

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP DISTRESS PSIKOLOGIK PADA
PRIMARY FAMILY CAREGIVER PENDERITA SKIZOFRENIA DI POLI Jiwa
RSUD JUNJUNG BESAHOH KABUPATEN BANGKA SELATAN**

Nurwijaya Fitri^{1*}, Nova Mardiana²

^{1, 2} Institut Citra Internasional, Bangka Belitung, Indonesia

*Email: nurwijayafitri.kepjiwa@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kesehatan jiwa adalah kondisi seseorang dalam keadaan sehat secara kognitif, afektif, fisiologis, perilaku dan sosial sehingga mampu memenuhi tanggung jawab, berfungsi secara efektif di lingkungannya dan puas dengan perannya sebagai individu maupun dalam berhubungan secara interpersonal. **Tujuan:** Menganalisis hubungan dukungan sosial terhadap Distress Psikologik pada *Primary Family Caregiver* penderita skizofrenia di Poli Jiwa RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2025. **Metode:** Penelitian ini menggunakan *cross-sectional* dengan variabel independen (dukungan sosial, lama merawat dan pendidikan) dan variabel dependen (Distress Psikologik *Primary Family Caregiver*). Besaran populasi pada penelitian ini sebanyak 134 orang dan sampel sebanyak 63 orang perhitungan menggunakan *simple random sampling*. Alat penelitian berupa kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji chi-square. **Hasil:** Sebagian besar pasien dukungan sosial baik yaitu sebanyak 25 orang (80,6%), diperoleh *p-value* variabel dukungan sosial $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial terhadap Distress Psikologik pada *Primary Family Caregiver*. **Kesimpulan:** ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap Distress Psikologik pada *Primary Family Caregiver* penderita skizofrenia

Kata kunci: Distress Psikologik; *Primary Family Caregiver*; Dukungan Sosial; Skizofrenia

ABSTRACT

Background: Mental health is a condition where a person is cognitively, affectively, physiologically, behaviorally and socially healthy so that he is able to fulfill his responsibilities, function effectively in his environment and be satisfied with his role as an individual and in interpersonal relationships. **Objective:** To analyze The relationship between social support and psychological distress in primary family caregivers of schizophrenia patients at the Mental Health Polyclinic of Junjung Besaoh Regional Hospital, South Bangka Regency in 2025 . **Method:** This study used a cross-sectional approach with independent variables (social support, length of care, and education) and dependent variables (*Primary Family Caregiver Psychological Distress*). The population size in this study was 134 people and a sample of 63 people was calculated using simple random sampling. The research tool was a questionnaire. Data were analyzed using the chi-square test. **Results:** Most patients had good social support, namely 25 people (80.6%), and the *p-value* for the social support variable was obtained $0.000 < 0.05$. This shows that there is a relationship between social support and psychological distress in primary family caregivers . **Conclusion:** There is a significant relationship between social support and psychological distress in primary family caregivers of schizophrenia sufferers.

Keywords: Psychological Distress; Primary Family Caregivers ; Social Support; Schizophrenia

Latar Belakang

Menurut data *World Health Organization* (2022) prevalensi masalah kesehatan jiwa diperkirakan sebanyak 450 juta orang diseluruh dunia mengalami gangguan jiwa. Terdapat sekitar 10% orang dewasa mengalami gangguan jiwa dan 25% penduduk diperkirakan akan mengalami gangguan jiwa pada usia tertentu selama hidupnya. Terdapat sekitar 24 juta jiwa atau 1 dari 300 jiwa (0,32%) menderita skizofrenia. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 dengan prevalensi skizofrenia mencapai 2 juta jiwa penderita (Organization, 2022)

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada 2023 menunjukkan bahwa prevalensi skizofrenia di Indonesia sebanyak 7% per 1000 rumah tangga. Survei Kesehatan Indonesia (2023) melakukan penilaian terhadap gangguan depresi dengan menggunakan instrument *Mini International Neuropsychiatric Interview* (MINI). Tingginya proporsi depresi pada kelompok anak muda yaitu penduduk berusia 15-24 tahun memerlukan perhatian. Sebanyak 61% anak muda mengalami depresi dan dalam 1 bulan terakhir pernah berfikir untuk mengakhiri hidup (BPK, 2023). Data Provinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2023 menyatakan bahwa prevalensi orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) paling banyak terdapat pada Kabupaten Bangka dengan kasus sebanyak 541 kasus dengan (100%) mendapat pelayanan kesehatan (Belitung, 2023).

Menurut data klien dengan gangguan jiwa yang rutin berobat di RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan pada tahun 2022

sebanyak 112 kasus, pada tahun 2023 sebanyak 126 kasus dan pada tahun 2024 sebanyak 134 kasus (Selatan, 2024).

Data Rekam Medis RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan menunjukkan bahwa jumlah klien gangguan jiwa yang rutin berobat terus meningkat setiap tahun. Peningkatan jumlah kasus ini berdampak pada bertambahnya jumlah primary family caregiver, yaitu anggota keluarga yang menjadi penanggung jawab utama dalam merawat pasien, seperti mengawasi kepatuhan minum obat, memenuhi kebutuhan sehari-hari, mendampingi kontrol ke fasilitas kesehatan, mengelola perilaku pasien saat kambuh, serta memberikan dukungan emosional secara terus-menerus. Kondisi tersebut sering menyebabkan caregiver burden berupa kelelahan fisik, stres, kecemasan, gangguan emosional, keterbatasan waktu untuk bekerja dan berinteraksi sosial, beban ekonomi akibat biaya perawatan, serta kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam merawat anggota keluarga dengan gangguan jiwa. Jika permasalahan ini tidak ditangani, maka dapat menurunkan kemampuan caregiver dalam memberikan perawatan yang optimal dan berpotensi meningkatkan risiko kekambuhan serta menurunkan kualitas hidup pasien.

Distres psikologik atau gangguan mental emosional adalah kondisi gangguan emosional yang ditandai dengan gejala depresi dan ansietas serta beberapa gejala gangguan somatik akibat kemampuan coping terhadap stresor yang tidak adekuat. Dukungan sosial

emosional dan koping spiritual memiliki manfaat positif terhadap distress psikologis pada pelaku rawat orang dengan skizofrenia. Beberapa manfaat positif tersebut diantaranya yaitu memberikan kepuasan dan ketrampilan koping 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 (Muri Cahyono Purba, Achir Yani S. Hamid, 2023)

Penelitian yang dilakukan oleh Qotrun Nada Salsabila et al., (2025), menyatakan dukungan sosial dapat menurunkan stres hingga 99,8% dan meningkatkan *self-efficacy caregiver* hingga 9 kali lebih tinggi. Dukungan sosial juga sangat mempengaruhi *self-efficacy caregiver*. Semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi juga *self-efficacy* yang dimiliki seseorang tersebut. Dukungan sosial terbesar berasal dari keluarga, selanjutnya oleh significant other (tenaga kesehatan (terapis), dan teman (Qotrun Nada Salsabila et al., 2025).

Penelitian ini bertujuan untuk menentukan apakah dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan terhadap Distress Psikologik pada *Primary Family Caregiver* penderita skizofrenia.

Metode

Populasi dalam penelitian ini adalah semua klien yang berobat di RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan. Sampel

dipilih dengan menggunakan teknik *simple random sampling*, menghasilkan sebanyak 63 responden, yang memenuhi kriteria inklusi: Klien yang berobat di poli jiwa RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan, dapat membaca dan menulis, bersedia berpartisipasi, dan kooperatif.

Alat Pengumpulan data berupa kuesioner. Kuesioner Distress Psikologik *Primary Family Caregiver* menggunakan kuesioner dari Trisnasari (2017) yang menggunakan kuesioner *Caregiver Burden Scale* menyatakan bahwa hasil uji validitas diperoleh r hitung antara $0,826 > 0,3338$ yang berarti kuesioner bersifat *valid*. Uji realibilitas ini menggunakan *Alfa Cronbach* didapatkan hasil $0,900 > 0,6$ yang berarti kuesioner bersifat *reliabel*. Kuesioner dukungan sosial menggunakan kuesioner yang dikembangkan dari penelitian (Putri, 2021), menyatakan bahwa hasil uji validitas kuesioner dukungan sosial terhadap *distres psikologik caregiver family primary* diperoleh r hitung antara $0,798 > 0,3338$ yang berarti kuesioner bersifat *valid*. Uji realibilitas ini menggunakan *Alfa Cronbach* didapatkan hasil $0,931 > 0,6$ yang berarti kuesioner bersifat *reliabel*. menulis, bersedia berpartisipasi, dan kooperatif.

Hasil

Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Dukungan Sosial

Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Dukungan Sosial Di Poli Jiwa
RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka

Selatan Tahun 2025 disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial Di Poli Jiwa RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan

Dukungan Sosial	Frekuensi	Persen (%)
Baik	31	49,2
Kurang Baik	32	50,8
Total	63	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang memiliki dukungan sosial kurang baik sebanyak 32 orang (50,8%) lebih banyak dibandingkan dengan responden yang memiliki dukungan sosial baik.

Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Distress Psikologik

Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Distress Psikologik Di Poli Jiwa RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2025 disajikan pada Tabel 2.

Tabel 1. Dukungan Sosial Terhadap Distress Psikologik Di Poli Jiwa RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2025

Dukungan Sosial	Distress Psikologik				Total		p-value	POR (CI 95%)
	Beban Ringan		Beban Berat					
	n	%	n	%	n	%		
Baik	25	80,6	6	19,4	31	100	0,000	6,250 (1,157-33,737)
Kurang Baik	2	6,2	30	93,8	32	100		
Total	27	42,9	36	57,1	63	100		

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa distress psikologik beban ringan lebih banyak ditemukan di dukungan sosial baik yaitu sebanyak 25 orang (80,6%) dibandingkan dengan dukungan sosial kurang baik yaitu sebanyak 2 orang (6,2%). Distress psikologik beban berat lebih banyak ditemukan di dukungan sosial kurang baik yaitu sebanyak 30

orang (93,8%) dibandingkan dengan dukungan sosial baik yaitu sebanyak 6 orang (19,4%). Hasil nilai signifikan dalam Uji *Chi-Square* adalah $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap distress psikologik. Nilai POR (CI 95%) = 6,250 (1,157-33,737) yang berarti responden dengan dukungan sosial kurang baik memiliki kecenderungan 6,250 kali lebih besar beresiko mengalami distress psikologik beban berat.

Pembahasan

Faktor sosial yang dapat menjadi stresor merupakan faktor berasal dari kondisi lingkungan sosial tempat individu berinteraksi. Peristiwa yang tidak menyenangkan seperti kehilangan anggota keluarga, perceraian, tindakan kekerasan, perubahan kondisi sosial dan faktor ekonomi. Perubahan sosial seperti migrasi dapat menjadi stresor terjadinya gangguan distress psikologik sebab individu dituntut untuk menyesuaikan diri dengan sistem lingkungan sosial yang baru (Hasan, Siti Idayu, Anne Yee, Ariyani Rinaldi, Adlina Aisya Azham & Hairi, 2021)

Status ekonomi yang rendah misalnya individu yang tidak bekerja dapat mengalami peningkatan tekanan psikologis sehingga menjadi lebih rentan untuk mengalami distress psikologik. Meskipun demikian masih terdapat perbedaan pendapat mengenai peran kondisi ekonomi sebagai penyebab gangguan kesehatan mental atau sebagai akibat yang ditimbulkan karena terjadinya gangguan kesehatan mental

tersebut. Selain itu, adanya anggota keluarga yang mengalami gangguan kesehatan mental atau *family psychiatric illness* juga dapat menjadi stresor distres psikologik. Keluarga merupakan lingkungan sosial yang sangat dekat dengan individu sehingga dapat memberikan pengaruh langsung terhadap kondisi mental individu. Dukungan sosial dapat mempengaruhi kemampuan individu untuk menangani tekanan yang berasal dari lingkungan sosial.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa distress psikologik beban ringan lebih banyak ditemukan di dukungan sosial baik yaitu sebanyak 25 orang (80,6%) dibandingkan dengan dukungan sosial kurang baik yaitu sebanyak 2 orang (6,2%). Distress psikologik beban berat lebih banyak ditemukan di dukungan sosial kurang baik yaitu sebanyak 30 orang (93,8%) dibandingkan dengan dukungan sosial baik yaitu sebanyak 6 orang (19,4%). Penelitian yang telah dilakukan pada 63 responden menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial terhadap distress psikologik pada *primary family caregiver* di poli jiwa RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan dengan nilai Uji *Chi-Square* adalah $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap distress psikologik pada *primary family caregiver*. Nilai POR (CI 95%) = 6,250 (1,157-33,737) yang berarti responden dengan dukungan sosial kurang baik memiliki kecenderungan 6,250 kali lebih besar beresiko mengalami distress psikologik beban berat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Qotrun Nada Salsabila et al., (2025) yang berjudul menyatakan bahwa hasil uji regresi dukungan sosial terhadap stres diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,030$ ($p < 0,05$) dengan nilai OR = 0,210 dan terhadap self-efficacy diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,004$ ($p < 0,05$) dengan nilai OR = 9,464 yang berarti dukungan sosial secara bermakna mempengaruhi stres dan self-efficacy. Dukungan sosial dapat menurunkan stres hingga 99,8% dan meningkatkan self-efficacy caregiver hingga 9 kali lebih tinggi. Dukungan sosial juga sangat mempengaruhi self-efficacy caregiver. Semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi juga self-efficacy yang dimiliki seseorang tersebut.

Dukungan sosial terbesar berasal dari keluarga, selanjutnya oleh significant other (tenaga kesehatan (terapis), dan teman. Oleh karena itu berbagai upaya untuk meningkatkan dukungan sosial kepada caregiver, dapat berupa edukasi dan konseling, harus menjadi bagian dari program layanan kesehatan khususnya rehabilitasi agar pelaksanaan dan kontinuitas terapi lebih optimal sehingga proses pemulihan pasien menjadi lebih cepat.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk (2021) menyatakan bahwa sebagian besar yaitu sebanyak 25 responden (78,13%) memiliki dukungan sosial keluarga baik, dukungan sosial keluarga cukup sebanyak 6 responden (18,75%) dan dukungan sosial keluarga kurang sebanyak 1 responden (3,13%). Tingkat stress responden

menunjukkan bahwa keseluruhan yaitu sebanyak 18 responden (56,25%) memiliki tingkat stress sedikit rendah dari rata-rata. Analisis data hasil penelitian ini menggunakan uji korelasi spearman dengan nilai pvalue $0,041 < 0,05$. Terdapat hubungan negatif dengan kekuatan rendah antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres anggota keluarga yang merawat pasien gangguan jiwa di Wilayah Kerja Puskesmas Banjar barudengan nilai $r = -0,363$. Seseorang yang memperoleh dukungan baik dari keluarga akan lebih optimis dalam kehidupan, memiliki kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkan dan dapat membimbing seseorang untuk beradaptasi dengan stress (Yolla Yollanda Wulandari, Herawati, 2021).

Kesimpulan

Hasil uji analisa menggunakan *chi square* didapatkan $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap distress psikologik. Nilai POR (CI 95%) = 6,250 (1,157-33,737) yang berarti responden dengan dukungan sosial kurang baik memiliki kecenderungan 6,250 kali lebih besar beresiko mengalami distress psikologik beban berat.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti menghaturkan terima kasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Apresiasi yang sama juga diberikan kepada Institut Citra Internasional atas izin dan dukungan yang

diberikan selama proses pengumpulan data.

Daftar Pustaka

- Belitung, D. K. P. K. B. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung Tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung.
- BPK, K. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia Dalam angka*. Kemenkes RI.
- Hasan, Siti Idayu, Anne Yee, Ariyani Rinaldi, Adlina Aisya Azham, F. M., & Hairi, A. S. A. N. (2021). Prevalence of common mental health issues among migrant workers : A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE*, 16(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260221>
- Muri Cahyono Purba, Achir Yani S. Hamid, N. H. C. D. (2023). Manfaat Dukungan Emosional Dan Koping Spiritual Terhadap Distress Psikologis Pada Pelaku Rawat Orang Dengan Skizofrenia. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 1281–1287.
- Organization, W. H. (2022). *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All*. World Health Organization.
- Qotrun Nada Salsabila, Erna Melastuti, & Ahmad Ikhlasul Amal. (2025). Hubungan Mekanisme Koping Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 3(2), 07–17. <https://doi.org/10.59841/jumkes.v3i2.2446>
- Selatan, R. J. B. K. B. (2024). *Data Rekam Medis Poli Jiwa Tahun 2024*. RSUD Junjung Besaoh Kabupaten Bangka Selatan.
- Yolla Yollanda Wulandari, Herawati, A. S. (2021). Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Stres Anggota Keluarga Yang Merawat Pasien Gangguan Jiwa. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 4(2), 133–137.