

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Skizofrenia, gangguan mental serius yang menyebabkan distorsi pemikiran mendasar, mengaburkan realitas dan menimbulkan halusinasi. Gejala *skizofrenia* meliputi halusinasi seperti merasa diikuti, mendengar suara dan waham seperti keyakinan tidak realistis, yang mana menghadirkan tantangan dalam perkawinan. Menurut Fervaha dkk., (2014), *skizofrenia* mengganggu fungsi hubungan interpersonal, fungsi kerja, perawatan diri, dan partisipasi dalam kegiatan masyarakat. Gejala signifikan dan ketidakmampuan untuk beraktivitas secara normal pada individu dengan *skizofrenia*, maka orang tersebut perlu dijaga seseorang yang disebut *caregivers*.

Caregivers dibagi menjadi dua yaitu formal *caregivers* dan informal *caregivers*. Formal *caregivers* adalah peran yang dibayar, sedangkan *caregivers* informal tidak dibayar, sering kali mereka adalah pasangan, anggota keluarga lain, atau teman (Society & Burrows, 2025). Dalam hal ini, apabila suami yang mengalami *skizofrenia*, maka istri menjadi seorang *caregivers*. Istri yang menjadi *caregivers* bagi suami yang memiliki *skizofrenia* akan mengalami beberapa peningkatan dalam intensitas terhadap stres, kemarahan, stigma dan ketidakpuasan dalam hidup (Chang & Horrocks, 2006). Kondisi ini mengganggu aktivitas fisik dan kesehatan mental *caregivers*, memicu depresi, stres, cemas, kesepian, kelelahan, kesedihan, serta gangguan tidur (Sahin & Lok, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Vanteemar S Sreeraj dkk., (2019) mengemukakan bahwa kondisi ini sangat membebani, terutama istri, karena harus menanggung hampir semua beban sendiri, termasuk mengurus keuangan keluarga, pekerjaan rumah tangga, dan merawat anak-anak. Kurniawan (2015) mengemukakan bahwa gangguan jiwa pada salah satu atau kedua pihak dalam hubungan keluarga dapat meningkatkan risiko terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, baik dalam hubungan suami-istri maupun orangtua-anak. Di permasalahan yang lebih luas seperti lingkungan sekitar, istri juga harus mampu mengatasi stigma yang beredar pada suami. Keluarga dengan anggota *skizofrenia* sering distigmatisasi sebagai orang gila, mengalami pengasingan, diremehkan, dan menjadi gosip lingkungan (Gitasari & Savira 2015). Stigma ini muncul karena gejala *skizofrenia* dan perilaku tidak natural seperti halusinasi, yang dianggap sebagai aib atau pengaruh mistis (Hawari dalam Handayani dkk., 2017).

Dengan semua yang dialami, maka istri akan kesulitan untuk bangkit kembali. Namun, dibalik kesulitan yang ada, ternyata *caregiver* bisa bangkit kembali dengan mempunyai adanya resiliensi yang terbentuk. Resiliensi merupakan cara bagaimana seseorang mampu bertahan dan bangkit saat diterpa masalah.

Resiliensi seringkali dipahami sebagai hasil akhir, padahal esensinya adalah sebuah proses adaptasi yang dinamis. Ini bukanlah sifat bawaan yang dimiliki atau tidak dimiliki seseorang, melainkan serangkaian mekanisme yang diaktifkan ketika individu menghadapi kesulitan. Seperti yang dikemukakan Wald J.W dkk., (2006) resiliensi adalah bentuk adaptasi positif di mana individu mampu menjaga atau memulihkan kesehatan mentalnya meskipun dihadapkan pada berbagai kesulitan.

Proses ini memungkinkan individu untuk tidak hanya bertahan dari masalah, tetapi juga bangkit dan berkembang. Reivich & Shatté (2002) mengemukakan bahwa resiliensi secara alami dapat mempengaruhi individu dalam berbagai aspek, termasuk perilaku di tempat kerja, kesehatan mental, kesehatan fisik, dan kualitas hubungan antar individu. Jadi, resiliensi sangat penting sekali dimiliki agar bisa menerima, beradaptasi, bangkit dan juga mengatasi sebuah permasalahan yang terjadi. Dalam prosesnya, menurut Reivich dan Shatté (2002) resiliensi terpenuhi apabila seseorang mampu melakukan regulasi emosi, kontrol impuls, optimis dalam kehidupan, menganalisa sebab dari sebuah peristiwa, penuh empati, percaya diri, dan positif dalam mencapai sesuatu. Tujuh hal penting ini merupakan bagian dari proses resiliensi itu sendiri.

Pada hasil penelitian Habibah dkk., (2024) mengungkapkan bahwa individu dengan resiliensi akan cenderung menunjukkan emosi yang positif dalam menghadapi berbagai peristiwa ini juga diperkuat dengan wawancara singkat yang dilakukan peneliti dengan salah satu narasumber yaitu MS menunjukkan bahwa meskipun ia menghadapi peran ganda sebagai istri dan kepala keluarga, ia menunjukkan semangat dan optimisme. Hal serupa dirasakan oleh SH, yang meskipun sering menangis, tetap mencari cara untuk mengatasi tantangan yang ada. Ini membuktikan bahwa meskipun dihadapkan pada kesulitan dan tantangan, istri memiliki potensi untuk bangkit dan menjadi seseorang yang resilien. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Saputro dkk., (2023) di Bogor menunjukkan bahwa *caregiver* keluarga dengan *skizofrenia* memiliki resiliensi yang dipengaruhi oleh kedekatan dengan Tuhan, komunikasi keluarga yang baik, dan dukungan sosial.

Resiliensi ini membantu mengatasi tantangan ekonomi dan emosional melalui regulasi emosi, optimisme, empati. Lalu, meskipun ada penelitian Lok & B, (2018) yang mengungkapkan bahwa *caregiver* dapat menimbulkan dampak serius, seperti perasaan frustrasi, putus asa, kesepian, dan kemarahan. Akan tetapi pada penelitian yang dilakukan Stanley & Balakrishnan (2022) mengukur resiliensi di India, menunjukkan bahwa mayoritas *caregiver* yang terlibat dalam penelitian ini (70,7%) memiliki tingkat resiliensi yang dikategorikan tinggi. Hal ini memperkuat gagasan bahwa meskipun seringkali merasakan stres, sebagian besar *caregiver* menunjukkan kemampuan resiliensi yang signifikan. Penelitian Stanley & Balakrishnan (2021) menemukan bahwa *caregiver* memiliki resiliensi tinggi meskipun persepsi dukungan sosial dan kepuasan hidup bervariasi.

Penelitian Kasimahanti dkk., (2024) pada 30 *caregiver* individu dengan *skizofrenia* menunjukkan skor resiliensi tertinggi (rata-rata 69,67), dan mayoritas responden adalah wanita. Jadi, meskipun dihadapkan pada kesulitan dan tantangan, istri mampu bangkit kembali setelah terjatuh, untuk tetap optimis di tengah keputusasaan, menjadi benteng pertahanan yang kokoh bagi keluarganya, menjadi seseorang yang resilien. Manfaat resiliensi sendiri menurut Ak & Gökdaş (Holaday dalam Hartosujono, 2014) menjelaskan bahwa individu yang memiliki resilien mampu untuk secara cepat kembali kepada kondisi sebelum trauma, terlihat kebal dari berbagai peristiwa-peristiwa kehidupan yang negatif, serta mampu beradaptasi terhadap stres yang ekstrem dan kesengsaraan.

Sreeja Sreekumar, T. P. Subhalakshmi, P. Joseph Varghese (dalam Johnson dkk., 2021) menyebutkan bahwa rendah resiliensi akan menyebabkan depresi. Pada

penelitian Johnson dkk., (2021), menunjukkan bahwa rendahnya resiliensi pada istri menyebabkan penurunan kualitas pernikahan, kesulitan regulasi emosi dan psikologis, strategi koping yang tidak efektif, lalu berefek pada kesehatan fisik. Maka jika memiliki resiliensi yang rendah, istri akan kesulitan untuk menangani keadaan keluarga secara seutuhnya, bahkan tidak mampu untuk menangani dirinya sendiri karena beban yang dirasakan. Mengingat banyak masalah yang terjadi pada istri tidak hanya melibatkan fisik tetapi juga mental yang disebut *Burden* (Fauziah dalam Nainggolan, Jusnita & Hidajat, L, 2013). Resiliensi menjadi suatu tanda bahwa seseorang mampu beradaptasi dengan seberat apapun masalah yang dihadapi. Resiliensi merupakan kemampuan adaptif yang memungkinkan seseorang untuk mengatasi kesulitan dengan lebih baik. Resiliensi dianggap sebagai fondasi utama bagi pembentukan karakter positif, khususnya dalam pengembangan kekuatan emosional (Ratna dkk., 2024).

Memiliki suami *skizofrenia* menjadi beban bagi istri, menyebabkan perubahan signifikan dalam kegiatan bersama serta penyesuaian tugas dan tanggung jawab keluarga seperti pekerjaan, rumah tangga, pendidikan, anak. Namun ketahanan istri menjadi hal penting. Kemampuan bertahan yang besar ketika diterpa tekanan ini, membuat peneliti ingin mencari lebih banyak tentang hal yang membentuk dan menggambarkan resiliensi dari seorang istri yang memiliki suami dengan *skizofrenia*.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran resiliensi dari istri yang mempunyai suami dengan *Skizofrenia*?

C. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran resiliensi dari istri yang memiliki suami dengan *skizofrenia*.

2. Manfaat

a. Manfaat Teoritis

Membantu untuk lebih memahami gambaran resiliensi pada istri yang memiliki suami dengan *skizofrenia*.

b. Manfaat Praktis

Sebagai sarana untuk mendukung para istri yang mempunyai masalah yang sama, mulai dari dukungan sosial dan dukungan psikologis untuk mendukung para istri yang memiliki suami dengan *skizofrenia*.