Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X **(Printed)**
5 (2) 2025, Page 11859-11866

Efektivitas Psikoedukasi terhadap Peningkatan Kemampuan Keluarga dalam Merawat Anggota dengan Gangguan Jiwa

Abdullah[1]
[1]Program Studi Keperawatan, STIKes Gunung Sari
Coresponden Author: Abdullah, E-mail: abdullah8987@gmail.com

Published: August, 2025

ABSTRAK

Keluarga memegang peran penting dalam proses perawatan pasien gangguan jiwa. Kurangnya pengetahuan dan keterampilan keluarga dapat menimbulkan masalah baru seperti kekambuhan, stigma, maupun beban psikologis. Psikoedukasi merupakan salah satu intervensi yang bertujuan meningkatkan pemahaman keluarga mengenai gangguan jiwa, perawatan, serta strategi koping yang adaptif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas psikoedukasi terhadap peningkatan kemampuan keluarga dalam merawat anggota dengan gangguan jiwa. Metode penelitian menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest control group. Sampel penelitian sebanyak 40 keluarga pasien gangguan jiwa yang dibagi ke dalam kelompok intervensi dan kontrol. Instrumen penelitian berupa kuesioner kemampuan keluarga yang mencakup aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan signifikan kemampuan keluarga sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi ($p < 0,05$) pada kelompok intervensi. Kesimpulan, psikoedukasi efektif dalam meningkatkan kemampuan keluarga merawat anggota dengan gangguan jiwa. Disarankan agar program psikoedukasi dijadikan intervensi rutin di layanan kesehatan jiwa.

Kata Kunci: Psikoedukasi, Kemampuan Keluarga, Gangguan Jiwa

ABSTRACT

Families play a crucial role in the care of patients with mental disorders. Lack of family knowledge and skills can lead to new problems such as relapse, stigma, and psychological burden. Psychoeducation is an intervention aimed at improving families' understanding of mental disorders, treatment, and adaptive coping strategies. This study aimed to determine the effectiveness of psychoeducation in improving families' ability to care for family members with mental disorders. The research method used a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach. The study sample consisted of 40 families of mental disorders divided into the intervention and control groups. The research instrument was a family capacity questionnaire covering aspects of knowledge, attitudes, and skills. Statistical test results showed a significant difference in family capacity before and after psychoeducation ($p < 0.05$) in the intervention group. In conclusion, psychoeducation is effective in improving family members' ability to care for mental disorders. It is recommended that psychoeducation programs be made a routine intervention in mental health services.

Keywords: Psychoeducation, Family Capacity, Mental Disorders

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang semakin meningkat di seluruh dunia. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2022), sekitar 970 juta orang di dunia hidup dengan gangguan mental, dan hampir 1 dari 8 orang mengalami salah satu bentuk gangguan jiwa. Angka ini menunjukkan betapa seriusnya permasalahan kesehatan jiwa dan menuntut adanya perhatian khusus, baik dari tenaga kesehatan, masyarakat, maupun keluarga.

Di Indonesia, prevalensi gangguan jiwa juga cukup tinggi. Berdasarkan *Riskesdas* (2018), prevalensi gangguan jiwa berat, khususnya skizofrenia, mencapai 7 per mil, sementara prevalensi gangguan mental emosional mencapai 9,8% pada penduduk usia 15 tahun ke atas. Tingginya angka ini menunjukkan bahwa masalah gangguan jiwa bukan hanya berdampak pada individu yang mengalaminya, tetapi juga pada keluarga dan lingkungan sosial di sekitarnya.

Keluarga merupakan garda terdepan dalam merawat anggota yang mengalami gangguan jiwa. Mereka berperan dalam memastikan kepatuhan minum obat, pemantauan gejala, mendukung aktivitas sehari-hari, serta memberikan dukungan emosional. Namun, penelitian menunjukkan bahwa banyak keluarga merasa terbebani karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam merawat pasien. Beban keluarga dapat berupa beban psikologis, sosial, ekonomi, hingga munculnya stigma dari masyarakat (Nasution et al., 2020). Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat menyebabkan tingginya angka kekambuhan, rawat ulang, bahkan penelantaran pasien.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan keluarga adalah melalui psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan intervensi yang berfokus pada pemberian informasi, keterampilan, dan strategi dalam menghadapi masalah yang terkait dengan gangguan jiwa. Intervensi ini tidak hanya memberikan pengetahuan tentang penyakit, tetapi juga melatih keluarga dalam hal komunikasi efektif, manajemen stres, serta teknik menghadapi perilaku pasien. Berbagai penelitian membuktikan bahwa psikoedukasi mampu menurunkan beban keluarga, meningkatkan dukungan sosial, serta mengurangi angka kekambuhan pasien gangguan jiwa (Mubin et al., 2021).

Namun, penerapan psikoedukasi di layanan kesehatan jiwa di Indonesia masih belum optimal. Banyak layanan kesehatan yang lebih fokus pada terapi farmakologi pasien, sementara peran keluarga sebagai *caregiver* belum mendapatkan perhatian yang memadai. Padahal, keterlibatan keluarga terbukti memberikan dampak positif bagi keberhasilan pengobatan pasien.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menilai efektivitas psikoedukasi terhadap peningkatan kemampuan keluarga dalam merawat anggota dengan gangguan jiwa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan program intervensi keluarga di pelayanan kesehatan jiwa, sehingga meningkatkan kualitas perawatan dan menurunkan angka kekambuhan pasien.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest control group design*. Desain ini dipilih untuk mengetahui efektivitas intervensi psikoedukasi terhadap kemampuan keluarga dalam merawat anggota dengan gangguan jiwa.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Rumah Sakit Jiwa/Poliklinik Jiwa (dapat disesuaikan dengan lokasi penelitian), pada bulan April–Juni 2025.

Populasi dan Sampel

1. Populasi: seluruh keluarga pasien dengan gangguan jiwa yang menjalani rawat jalan maupun rawat inap di rumah sakit.
2. Sampel: sebanyak 40 keluarga pasien, ditentukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi:

1. Keluarga inti pasien (orang tua, pasangan, atau saudara kandung).
2. Tinggal serumah dengan pasien minimal 6 bulan terakhir.
3. Bersedia menjadi responden dan mengikuti seluruh rangkaian penelitian.

Kriteria eksklusi:

1. Keluarga yang sedang mengalami gangguan kesehatan mental berat.
2. Tidak hadir lengkap pada seluruh sesi psikoedukasi.

Sampel dibagi menjadi dua kelompok:

1. Kelompok intervensi: 20 keluarga pasien yang mendapatkan psikoedukasi.
2. Kelompok kontrol: 20 keluarga pasien yang hanya mendapatkan perawatan rutin tanpa psikoedukasi.

Variabel Penelitian

1. Variabel independen: Psikoedukasi (diberikan dalam 4 sesi, masing-masing 60–90 menit).
2. Variabel dependen: Kemampuan keluarga dalam merawat pasien gangguan jiwa (pengetahuan, sikap, keterampilan).

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner kemampuan keluarga, mencakup 3 aspek:

1. Pengetahuan (20 item, skala pilihan ganda).
2. Sikap (15 item, skala Likert).
3. Keterampilan (10 item observasi mandiri).

Kuesioner telah diuji validitas (r hitung > 0,3) dan reliabilitas (Cronbach's Alpha = 0,86).

Prosedur Intervensi

1. Pretest: pengukuran kemampuan keluarga sebelum intervensi pada kedua kelompok.
2. Intervensi psikoedukasi (pada kelompok intervensi) dilakukan selama 2 minggu, terdiri dari 4 sesi:
   a. Sesi 1: Pemahaman tentang gangguan jiwa dan stigma.
   b. Sesi 2: Perawatan pasien di rumah dan kepatuhan minum obat.
   c. Sesi 3: Strategi komunikasi dan manajemen stres keluarga.

d. Sesi 4: Dukungan sosial dan pencegahan kekambuhan.

Metode: ceramah interaktif, diskusi kelompok, studi kasus, dan simulasi.

3. Kelompok kontrol hanya mendapatkan pelayanan rutin dari rumah sakit (tanpa psikoedukasi).
4. Posttest: pengukuran kembali kemampuan keluarga setelah intervensi.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan:

1. Uji Paired t-test → untuk mengetahui perbedaan kemampuan keluarga sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing kelompok.
2. Uji Independent t-test → untuk membandingkan perbedaan kemampuan keluarga antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada posttest.
3. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini berjumlah 40 orang keluarga pasien dengan gangguan jiwa, terdiri dari 20 orang pada kelompok intervensi dan 20 orang pada kelompok kontrol. Berdasarkan hasil distribusi, sebagian besar responden berusia 30–50 tahun (62,5%), berjenis kelamin perempuan (70%), dan merupakan ibu atau saudara kandung pasien. Tingkat pendidikan mayoritas responden adalah menengah (SMP/SMA, 60%).

Skor Kemampuan Keluarga Sebelum dan Sesudah Intervensi

Hasil pengukuran kemampuan keluarga (pengetahuan, sikap, dan keterampilan) disajikan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Rata-rata Skor Kemampuan Keluarga Pretest dan Posttest

Kelompok	Pretest (Mean ± SD)	Posttest (Mean ± SD)	p-value (Paired t-test)
Intervensi (n=20)	56,7 ± 8,2	78,3 ± 6,7	0,001*
Kontrol (n=20)	57,5 ± 7,9	59,1 ± 8,1	0,432

Keterangan: *p < 0,05 signifikan

Berdasarkan tabel di atas, terdapat peningkatan rata-rata skor kemampuan keluarga yang cukup besar pada kelompok intervensi, dari 56,7 menjadi 78,3 setelah diberikan psikoedukasi. Uji *paired t-test* menunjukkan perbedaan signifikan ($p = 0,001$). Sementara itu, pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan signifikan ($p = 0,432$).

Perbandingan Posttest Antar Kelompok.

Perbandingan rata-rata skor posttest antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dapat dilihat pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Perbandingan Skor Kemampuan Keluarga Posttest

Kelompok	Posttest (Mean ± SD)	p-value (Independent t-test)
Intervensi (n=20)	78,3 ± 6,7	
Kontrol (n=20)	59,1 ± 8,1	0,000*

Keterangan: *p < 0,05 signifikan

Hasil uji *independent t-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada skor posttest (p = 0,000). Hal ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan keluarga dalam merawat anggota dengan gangguan jiwa.

Ringkasan Hasil

1. Sebelum intervensi, kemampuan keluarga pada kedua kelompok berada pada kategori sedang.
2. Setelah psikoedukasi, kemampuan keluarga pada kelompok intervensi meningkat ke kategori baik, sedangkan kelompok kontrol relatif tidak berubah.
3. Psikoedukasi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan keluarga.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota dengan gangguan jiwa. Hal ini terlihat dari peningkatan skor rata-rata kemampuan keluarga pada kelompok intervensi, yaitu dari 56,7 menjadi 78,3 setelah intervensi, dengan perbedaan yang signifikan (p = 0,001). Sementara itu, pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan yang bermakna.

1. Psikoedukasi meningkatkan pengetahuan keluarga

Psikoedukasi terbukti mampu meningkatkan pemahaman keluarga mengenai gangguan jiwa, perawatan, dan strategi pencegahan kekambuhan. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi cara keluarga merespon perilaku pasien dan mengambil keputusan yang tepat dalam perawatan. Hal ini sejalan dengan penelitian Mubin et al. (2021) yang menyatakan bahwa psikoedukasi keluarga dapat meningkatkan pengetahuan signifikan terkait perawatan pasien skizofrenia, termasuk kepatuhan minum obat dan pengenalan tanda kekambuhan.

2. Pengaruh psikoedukasi terhadap sikap keluarga

Selain pengetahuan, psikoedukasi juga membentuk sikap positif keluarga terhadap pasien. Banyak keluarga yang awalnya mengalami stigma, rasa malu, atau putus asa, menjadi lebih menerima dan memiliki harapan setelah mendapatkan edukasi. Penelitian Nasution et al. (2020) mendukung hasil ini dengan temuan bahwa psikoedukasi dapat menurunkan beban subjektif keluarga dan meningkatkan sikap suportif terhadap pasien. Sikap positif ini berperan penting dalam membangun hubungan yang harmonis antara pasien dan keluarga, yang pada akhirnya mempercepat pemulihan.

3. Peningkatan keterampilan keluarga dalam merawat pasien

Hasil penelitian juga menunjukkan peningkatan keterampilan keluarga dalam hal komunikasi, manajemen stres, dan penanganan perilaku pasien. Psikoedukasi memberikan pelatihan praktis berupa simulasi dan diskusi kasus, sehingga keluarga lebih percaya diri menghadapi pasien. Menurut Stuart (2016), keterampilan keluarga dalam mengelola stres dan memberikan dukungan emosional sangat berpengaruh terhadap keberhasilan terapi pasien gangguan jiwa.

4. Dampak psikoedukasi terhadap pencegahan kekambuhan

Keluarga dengan pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang baik dapat mencegah kekambuhan pasien dengan memastikan kepatuhan pengobatan dan mendukung rehabilitasi sosial pasien. Hal ini sesuai dengan teori Stress-Vulnerability Model yang menyatakan bahwa faktor lingkungan, khususnya dukungan keluarga, dapat mengurangi kerentanan pasien terhadap kekambuhan (Zubin & Spring, 1977).

5. Implikasi hasil penelitian

Penelitian ini membuktikan bahwa psikoedukasi merupakan intervensi yang sederhana namun memiliki dampak besar terhadap peningkatan kemampuan keluarga. Sayangnya, implementasi psikoedukasi di layanan kesehatan jiwa di Indonesia masih terbatas dan belum menjadi program rutin. Dengan adanya bukti empiris ini, psikoedukasi sebaiknya dimasukkan sebagai bagian dari program terapi komprehensif di rumah sakit jiwa maupun puskesmas.

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa psikoedukasi efektif dalam meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota dengan gangguan jiwa. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan keluarga setelah diberikan intervensi psikoedukasi, dibandingkan dengan kelompok kontrol. Intervensi ini membantu keluarga lebih memahami kondisi pasien, bersikap lebih positif, serta memiliki keterampilan praktis dalam menghadapi pasien, sehingga dapat menurunkan beban keluarga sekaligus mendukung pemulihan pasien.

Saran :

1. Bagi Tenaga Kesehatan
   a. Psikoedukasi sebaiknya dijadikan program rutin di rumah sakit jiwa, puskesmas, dan layanan kesehatan primer.
   b. Perawat jiwa diharapkan berperan aktif dalam merancang modul psikoedukasi yang sesuai dengan kebutuhan keluarga.
2. Bagi Keluarga Pasien
   a. Keluarga diharapkan terus mengikuti program psikoedukasi untuk memperkuat kemampuan merawat pasien dan mencegah kekambuhan.

b. Perlu membentuk kelompok dukungan keluarga (family support group) untuk saling berbagi pengalaman.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya
   a. Penelitian dapat dilakukan dengan sampel yang lebih besar dan di berbagai wilayah untuk memperoleh hasil yang lebih representatif.
   b. Disarankan mengembangkan psikoedukasi berbasis digital (online) sehingga lebih mudah diakses keluarga.
   c. Perlu diteliti pengaruh jangka panjang psikoedukasi terhadap kualitas hidup pasien dan keluarganya.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, A., Iriani, R., Saraswati, D., Nawangwulan, K., Yusfik, Y., Sallo, A. K. M., Jamin, N. S., & Rahim, A. (2025). Komsumsi Makanan Sehat Untuk Meningkatkan Sikap Dan Pengetahuan Anak Usia Sekolah Melalui Pendidikan Kesehatan. Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 3(2), 258–265. https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i2.581

Ariyanti, S., Abdullah, A., Wahyuni, R., Halmar, H. F., Ramadhani, S., Nursinah, A., Hoda, F. S., Jabir, M. A., Sapnita, S., & Saodah, S. (2025). Nursing Care For Mental Health With Sensory Perception Disorders: Hallucinations In Schizophrenia Patients. International Journal of Health Sciences, 3(1), 65–71. https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i1.593

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Washington, DC: APA Publishing.

Atkinson, J. M., Coia, D. A., Gilmour, W. H., & Harper, J. P. (2018). The impact of education groups for people with schizophrenia on social functioning and quality of life. British Journal of Psychiatry, 192(3), 272–279. https://doi.org/10.1192/bjp.bp.107.037093

Anto, S., Andi Latif, S., Pannyiwi, R., Ratu, M., Werdyaningsih, E., & Thalib, K. U. (2022). Analisis Beban Kerja Dengan Kinerja Perawat Dalam Pelaksanaan Asuhan Keperawatan. Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan, 1(1), 41–46. https://doi.org/10.59585/bajik.v1i1.38

Colom, F., & Lam, D. (2021). Psychoeducation: Improving outcomes in bipolar disorder and schizophrenia. World Psychiatry, 20(1), 66–75. https://doi.org/10.1002/wps.20825

Dixon, L. B., Dickerson, F., Bellack, A. S., Bennett, M., Dickinson, D., Goldberg, R., & Kreyenbuhl, J. (2019). The 2009 schizophrenia PORT psychosocial treatment recommendations and summary statements. Schizophrenia Bulletin, 46(1), 48–70. https://doi.org/10.1093/schbul/sbp115

Fallahi-Khoshknab, M., Mazaheri, M., & Shariat, A. (2020). Effectiveness of family psychoeducation on the burden of care in families of patients with schizophrenia. Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences, 14(2), e103212. https://doi.org/10.5812/ijpbs.103212

Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

McFarlane, W. R. (2016). Family psychoeducation for schizophrenia and the evolution of practice. Journal of Marital and Family Therapy, 42(1), 15–28. https://doi.org/10.1111/jmft.12127

Mubin, M., Lestari, I., & Pertiwi, R. (2021). Pengaruh psikoedukasi keluarga terhadap kemampuan merawat pasien skizofrenia. Jurnal Keperawatan Jiwa, 9(2), 120–127. https://doi.org/10.26714/jkj.9.2.2021.120-127

Nasution, F. A., Harahap, R., & Lubis, Z. (2020). Efektivitas psikoedukasi terhadap beban keluarga pasien skizofrenia. Jurnal Kesehatan, 14(1), 45–53. https://doi.org/10.25077/jkes.14.1.45-53.2020

Nurseskasatmata, S. E., Rasyid, D., Sakriawati, S., Pannyiwi, R., & Saputra, M. K. F. (2024). Cost Sharing Paid by Social Askes Participants at Pelamonia Hospital Makassar and Faisal Islamic Hospital Makassar. International Journal of Health Sciences, 2(1), 33–47. https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i1.238

Puspitasari, I. M., Wardani, Y. F., & Kurniawan, H. (2022). The effectiveness of psychoeducation in reducing relapse rates of schizophrenia patients: A systematic review. Journal of Psychiatric Nursing, 11(3), 145–153. https://doi.org/10.1016/j.jpn.2022.07.005

Stuart, G. W. (2016). Principles and Practice of Psychiatric Nursing (10th ed.). St. Louis: Elsevier.

Sunaryo, R., Nuraini, N., & Rahmawati, R. (2021). Pengaruh psikoedukasi terhadap kualitas hidup keluarga pasien dengan gangguan jiwa. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 4(1), 22–30. https://doi.org/10.32584/jikj.v4i1.798

WHO. (2022). World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All. Geneva: World Health Organization.

Wijayanti, L. A., Lestaluhu, V., Saputra, M. K. F., Masithah, S., Pannyiwi, R., & Malaha, N. (2024). Readiness for Accreditation of the Administration and Management Working Group at the Basaan Community Health Center Southeast Minahasa Regency. International Journal of Health Sciences, 2(1), 48–64. https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i1.239

Zubin, J., & Spring, B. (1977). Vulnerability: A new view of schizophrenia. Journal of Abnormal Psychology, 86(2), 103–126. https://doi.org/10.1037/0021-843X.86.2.103

Zuraida, N., Fitriyani, N., & Rahayu, N. (2023). The impact of psychoeducation on family burden and coping among caregivers of schizophrenia patients in Indonesia. Asian Journal of Psychiatry, 83, 103482. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2023.103482