

STRES DAN STRATEGI KOPING PADA KELUARGA YANG MENJADI CAREGIVER PASIEN SKIZOFRENIA

Endang Sugiarti, Ita Apriliyana, Arni Nur Rahmawati*

Universitas Harapan Bangsa, Jl. Raden Patah No. 100 Kembaran, Purwokerto 53182, Indonesia

*arninr@uhb.ac.id

ABSTRAK

Stres pada keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia merupakan suatu krisis. Stres tersebut dapat diatasi dengan adanya suatu manajemen strategi koping yang tepat sebagai upaya untuk penyelesaian masalah dan meminimalisir tingkat ketegangan selama proses perawatan keluarga yang menderita gangguan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II. Jenis penelitiannya yaitu *deskriptif korelatif* dengan pendekatan *cross sectional*. Responden dalam penelitian berjumlah 37 keluarga yang menjadi *caregiver* dan menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner DASS-42 dengan skala stres dan kuesioner *The Brief Cope Inventory*. Pengolahan data menggunakan *Spearman Rank*. Hasil penelitian diketahui ada hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping pada keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia dengan *p value* 0,004 ($p < 0,05$) dengan CC 0,464.

Kata kunci: keluarga; skizofrenia; stres; strategi koping

STRESS LEVEL WITH COPING STRATEGY FOR FAMILY WHO ARE CAREGIVER OF SCHIZOPHRENIA PATIENTS

ABSTRACT

Family stress is a crisis that needs an appropriate coping strategy to solve the problem and reduce the stress level during accompanying the family members who are suffering from schizophrenia. This is a descriptive correlation study using a cross-sectional approach that aims to determine the relationship between stress levels and coping strategies for families who are acts as caregivers for schizophrenic patients. A total sampling technique was used in this study to recruit a number of 37 families who became caregivers. The DASS-42 Questionnaire with a stress scale and The Brief Cope Inventory were used to collect the data. Collected data were analyzed using Spearman Rank statistical analysis. The results showed a relationship between stress levels and coping strategies for families who were caregivers for schizophrenia patients with a p-value of 0.004 ($p < 0.05$) and a CC of 0.464.

Keywords: coping strategy; family; schizophrenia; stress

PENDAHULUAN

Skizofrenia merupakan salah satu penyakit gangguan jiwa yang perlu diwaspadai. World Health Organization (2018) menyebutkan, skizofrenia adalah gangguan mental berat yang mempengaruhi lebih dari 21 juta orang di seluruh dunia dan orang yang hidup dengan skizofrenia atau gangguan mental berat lainnya rata-rata meninggal pada usia 10-25 tahun lebih awal dibandingkan populasi umum. Data Risesdas Nasional (2018), prevalensi klien dengan skizofrenia adalah sebanyak 1,7%. Di Indonesia, jumlah prevalensi rumah tangga dengan Anggota Rumah Tangga (ART) gangguan jiwa skizofrenia sebanyak 6,7%, di Provinsi Jawa Tengah sebanyak 8,7% dan di Kabupaten Banyumas adalah sebanyak 0,7% (Risesdas Jawa Tengah, 2018). Terapi pengobatan pasien skizofrenia dan penyakit mental lainnya hanyalah sebagian kecil yang dapat sembuh dengan minum obat. Demikian juga dalam hal perawatan dan tindak lanjutnya perlu dilakukan

selama seumur hidup pasien. Hal ini dikarenakan efek kronis dari kejadian berulang antara fase pemulihan dan kekambuhan (McGuire, 2009). Orang dengan gangguan mental berat biasanya membutuhkan perawatan intensif dan berada di rumah sakit khusus. Akan tetapi, selama periode kekambuhan, banyak penderita skizofrenia yang tinggal dan dirawat oleh keluarga.

Win et al., (2022) menyatakan bahwa kecenderungan kekambuhan pasien skizofrenia yang berulang terlepas dari jenis subtype penyakitnya, hampir setengah pasien yang dirawat dengan layanan standar akan kambuh dalam dua tahun pertama perawatan. Taraf kekambuhan pasien skizofrenia tersebut lebih tinggi terjadi pada pasien yang hidup dengan keluarga yang mengalami stres, bermusuhan dan atau terlalu cemas. Oleh karena itu, dalam hal ini keluarga dengan pasien skizofrenia perlu mampu berperan sebagai *caregiver* yaitu orang yang pada umumnya peduli dan memberikan dukungan terhadap individu lain (pasien) dalam pemenuhan kebutuhan kehidupannya (Thurlings *et al*, 2015). Keluarga harus memiliki strategi koping yang efektif. Menurut Friedman (2010) menyatakan bahwa strategi koping merupakan perilaku atau proses untuk adaptasi dalam menghadapi tekanan atau ancaman. Jika keluarga tidak berhasil mengatasi stresor dengan strategi koping ini, maka kualitas hidup mereka pasti akan mengalami penurunan. Kualitas hidup diartikan sebagai persepsi subjektif individu terhadap kondisi fisik, psikososial serta lingkungan dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan koping keluarga dapat dilakukan dengan intervensi fleksibilitas peran keluarga dalam mengubah peran keluarga dan juga menciptakan kelompok yang sama untuk mencari dukungan mental dan solusi dari masalah yang dihadapi (Pardede, 2019).

Menurut Wardaningsih et al (2010), beban keluarga dapat dirasakan menjadi hal yang cukup besar yaitu ketika merawat keluarga dengan gangguan mental berat. Ketegangan atau stres yang berupa fisik dan psikologis seringkali dialami oleh keluarga sebagai pengasuh utama (*primary caregiver*) pasien dengan gangguan mental. Masalah ini sering terjadi karena adanya berbagai macam sifat dari skizofrenia yang sangat bervariasi. Keluarga yang melakukan perawatan pasien skizofrenia dirumah tentunya membutuhkan suatu strategi koping yang efektif. Konsep strategi koping dikembangkan oleh Nasir dan Muhith (2015) berdasarkan teori Lazarus & Folkman (1984) membagi strategi koping dalam 14 sub skala strategi koping yang dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu *Problem Focused Coping* (PFC), *Emotional Focused Coping* (EFC) dan *Avoidance Coping* (AC). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode deskriptif korelatif dengan menggunakan desain *cross sectional* yang dilaksanakan pada tanggal 7 Februari – 8 April 2022 di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 37 keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner DASS-42 dengan skala stres dan kuesioner *The Brief Cope Inventory* dari Carver (1997). Kuesioner DASS-42 merupakan kuesioner baku yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas yaitu menggunakan *alpha crombach* dengan skala koefisien 0,68 dan 0,65 yang menunjukkan bahwa item dalam kuesioner DASS dapat diterima dan sesuai konsistensi antar item. Sedangkan kuesioner *The Brief Cope Inventory* juga telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas yaitu dengan nilai validitas *Internal Consistency* atau *Cronbach's alpha* sebesar 0,868 dan nilai reliabilitasnya adalah sebesar 0,799.

Pengumpulan data dilakukan setelah memberikan penjelasan kepada responden terlebih dahulu tentang tujuan penelitian. Setelah responden memberikan persetujuannya, maka peneliti memberikan lembar *informed consent* kepada responden untuk ditandatangani sebagai bentuk persetujuan menjadi partisipan dalam penelitian. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji univariate dan bivariate (*Spearman Rank*) yang kemudian diolah dengan langkah-langkah: *editing, scoring, coding, tabulating, entry* dan *cleaning*. Data kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan hasil uji statistik.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 37 keluarga yang menjadi caregiver pasien skizofrenia, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1.

Gambaran karakteristik responden keluarga yang menjadi *caregiver* pada pasien skizofrenia (n=37)

Karakteristik	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	26	70,3
Perempuan	11	29,7
Pendidikan		
Tidak Sekolah	6	16,2
SD	10	27,0
SMP	11	29,7
SMA	8	21,6
Perguruan Tinggi	2	5,4
Pekerjaan		
Tidak bekerja	1	2,7
PNS	3	8,1
Wiraswasta	18	48,6
Pedagang	14	37,8
Lain-lain	1	2,7
Lama Merawat		
1-5 tahun	5	13,5
6-10 tahun	7	18,9
>10 tahun	25	67,6

Tabel 1. didapatkan bahwa jenis kelamin responden sebagian besar laki-laki sebanyak 26 responden (70,3%), untuk tingkat pendidikan responden paling dominan dengan tingkat pendidikan SMP sebanyak 11 responden (29,7%). Pekerjaan responden sebagian besar sebagai wiraswasta sebanyak 18 responden (48,6%) dengan lama rawat yang paling dominan adalah >10 tahun sebanyak 25 responden (67,6%).

Tabel 2.
 Gambaran tingkat stres keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia (n=37)

Tingkat Stres	f	%
Ringan	10	27,0
Sedang	23	62,2
Berat	4	10,8

Tabel 2 didapatkan bahwa tingkat stres keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II yang paling dominan dengan tingkat stres sedang sebanyak 23 responden (62,2%).

Tabel 3. Gambaran strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia (n=37)

Strategi Koping	f	%
PFC	14	37,8
EFC	23	62,2

Tabel 3 didapatkan bahwa strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II sebagian besar dalam kategori EFC sebanyak 23 responden (62,2%).

Tabel 4.

Hubungan tingkat stres dengan strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia (n=37)

Stres	Strategi Koping				P value	CC
	PFC		EFC			
	f	%	f	%		
Ringan	8	21,6	2	5,4	0,004	0,464
Sedang	5	13,5	18	78,3		
Berat	1	2,7	3	8,1		

Tabel 4 didapatkan bahwa tingkat stres dengan strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia yang paling dominan adalah keluarga dengan stress sedang yang menggunakan strategi koping EFC sebanyak 18 responden (78,3%). Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji spearman rank didapatkan *p value* 0,004 ($p < 0,05$) dengan CC 0,464 yang artinya terdapat hubungan tingkat stres dengan strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II.

PEMBAHASAN

Tingkat stres keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia

Stres merupakan suatu kondisi dimana seseorang terganggu karena adanya tekanan psikologis, stres adalah penyakit psikis atau kejiwaan, akan tetapi, karena pengaruh stres tersebut maka penyakit fisik bisa muncul akibat lemahnya dan rendahnya daya tahan tubuh pada saat tersebut. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat stres keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II yang paling dominan dengan tingkat stres sedang sebanyak 23 responden (62,2%). Hal ini sebagaimana penelitian yang telah

dilakukan Muhin & Andriani (2012) diketahui mayoritas keluarga yang memiliki penderita gangguan jiwa menunjukkan gejala stres pada kategori sedang (66,7%).

Stres pada keluarga yang menjadi *caregiver* ditandai sebagai “*warning*”, dimana jika tidak diatasi dengan baik, maka bisa mengarah pada stres berat yang merupakan salah satu dari gejala awal dari berbagai macam jenis gangguan jiwa, misalnya depresi, gangguan bipolar dan sebagainya. Menurut Stuart & Sundeen (2016), stres pada kategori sedang, individu lebih mengesampingkan sesuatu yang telah menjadi pemikirannya, kemudian mempersempit pola pikirnya yang berlangsung selama berjam-jam hingga berhari-hari. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Malau & Jannah, 2018), penelitian tersebut membahas tentang stress dan strategi koping keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita skizofrenia yaitu sebanyak 76,9% responden dengan stress ringan cenderung memiliki strategi koping pada kategori tinggi, sebanyak 60% responden dengan stress sedang cenderung memiliki strategi koping yang rendah dan 81,8% responden dengan stress berat cenderung memiliki strategi koping yang rendah. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara stress dengan strategi koping keluarga yang melakukan perawatan anggota keluarga dengan skizofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar. Penelitian lain juga dilakukan oleh Zainuddin (2021) yang melakukan penelitian tentang Tingkat Stres Keluarga Dengan Gangguan Jiwa Skizofrenia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden adalah anggota keluarga yang merawat keluarga dengan gangguan jiwa skizofrenia di rumah dan mengalami tingkat stres sedang. Efek pada keluarga dapat berbentuk stres fisik seperti sakit kepala dan masalah pencernaan, dan stres emosional, seperti kemarahan, depresi dan kelelahan.

Strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia

Strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II sebagian besar strategi koping yang dilakukan responden paling dominan dalam kategori *Emotional Focused Coping* (EFC) yaitu sebanyak 23 responden (62,2%). Strategi koping EFC ini ditujukan untuk mengontrol respon emosional terhadap situasi stres. Seseorang dapat mengatur respon emosionalnya melalui pendekatan perilaku dan kognitif. Lazarus & Folkman (1984) (dalam Taylor, 2009) menyatakan bahwa orang yang menggunakan strategi koping EFC tidak mencari solusi secara langsung dalam mengatasi sumber stres tetapi dengan melakukan hal-hal lain yang menenangkan dan membuat nyaman. Kemudian menurut Maryam (2017), strategi koping yang berfokus pada emosi ini bergantung pada aspek lingkungan yang menyebabkan stres seperti pada situasi yang di luar kendali seseorang. Hal ini dikarenakan penderita skizofrenia memiliki perilaku yang tidak terduga dan aneh yang dapat muncul kembali kapan saja.

Keluarga harus memiliki strategi koping yang efektif. Menurut Friedman (2015) bahwa strategi koping merupakan perilaku atau proses untuk adaptasi dalam menghadapi tekanan atau ancaman. Apabila keluarga tidak mampu menggunakan strategi koping tersebut untuk mengatasi stressornya maka kualitas hidup mereka pasti akan mengalami penurunan. Kualitas hidup diartikan sebagai persepsi subjektif individu terhadap kondisi fisik, psikososial serta lingkungan dalam kehidupan sehari-hari. Strategi koping keluarga merupakan cara positif bagi keluarga untuk beradaptasi dengan situasi yang muncul, baik dalam memecahkan masalah maupun dalam mengurangi stres yang mungkin timbul (Malau & Jannah, 2018). Kehadiran anggota keluarga dengan gangguan jiwa secara tidak langsung akan membuat keluarga terbebani sehingga dapat menimbulkan stres,

kelelahan hingga cacat fisik serta mental, karena dalam hal ini keluarga kurang dapat memahami kebutuhan dan perilaku pasien serta adanya stigma dari masyarakat sekitar (Wanti et al., 2016).

Hubungan tingkat stres dengan strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres dengan strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia yang paling dominan adalah keluarga dengan stress sedang dengan strategi koping EFC sebanyak 18 responden (78,3%). Pengobatan pasien dengan skizofrenia biasanya akan mengalami kekambuhan yang berulang (*recurrent*), kecenderungan ini terlepas dari jenis subtype penyakitnya, hampir setengah pasien yang dirawat dengan layanan standar akan kambuh dalam dua tahun pertama perawatan. Taraf kekambuhan pasien skizofrenia tersebut lebih tinggi terjadi pada pasien yang hidup dengan keluarga yang mengalami stres, bermusuhan dan atau terlalu cemas. Oleh karena itu, dalam hal ini keluarga dengan pasien skizofrenia perlu mampu berperan sebagai *caregiver* yaitu orang yang pada umumnya peduli dan memberikan dukungan terhadap individu lain (pasien) dalam pemenuhan kebutuhan kehidupannya (Thurlings et al, 2015). Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji spearman rank didapatkan *p value* 0,004 ($p < 0,05$) dengan CC 0,464 yang artinya terdapat hubungan tingkat stres dengan strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II.

Menurut Maryam (2017), stres keluarga merupakan sebuah krisis, dimana untuk mengatasinya keluarga memerlukan suatu strategi koping yang efektif. Strategi koping yang diperlukan adalah strategi positif dari keluarga secara keseluruhan dengan membiasakan memecahkan masalah atau sumber stres secara adaptif. Hal ini dikarenakan karakteristik skizofrenia yang begitu kompleks sehingga akan mengakibatkan beban bagi keluarga dan secara tidak langsung dapat mempengaruhi anggota keluarga yang lain (Wardaningsih et al., 2010). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmani et al (2019) yang berjudul *Coping Strategies of Family Caregivers of Patients With Schizophrenia in Iran* menyatakan bahwa dari 225 keluarga yang menjadi *caregiver* pasien dengan skizofrenia, terdapat 23,11% menggunakan strategi koping *Emotional Focused Coping*. Keluarga yang menjadi *caregiver* dengan pasien skizofrenia lebih banyak menggunakan strategi koping maladaptif dengan mengikuti emosinya, termasuk *denial*, *venting* dan *self-blame*. Lebih lanjut, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa beban dan beberapa faktor demografis keluarga yang menjadi *caregiver* merupakan faktor yang mempengaruhi strategi koping seseorang.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh data bahwa jenis kelamin responden sebagian besar laki-laki (70,3%), untuk tingkat pendidikan responden paling dominan dengan tingkat pendidikan SMP (29,7%). Pekerjaan responden sebagian besar sebagai wiraswasta (48,6%) dengan lama rawat yang paling dominan adalah >10 tahun (67,6%). Adapun Tingkat stres keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II yang paling dominan dengan tingkat stres sedang (62,2%). Kemudian untuk strategi koping responden sebagian besar dalam kategori EFC (62,2%). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping keluarga yang menjadi *caregiver* pasien skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II.

DAFTAR PUSTAKA

- Carver. (1997). *The Value of NovoPsych Data – New Norms for the Brief-COPE – NovoPsych*.
<https://novopsych.com.au/news/the-value-of-novopsych-data-new-norms-for-the-brief-cope/>
- Lazarus, richard s, & Folkman, S. (1984). Managing Stress: Mindfulness-Based Strategies. *Stress Appraisal and Coping*, 1 to 95. http://www.changeforlife.com/holmes_rahe.html
- Malau, R., & Jannah, S. R. (2018). Stres Dengan Strategi Koping Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Yang Menderita Skizofrenia. *JIM FKep*, 3(4).
- Maryam, S. (2017). Stres Keluarga: Model Dan Pengukurannya. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(2), 335–343. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i2.920>
- McGuire, et al. (2009). The impact of physical environment on employee commitment in call centres: The mediating role of employee well-being. *Team Performance Management*, 15(1–2), 35–48. <https://doi.org/10.1108/13527590910937702>
- Pardede, J. A. (2019). Self-Efficacy Dan Peran Keluarga Berhubungan Dengan Frekuensi Kekambuhan Pasien Skizofrenia. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Rahmani, F., Ranjbar, F., Hosseinzadeh, M., Sajjad, S., Dickens, G. L., & Vahidi, M. (2019). International Journal of Nursing Sciences Coping strategies of family caregivers of patients with schizophrenia in Iran : A cross-sectional survey. *International Journal of Nursing Sciences*, 6(2), 148–153. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2019.03.006>
- Riskesdas Jawa Tengah. (2018). Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Riskesdas Nasional. (2021). Riskesdas Nasional. In *F1000Research* (Vol. 10, p. 126). <https://doi.org/10.12688/f1000research.46544.1>
- Wanti, Y., Widiarti, E., & Fitriana, N. (2016). Gambaran Strategi Koping Keluarga dalam Merawat Anggota Keluarga yang Menderita Gangguan Jiwa Bera. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, v4(n1), 89–97. <https://doi.org/10.24198/jkp.v4n1.9>
- Wardaningsih, S., Rochmawati, E., & Sutarjo, P. (2010). Gambaran Strategi Koping Keluarga dalam Merawat Pasien Skizofrenia di Wilayah Kecamatan Kasihan Bantul Description Family Coping Strategy in Treating Schizophrenia Patient in Sub-District of Kasihan, Bantul. *Mutiara Medika*, 10(1), 55–61.
- Win, R., Angkasa, M. P., & Astuti, D. P. (2022). Literatur Review: Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Angka Kekambuhan Pasien Gangguan Jiwa (Skizofrenia). *PenA*, 36(1), 1–12.
- World Health Organization. (2018). *Skizophrenia* (Vol. 7, Issue 2).

