting diberikan untuk mendukung dan menemani pasien menjalani pengobatan skizofrenia

Hasil analisis dari 5 artikel yang sesuai dan relevan dengan topik menunjukkan bahwa dukungan emosional dan koping spiritual efektif mengurangi distress psikologis pada pelaku rawat pasien dengan skizofrenia.

## **PEMBAHASAN**

Pelaku rawat orang dengan skizofrenia dalam proses memberikan perawatan dapat mengalami distress psikologis (Norlita & Solekhati, 2022). Hal tersebut dikarenakan proses perawatan dan pengobatan orang dengan skizofrenia berlangsung dalam waktu yang panjang sehingga dapat menimbulkan rasa khawatir yang kuat dan dapat berdampak pada kesehatan mental pelaku rawat (Rao et al., 2020). Individu yang mengalami distress psikologis dapat mengalami kelelahan fisik, gangguan tidur, perasaan cemas, perubahan suasana hati dan depresi, serta gangguan klinis tersebut akan memengaruhi adaptasi perilaku dalam kehidupan sehari-hari (Idayati & Suci, 2023). Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa distress psikologis merupakan respons subyektif yang negatif atau tidak menyenangkan, terutama dicirikan oleh kecemasan dan depresi (Triyono, Imanti & Mahardika (2021).

Upaya untuk mengurangi distress psikologis yang dialami oleh pelaku rawat orang dengan skizofrenia yaitu melalui strategi koping yang efektif seperti dengan menggunakan dukungan emosional (Mata, Kusumastuti, Astuti & Rachmania, 2023). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional dari keluarga memberikan harapan dan mencegah kekambuhan pada orang dengan skizofrenia (Tiara et al., 2020). Pelaku rawat selain menggunakan dukungan emosional, juga dapat menggunakan koping spiritual dalam mengurangi distress psikologis yang dialami. Hasil penelitian pada lima puluh pelaku rawat orang dengan skizofrenia menunjukkan bahwa koping religius dapat meminimalkan efek kehilangan diri hingga depresi (Triana & Sudjatmiko, 2021). Penelitian lainnya juga mengevaluasi strategi koping yang digunakan oleh pelaku rawat orang dengan skizofrenia, dan penggunaan koping religius berhubungan dengan distress psikologis yang lebih rendah pada pelaku rawat (Rao et al., 2020).

Beberapa hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan emosional dapat memberikan dampak positif sebagai strategi koping adaptif sehingga diharapkan mampu meminimalkan gejala distress psikologis pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia. Hal tersebut sejalan dengan manfaat dukungan emosional yaitu melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap orang lain sehingga membuat individu tersebut merasa lebih baik, memperoleh kembali keyakinannya, merasa dimiliki, dan dicintai pada saat stress (Noer & Bumi, 2020). Dukungan emosional dalam keluarga yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, kepercayaan, perhatian, dan mendengarkan serta didengarkan juga memberi manfaat secara emosional yaitu menjadikan keluarga sebagai sebuah tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan serta penguasaan terhadap emosi (Idayati & Suci, 2023). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial emosional keluarga meningkatkan kemandirian pasien skizofrenia dalam melakukan perawatan diri (Zaman et al., 2023). Penelitian lainnya menunjukkan terdapat hubungan emosional dari keluarga dengan kekambuhan pada pasien skizofrenia. Motivasi anggota keluarga penting diberikan untuk mendukung dan menemani pasien menjalani pengobatan skizofrenia (Ulia & Putra, 2022).

Selain itu, beberapa hasil penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa koping spiritual memberikan dampak positif terhadap distress psikologis yang dialami pelaku rawat orang dengan skizofrenia (Purnama, 2017). Hal ini sesuai dengan manfaat koping spiritual yaitu melalui aktivitas berdoa, ritual, dan keyakinan agama dapat membantu individu dalam melapangkan dada sehingga timbul pemikiran positif terhadap masalah

yang dihadapi, serta merasakan adanya pengharapan (Triana & Sudjatmiko, 2021). Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa coping spiritual memberikan dampak positif pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia.

## SIMPULAN

Dukungan emosional dan coping spiritual pada beberapa penelitian sebelumnya memiliki manfaat positif terhadap distress psikologis pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia. Beberapa manfaat positif tersebut diantaranya yaitu memberikan kepuasan dan ketrampilan coping yang meningkat, mengurangi distress psikologis, meminimalkan efek kehilangan diri hingga depresi, mengatasi beban fisik, psikologis, emosional, sosial, dan keuangan yang dihadapi pelaku rawat orang dengan skizofrenia. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan emosional dan coping spiritual, bermanfaat terhadap distress psikologis sehingga perlu diberikan kepada pelaku rawat pasien skizofrenia.

## SARAN

Penelitian ini telah mampu menjawab pertanyaan penelitian yaitu manfaat dukungan emosional dan coping spiritual terhadap distress psikologis pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia sesuai literatur dengan jenis penelitian kuantitatif dan kualitatif, tetapi belum secara menyeluruh menghubungkan pengaruhnya terhadap perubahan kondisi lain yang dapat dialami oleh pelaku rawat orang dengan skizofrenia. Penelitian selanjutnya diharapkan mampu membahas keterkaitan dukungan emosional dan coping spiritual terhadap perubahan pelaku rawat orang dengan skizofrenia yang meliputi perubahan secara fisiologis, sosial, maupun budaya sesuai dengan literatur jenis penelitian kuantitatif maupun kualitatif serta dapat juga menambahkan artikel yang bersumber dari *grey literature*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Holder, S., & Wayhs, A. (2020). Schizophrenia - Read LB. *American Family Physician*, 90(11), 775–782. <https://www.aafp.org/pubs/afp/issues/2014/1201/p775.html>
- Idayati, & Suci, N. W. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kekambuhan pada Pasien Skizofrenia di Poliklinik Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung Tahun 2022. *Health Care Nursing Journal*, 5(1), 661–668. <https://doi.org/10.36911/panmed.v13i2.400>
- Mata, L. P. S., Kusumastuti, I., Astuti, I. S. S. W., & Rachmania, S. (2023). Caregiving Burden in Family Caregivers Of Patients With Schizophrenia Post-Pasung in Jember. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, 9(2), 81-89. <https://doi.org/10.19184/ams.v9i2.25247>
- Maulana, I., Suryani, S., Sriati, A., Sutini, T., Widiati, E., Rafiah, I., ... & Senjaya, S. (2019). Penyuluhan Kesehatan Jiwa untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Masalah Kesehatan Jiwa di Lingkungan Sekitarnya. *Media Karya Kesehatan*, 2(2). <https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22175>
- Noer, R., & Bumi, C. (2020). Distres Psikologik pada Primary Family Caregiver Penderita Skizofrenia Di Wilayah Puskesmas Perkotaan Kabupaten Jember. <https://repository.unej.ac.id/xmlui/handle/123456789/102566>
- Norlita, W., & Solekhati, M. (2022). Persepsi Keluarga tentang Cara Merawat Orang dengan Gangguan Jiwa di Poli Klinik Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi

- Riau. *Jurnal Kesehatan "As-Shiha"*, 2(1), 1-20.  
<https://ejurnal.umri.ac.id/index.php/JKU/article/view/3661/1880>
- Rao, P., Grover, S., & Chakrabarti, S. (2020). Coping with Caregiving Stress Among Caregivers of Patients With Schizophrenia. *Asian Journal of Psychiatry*, 54, 102219. <https://doi.org/10.1016/J.AJP.2020.102219>
- Riskedes kemenkes RI, 2018. (2018). Laporan\_Nasional\_RKD2018\_Final.pdf. In Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (p. 674). [https://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_Final.pdf](https://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_Final.pdf)
- Tiara, C., Pramesti, W., Pebriyani, U., & Alfarisi, R. (2020). Hubungan Konsep Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kekambuhan Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 522-532. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.339>
- Triana, L., & Sudjatmiko, I. G. (2021). The Role of Religious Coping in Caregiving Stress. *Religions*, 12(6), 440. <https://doi.org/10.3390/REL12060440>
- Triyono, T., Imanti, V., & Mahardika, A. B. (2021). Menangani Distress Psikologis Keluarga di Masa Pandemi Covid-19 (Belajar dari Strategi Coping Religius pada Keluarga yang Terkonfirmasi Covid-19). In *NCESCO: National Conference on Educational Science and Counseling*, 1(1), 1-14. <http://proceeding.iainkudus.ac.id/index.php/NCESCO/article/view/2>
- Ulia, A., & Putra, Y. A. (2022). Study Deskriptif Dukungan Keluarga dalam Mengurangi Kekambuhan Pada Klien Skizofrenia Di Puskesmas Kumun Debai Kota Sungai Penuh. *Journal of Nursing and Health*, 7(1), 52-64. <https://doi.org/10.52488/jnh.v7i1.161>
- Purnama, R. (2017). Penyelesaian Stress Melalui Coping Spiritual. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 12(1), 70-83. <https://doi.org/10.24042/ajsla.v12i1.1445>
- Zaman, B., Miniharianti, & Rabial, J. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Kemandirian Pasien Skizofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Pidie. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu (JKD)*, 5(1), 49-56. <https://doi.org/10.52841/jkd.v5i1.337>
- Suaryana, K., Aryani, L. N. A., & Lesmana, C. B. J. (2020). Korelasi antara Beban Perawatan dengan Depresi, Ansietas, dan Stres pada Pelaku Rawat Orang dengan Skizofrenia di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar. *Medicina*, 51(2), 159-164. <https://doi.org/10.15562/medicina.v51i2.772>
- Renylda, R., Afridawaty, M. J., & Marinda, N. (2022). Strategi Koping Keluarga dalam Merawat Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jambi. *Jurnal Pustaka Keperawatan (Pusat Akses kajian Keperawatan)*, 1(1), 1-7. <https://jurnal.pustakagalerimandiri.co.id/index.php/pustakakeperawatan/article/view/164>