

***Family Psychoeducation* mengurangi Tingkat Kecemasan pada Caregiver Pasien Skizofrenia di Puskesmas Sedayu 2**

Mulyanti¹, Sofyan Indrayana¹

¹Program Studi Profesi Ners, Universitas Alma Ata,

¹Program Studi Profesi Ners, Universitas Alma Ata,

ABSTRACT

Background: Caregivers have pivotal roles in the treatment process of people with schizophrenia. However, providing long-term care increase the risk of caregivers' anxiety that will hamper the healing process of people with schizophrenia. Family psychoeducation is one of the interventions that is expected to reduce anxiety among those caregivers.

Objective: This study aimed to prove the effect of family psychoeducation on reducing anxiety among people with schizophrenia caregivers.

Methods: This quasi-experimental study with the pre-post design was conducted in the working area of Sedayu 2 Public Health Center. An Amount of 28 caregivers of people with schizophrenia were recruited from the population by using the purposive sampling technique. Participants were given family psychoeducation therapy for a month. Zung Self-Rating Anxiety Scale was administrated to collect the data. To measure the effects of intervention, the paired t-test was performed.

Results: Most of participants was female (53,6%), more than 66 years old (39,3%), and more than 15 years caring for people with schizophrenia (42.9%). Paired t-test analysis showed the significant effect of the intervention ($p=0,006$) with the coefficient $t=2.957$.

Conclusion: Giving family psychoeducation is effective in reducing anxiety in caregivers of schizophrenic people.

Keywords: caregiver, schizophrenia, family psychoeducation, anxiety

Korespondensi: Mulyanti, Program Studi Profesi Ners, Universitas Alma Ata, Jl. Brawijaya No.99, Jadan, Tamantirto, Kec. Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183, email: mulyanti@almaata.ac.id 088225101828

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia sehingga akan berdampak pada keberhasilan pembangunan pada suatu negara. Jumlah gangguan jiwa mengalami peningkatan di Indonesia. Prevalensi gangguan jiwa di Indonesia mengalami peningkatan dari 1,7 permil pada tahun 2013 menjadi 7 permil pada tahun 2018 (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Masalah kesehatan jiwa ini perlu mendapatkan penatalaksanaan yang tepat baik di pelayanan kesehatan maupun di masyarakat. Skizofrenia merupakan salah satu gangguan jiwa berat dan kronis yang dapat mempengaruhi seluruh aspek hidup pasien. Seseorang dengan Skizofrenia mengalami penurunan kemandirian dalam menjalankan peran dan fungsinya di dalam keluarga maupun masyarakat, sehingga mereka membutuhkan bantuan orang lain/ *caregiver* agar dapat bertahan hidup (Kadmaerubun et al., 2016). *Caregiver* memegang peranan penting dalam keberhasilan pengobatan bagi pasien Skizofrenia. Dukungan *caregiver* dapat mengurangi frekuensi kekambuhan pada pasien Skizofrenia (Pardede and Hasibuan, 2019). *Caregiver* yang memberikan perawatan pada pasien *Skizofrenia* biasanya adalah keluarga terdekat. Proses perawatan pada pasien *Skizofrenia* membutuhkan waktu yang lama sehingga berdampak pada munculnya beban pada *caregiver*. Bentuk beban yang dirasakan oleh *caregiver* seperti menurunnya hubungan dengan orang lain perasaan tidak nyaman, menurunnya produktivitas, kualitas perkawinan kurang baik, adanya diskriminasi, masalah keuangan, perasaan jenuh, stress hingga terjadinya gangguan *somatoform*, kecemasan (Indrayana and Mulyanti, 2020; Meilani NM dan Diniari NKS, 2019; Sharma et al., 2018). Salah satu penyebab kecemasan pada *caregiver* pasien *Skizofrenia* adalah lama merawat. Semakin lama *caregiver* memberikan perawatan kepada pasien menyebabkan tingginya

tingkat kecemasan (Jenggawah et al., 2010). Hasil penelitian sebelumnya didapatkan *caregiver* yang merawat pasien *Skizofrenia* dalam kategori kecemasan sedang sampai kecemasan berat. Pada *caregiver* dengan kecemasan berat menyebabkan adanya gangguan terhadap aktivitas sehari-hari dan proses perawatan kepada pasien (Hadiansyah and Pragholapati, 2020). Kecemasan akan mempengaruhi tekanan darah arteri, peningkatan batas nyeri sehingga meningkatkan stress dan mengurangi kekebalan tubuh hingga kematian (Nechita et al., 2018).

Family Psychoeducation (FPE) merupakan salah satu bentuk intervensi untuk mengurangi kecemasan yang dapat diberikan kepada *caregiver* pasien *Skizofrenia* (Hermingsih et al., 2017). Terapi ini bertujuan untuk memberikan informasi serta Pendidikan kesehatan melalui komunikasi terapeutik sehingga *caregiver* pasien *Skizofrenia* dapat mengenal masalah yang dialami dan mengatasinya.

Kecamatan Sedayu merupakan salah satu Kecamatan yang sangat peduli dengan kesehatan jiwa, terbukti ada beberapa program yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan jiwa seperti pembentukan kader kesehatan jiwa, *Family gathering*, kelompok prokeswa, *Self Help Group* (SHG) dll. Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan 1 orang *caregiver* merasa sedih, cemas dalam merawat ketiga anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa, satu *caregiver* merasa takut tidak mampu merawat anaknya yang sakit gangguan jiwa. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik meneliti tentang Pengaruh Terapi *Family Psychoeducation* (FPE) Berbasis *Caring* Terhadap tingkat stress, kecemasan dan Beban *Caregiver* dalam merawat pasien *Skizofrenia* Di Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu 2 Kecamatan Sedayu Kabupaten Bantul.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah eksperimen semu atau *quasy experiment design* dengan rancangan *pre and post test without control*. Peneliti melakukan intervensi berupa *family psychoeducation* selama 1 bulan pada 1 kelompok tanpa ada kelompok pembanding. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sedayu 2, yaitu di Dusun Sundi Kidul, Dusun Ngentak, Dusun Dingkikan, Dusun Cawan, Dusun Semampir, Dusun Demangan, Dusun Selogedong, Dusun Polaman pada bulan Oktober 2020. Sampel dalam penelitian ini adalah *caregiver* pasien Skizofrenia sebanyak 28 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian adalah *purposive sampling*. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut Skizofrenia dan penyakit kronis lainnya Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* untuk mengukur tingkat kecemasan *caregiver* pasien skizofrenia. Analisis data menggunakan *simple paired t test*. Penelitian ini telah lolos uji etik dari Komisi Universitas Alma Ata dengan Nomor : KE/AA/X/10308/EC/2020.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik responden penelitian disajikan dalam tabel berikut ini :

Tabel 1. Karakteristik Caregiver Pasien Skozofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu 2 (n= 28)

Karakteristik	Jumlah	Prosentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	13	46.4
Perempuan	15	53.6
Usia		
26-35 Tahun	2	7.1
36-45 Tahun	3	10.7
46-55 Tahun	4	14.3
56-65 Tahun	8	28.6
Lebih dari 66 tahun	11	39.3
Hubungan dengan pasien		
Orang Tua	14	50
Saudara Kandung	6	21.4
Saudara	2	7.1

Suami/Istri	5	17.9
Anak	1	3.6

Data primer : 2020

Berdasarkan tabel 1 karakteristik *caregiver* pasien skizofrenia adalah berjenis kelamin perempuan (53,6%), berusia lebih dari 66 tahun (39.3%), dan merupakan orangtua pasien (50%).

Berikut ini hasil tingkat kecemasan sebelum diberikan dan sesudah diberikan tindakan berupa *family psychoeducation* selama 1 bulan.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan sebelum dan sesudah Caregiver Pasien Skizofrenia Sebelum Tindakan di Puskesmas Sedayu 2

Kecemasan	Jumlah	Prosentase (%)
Sebelum tindakan		
Ringan	28	100
Setelah tindakan		
Tidak ada cemas	2	7.1
Ringan	26	92.9

Data primer : 2020

Berdasarkan tabel 2 didapatkan penurunan tingkat kecemasan dari sebelum dan sesudah tindakan. Sebelum diberikan tindakan kecemasan *caregiver* pasien skizofrenia dalam kategori ringan (100%) sedangkan setelah diberikan intervensi 2 orang *caregiver* tidak mengalami kecemasan. Dalam penelitian ini dilakukan uji normalitas menggunakan *shapiro wilk* dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 3 Uji Normalitas Kecemasan

	Shapiro-Wilk Statistic	df	Sig.
Cemas Pretest	.929	28	.059
Cemas Posttest	.936	28	.086

Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal sehingga selanjutnya dilakukan Analisa data menggunakan uji *paired sample t test*.

Tabel 4 Paired samples test kecemasan

Pair	Pretest 1 Posttest	Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference			
		3.964	7.095	1.341	1.213 6.715			
		Lower	Upper					
					2.957	27	.006	

Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan *simple paired t test* didapatkan nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* lebih kecil dari 0.05 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh antara pemberian *Family psychoeducattion* terhadap Kecemasan pada caregiver pasien *skizofrenia*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 didapatkan karakteristik responden penelitian adalah berjenis kelamin perempuan, berusia lebih dari 66 tahun dan merupakan orang tua dari pasien sendiri. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa sebagian besar pasien *skizofrenia* dirawat oleh orangtuanya khususnya ibu karena lebih banyak memiliki waktu dalam memberikan perawatan (Qudwatunnisa et al., 2018). Seorang ibu menghabiskan waktu 12,4 jam perhari dan rata-rata telah merawat pasien selama 7,9 tahun (Meilani NM dan Diniari NKS, 2019).

Caregiver pasien *skizofrenia* sering merasakan beban berat dalam memberikan perawatan seperti beban mental dalam merawat pasien, beban finansial, beban sosial terutama dalam menghadapi stigma dari masyarakat, berbagai keluhan fisik. Hal ini akan memberikan pengaruh terhadap kemampuan keluarga dalam memberikan perawatan kepada pasien *skizofrenia* (Patricia et al., 2019). Beban perawatan yang dirasakan oleh *caregiver* memiliki korelasi positif dengan tingkat kecemasan. Semakin tinggi beban perawatan maka tingkat kecemasan pada *caregiver* akan meningkat (Suaryana et al., 2020).

Kecemasan adalah emosi yang ditandai dengan perasaan tegang, pikiran cemas dan perubahan fisik seperti peningkatan tekanan darah. Orang yang mengalami kecemasan biasanya memiliki pikiran yang mengganggu

dan terjadi berulang, menghindari sesuatu karena adanya perasaan khawatir. Gejala fisik yang muncul antara lain berkeringat, gemetar, pusing atau detak jantung cepat (American Psychological Association, 2021). Kecemasan *caregiver* pada penelitian ini mayoritas dalam kategori ringan.

Kecemasan ringan sering digambarkan tidak signifikan secara klinis namun kecemasan ringan dapat mempengaruhi fungsi emosional, sosial dan professional. Gejala klinis yang sering muncul ada kecemasan ringan dapat muncul sebagai kecemasan sosial seperti rasa malu yang jika dibiarkan akan menyebabkan *koping maladaptive* atau kondisi mental yang lebih parah (The Recovery Village, 2021). Kecemasan yang tidak mendapatkan penatalaksanaan akan menyebabkan terjadinya depresi pada *caregiver* pasien *skizofrenia* (Indrayana et al., 2019).

Kecemasan pada *caregiver* jika tidak segera diatasi akan memberikan dampak bagi pasien ataupun *caregiver* sendiri. *Caregiver* pasien skizofrenia dalam penelitian ini diberikan tindakan berupa *family psychoeducation*. *Family psychoeducation* adalah tindakan yang diberikan kepada keluarga yang dilakukan secara terstruktur yang dilakukan oleh tenaga kesehatan yang paham tentang kesehatan jiwa (M. Strassniga, J. Signorileb, C. Gonzaleza, 2014).

Terapi ini membantu kelurga dalam melakukan perawatan kepada pasien skizofrenia dengan mengajarkan bagaimana cara merawat pasien selama di rumah selain itu keluarga juga diajarkan bagaimana meningkatkan kenyamanan selama memberikan perawatan. Elemen utama dalam pemberian intervensi ini adalah pendidikan penyakit, intervensi klinis, dukungan emosional, pelatihan tentang cara mengatasi gejala penyakit serta masalah kesehatan lain yang terkait. *Family Psychoeducation* dalam penelitian ini hanya dilakukan selama 1 bulan.

Tahapan *family psychoeducation* adalah sesi (1) dimana perawat dan keluarga mengidentifikasi masalah yang muncul pada saat merawat pasien. Tujuan utama dari sesi ini adalah keluarga mampu memaknai setiap peristiwa yang terjadi pada saat meraway pasien. Pada sesi ini *caregiver* diberikan Pendidikan kesehatan tentang perawatan pasien dengan gangguan jiwa. Sesi (2) berfokus pada pemberian edukasi tentang masalah yang dialami oleh *caregiver* dalam merawat pasien *Skizofrenia*. Tujuan dari sesi 2 ini adalah diharapkan *caregiver* mampu berkomunikasi dengan pasien. Selain itu pada sesi 2 ini *caregiver* dilatih untuk merawat pasien sesuai dengan masalah yang dialami oleh pasien. Media yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan modul yang berisi tentang konsep gangguan jiwa, penatalaksanaan pasien selama di rumah dan manajemen stress dengan relaksasi dan manajemen afirmasi.

Berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa ada hubungan antara pemberian *family psychoeducation* dengan kecemasan pada *caregiver* pasien *Skizofrenia*. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya, dimana pemberian *family psychoeducation* mampu menurunkan kecemasan pada keluarga/*caregiver* pasien dengan gangguan jiwa dan penyakit katarak (Rochmawati et al., 2021) (Siswoyo et al., 2016). Pemberian *family psychoeducation* memberikan kesempatan kepada *caregiver* untuk menceritakan permasalahan yang dialami. Selain itu *caregiver* dibantu untuk memanfaatkan sumber-sumber yang ada di keluarga serta didorong untuk menggunakan pelayanan kesehatan. Kondisi tersebut akan berpengaruh terhadap menurunnya beban *caregiver* dalam memberikan perawatan kepada pasien. Hal ini sesuai hasil penelitian sebelumnya bahwa *family psychoeducation* mampu menurunkan beban keluarga rata-rata sebesar 59,5% (Sugiyanto, E. P., 2021). Bentuk kegiatan lain yang diajarkan dalam *family psychoeducation* adalah mengajarkan manajemen stress afirmasi sebagai salah

satu cara meningkatkan ketrampilan mekanisme koping pada *caregiver*. Manajemen stress afirmasi ini mampu meningkatkan kualitas hidup pada *caregiver* pasien dengan *skizofrenia* (Ners and Yulitasari, 2020). Kemampuan menyelesaikan masalah secara adaptif yang dilakukan oleh mampu mengurangi kecemasan yang dirasakan selama memberikan perawatan kepada pasien skizofrenia. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti berasumsi bahwa pemberian *family psychoeducation* dengan menggunakan modul efektif dapat meningkatkan pengetahuan, mekanisme koping sehingga mampu menurunkan kecemasan pada *caregiver* pasien *skizofrenia*.

SIMPULAN

Karakteristik responden penelitian adalah berjenis kelamin perempuan, berusia lebih dari 66 tahun dan merupakan orangtua pasien. Pemberian *family psychoeducation* menurunkan kecemasan pada *caregiver* pasien *skizofrenia*. Bentuk intervensi ini dapat dilakukan secara kontinyu di dalam masyarakat yang dapat dilakukan secara bersama-sama antara perawat jiwa dan kader kesehatan jiwa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ristek Dikti yang telah mendanai penelitian dengan dana hibah Penelitian Dosen Pemula (PDP) tahun 2020

Prof. Dr H. Hamam Hadi, MS., Sc.D., Sp. GK selaku Rektor Universitas Alma Ata, email : uaa@almaata.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association, 2021. Anxiety [WWW Document].
Hadiansyah, T., Praghlapati, A., 2020. Kecemasan Keluarga dalam Merawat Klien Skizofrenia. J. Keperawatan 'Aisyiyah 7, 25–29. <https://doi.org/10.26877/e->

- dimas.v11i3.5589
- Herminsih, A.R., Barlianto, W., Kapti, R.E., 2017. Pengaruh Terapi Family Psychoeducation (Fpe) Terhadap Kecemasan Dan Beban Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Skizofrenia Di Kecamatan Bola Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur. *J. Kesehat. Mesencephalon* 3, 80–90. <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v3i2.48>
- Indrayana, S., Guo, S.E., Lin, C.L., Fang, S.Y., 2019. Illness Perception as a Predictor of Foot Care Behavior Among People With Type 2 Diabetes Mellitus in Indonesia. *J. Transcult. Nurs.* 30, 17–25. <https://doi.org/10.1177/1043659618772347>
- Indrayana, S., Mulyanti, 2020. Anxiety and Burnout Predict the Depression among Primary Caregivers of People with Schizophrenia in Sedayu II Public Health Centre Bantul. *J. Ners dan Kebidanan Indones.* 8, 6–7.
- Jenggawah, N., Pada, S., Berpikir, K., Dan, K., Belajar, M., 2010. Hubungan Antara Lama Merawat Pasien Skizofrenia dengan Tingkat Kecemasan Caregiver Pasien Rawat Jalan poli Psikiatri RS PTPN XI Djatiroto Lumajang 68–74.
- Kadmaerubun, M.C., Nurul Syafitri, E., Nurul, E.S., 2016. Hubungan Kemandirian Activity Daily Living (ADL) Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Schizophrenia di Poliklinik Jiwa RSJ Ghrasia DIY. *J. keperawatan Respati* 3, 72–83.
- Kementrian Kesehatan RI, 2018. Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (RISKESDAS).
- M. Strassniga, J. Signorileb, C. Gonzaleza, and P.D.H., 2014. Physical performance and disability in schizophrenia. *Schizophr. Res. Cogn.* 23, 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.scog.2014.06.002>.Physical
- Meilani NM dan Diniari NKS, 2019. Beban Perawatan Pada Caregiver Penderita Skizofrenia Poliklinik Rawat Jalan Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali 8.
- Nechita, D., Nechita, F., Motorga, R., 2018. A review of the influence the anxiety exerts on human life. *Rom. J. Morphol. Embryol.* 59, 1045–1051.
- Ners, M., Yulitasari, B.I., 2020. Self Efficacy And The Quality Of Life Of Schizophrenia Caregivers. *J. Ners dan Kebidanan Indones.* 7, 79. [https://doi.org/10.21927/jnki.2019.7\(2\).79-85](https://doi.org/10.21927/jnki.2019.7(2).79-85)
- Pardede, J.A., Hasibuan, E.K., 2019. Dukungan Caregiver Dengan Frekuensi Kekambuhan Pasien Skizofrenia. *Idea Nurs. J.* 10, 21–26.
- Patricia, H., Rahayuningrum, D.C., Nofia, V.R., 2019. Hubungan Beban Keluarga Dengan Kemampuan Caregiver Dalam Merawat Klien Skizofrenia. *J. Kesehat. Med. Saintika* 10, 45. <https://doi.org/10.30633/jkms.v10i2.449>
- Qudwatunnisa, F., Yamin, A., Widiанти, E., 2018. Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Family Caregiver Orang Dengan Skizofrenia Di Instalasi Rawat Jalan Grha Atma Bandung. *NurseLine J.* 3, 21–29.
- Rochmawati, D.H., Huda, A.N., Kuncoro, J., Setyowati, W.E., 2021. Family psychoeducation (FPE) therapy for family anxiety in caring for family members with mental disorders. *Enferm. Clin.* 31, S165–S169. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.12.015>
- Sharma, R., Sharma, S.C., Pradhan, S.N., 2018. Assessing Caregiver Burden in Caregivers of Patients with Schizophrenia and Bipolar Affective Disorder in Kathmandu Medical College. *J. Nepal Health Res. Counc.* 15, 258–263. <https://doi.org/10.3126/jnhrc.v15i3.18851>
- Siswoyo, Setioputra, B., Albarizi, C., 2016. Terapi Psikoedukasi Menurunkan Kecemasan Kelurga dalam Merawat

Volume 17 No. 01 Januari 2022, hal 25-31-

Anggota Keluarga yang Menderita Katarak. *NurseLine J. 1*, 237–245.

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 (B. Aires)*. 51, 159–164. <https://doi.org/10.15562/medicina.v51i2.772>

Sugiyanto, E. P., M., 2021. Penerapan family psiko edukasi dalam penurunan beban keluarga pasien paliatif. *J. Keperawatan Jiwa Persat. Perawat Nas. Indones.* 9, 597–602.

The Recovery Village, 2021. Different Levels of Anxiety [WWW Document].