MAKNA HARAPAN PADA *INFORMAL CAREGIVER* DALAM MERAWAT INDIVIDU DENGAN GANGGUAN KESEHATAN MENTAL

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh

Gelar Sarjana Strata Satu Psikologi

Oleh :

Malika Salwa Azzahra
NIM 221070101120

Dosen Pembimbing :
Ismatul Izzah, S.ThI.,M.A.
NIP :19840703215032002

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2026

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-5761/Un.02/DSH/PP.00.9/10/2026

Tugas Akhir dengan judul : MAKNA HARAPAN PADA *INFORMAL CAREGIVER* DALAM MERAWAT INDIVIDU DENGAN GANGGUAN KESEHATAN MENTAL

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama	: MALIKA SALWA AZZAHRA
Nomor Induk Mahasiswa	: 22107010120
Telah diujikan pada	: Selasa, 11 Agustus 2026
Nilai ujian Tugas Akhir	: A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A.
SIGNED

Valid ID: 6ac3021571463

Penguji I

Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi
SIGNED

Valid ID: 6abda38cd7122

Penguji II

Satih Saidiyah, Dipl Psy. M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6aa7e54460d76

Yogyakarta, 11 Agustus 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6ac5bd4fabc30

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Malika Salwa Azzahra

NIM : 22107010120

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **"Makna Harapan pada Informal Caregiver dalam Merawat Individu dengan Gangguan Kesehatan Mental"** adalah benar hasil karya penelitian saya sendiri, tanpa melanggar aturan akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data atau memanipulasi data. Selain itu, terdapat beberapa bagian yang peneliti ambil dari kutipan penulis lain, namun telah sesuai dengan tata cara yang dibenarkan. Apabila terbukti penelitian ini melanggar kode etik akademik dan peraturan, maka sebagai peneliti saya siap menerima konsekuensi yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya supaya dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 26 Juli 2026

at Pernyataan,



Malika Salwa Azzahra

NIM.22107010120

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Hal : Persetujuan Skripsi / Tugas Akhir

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan memenuhi perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Malika Salwa Azzahra

NIM : 22107010120

Prodi : Psikologi

Judul : Makna Harapan pada Informal Caregiver dalam Merawat Individu dengan Gangguan Kesehatan Mental

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Psikologi. Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah. Demikian atas perhatiannya, saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Yogyakarta, 26 Juli 2026

Pembimbing,

Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A

NIP. 19840703215032002

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN MOTTO

"Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui"

(QS. Al Baqarah 2:216)

"Bahwa masih ada harapan di setiap hembusan napas seseorang yang punya doa dan usaha."

(Fitnrdm)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Hasil karya sederhana ini, dengan segala kerendahan hati saya persembahkan kepada:

Almamater tercinta “Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta”

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Makna Harapan pada *Informal Caregiver* dalam Merawat Individu dengan Gangguan Kesehatan Mental" dengan baik. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia menuju jalan kebaikan dan ilmu pengetahuan.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, doa, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kesehatan, kekuatan, serta kelancaran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak dan Ibu orang tua tercinta, serta saudara yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dukungan, motivasi, serta pengorbanan yang tidak pernah berhenti kepada penulis dalam setiap proses kehidupan dan pendidikan.
3. Sahabat tersayang, Vania Salwa Cent'anni yang selalu hadir memberikan dukungan, motivasi, semangat, dan menemani penulis dalam berbagai proses selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan, kritik, saran serta dukungan dalam penulisan skripsi ini.
5. Ibu Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Pembahas 1 Skripsi yang telah memberikan arahan, kritik, saran serta dukungan dalam penulisan skripsi ini.
6. Ibu Satih Saidiyah, Dipl.Psy., M.Si., Ph.D. selaku Dosen Pembahas 2 yang telah memberikan arahan, kritik, saran serta dukungan dalam penulisan skripsi ini.
7. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
8. Ibu Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
9. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res. selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta.

10. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik yang sudah meluangkan waktu, memberikan arahan, memberikan dukungan serta menyemangati selama masa perkuliahan.
11. Bapak, Ibu Dosen Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah banyak memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis.
12. Segenap karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah banyak membantu proses penyelesaian skripsi ini
13. Pihak Informan yang telah memberikan izin dan membantu penulis selama proses penelitian berlangsung serta seluruh informan penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan informasi, dan berbagi pengalaman sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.
14. Teman-teman PKM Satria Bakti yang selalu memberikan dukungan, semangat, bantuan, dan kebersamaan selama proses perkuliahan maupun penyusunan skripsi.
15. Teman-teman Owawe yang selalu memberikan dukungan, semangat, bantuan, dan kebersamaan selama proses perkuliahan maupun penyusunan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan karya ini di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi

Yogyakarta, 24 Juli 2026

Peneliti



Malika Salwa Azzahra

NIM : 22107010120

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MAKNA HARAPAN PADA *INFORMAL CAREGIVER* DALAM MERAWAT INDIVIDU DENGAN GANGGUAN KESEHATAN MENTAL

Malika Salwa Azzahra

22107010120

INTISARI

Merawat individu dengan gangguan kesehatan mental merupakan proses yang kompleks dan menuntut keterlibatan jangka panjang dari *informal caregiver.* Dalam menjalankan peran tersebut, harapan menjadi aspek penting yang membantu *caregiver* bertahan menghadapi berbagai tantangan perawatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi makna harapan pada *informal caregiver* dalam merawat individu dengan gangguan kesehatan mental. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi deskriptif. Partisipan penelitian terdiri atas tiga *informal caregiver* yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan metode analisis fenomenologi Colaizzi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harapan dimaknai sebagai keinginan agar individu yang dirawat mampu menjalani kehidupan secara mandiri dan mencapai kehidupan yang baik ketika *caregiver* tidak lagi mampu mendampingi. Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi pemberian dukungan kepada *informal caregiver* dan keluarga individu dengan gangguan kesehatan mental. Dukungan yang diberikan perlu mencakup penguatan kemampuan pendampingan keluarga, persiapan kemandirian dan keberlanjutan kehidupan individu yang dirawat di masa mendatang, serta pemberian psikoedukasi mengenai gangguan kesehatan mental, strategi perawatan, dan pengelolaan tantangan emosional yang dialami *informal caregiver* selama proses perawatan.

Kata kunci: harapan, informal caregiver, gangguan kesehatan mental.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MAKNA HARAPAN PADA *INFORMAL CAREGIVER* DALAM MERAWAT INDIVIDU DENGAN GANGGUAN KESEHATAN MENTAL

Malika Salwa Azzahra

22107010120

ABSTRACT

Caring for individuals with mental health disorders is a complex process that requires long-term involvement from *informal caregivers*. In carrying out this role, hope serves as an important factor that helps *caregivers* endure the various challenges associated with caregiving. This study aimed to explore the meaning of hope among *informal caregivers* caring for individuals with mental health disorders. A qualitative approach with a descriptive phenomenological method was employed. The participants consisted of three *informal caregivers* selected through purposive sampling. Data were collected through semi-structured interviews and observations and were analyzed using Colaizzi's phenomenological method. The findings revealed that hope was perceived as the desire for the care recipient to achieve independence and attain a good quality of life when the *caregiver* is no longer able to provide support. These findings have practical implications for providing support to *informal caregivers* and families of individuals with mental health disorders. Such support should include strengthening family caregiving capabilities, preparing care recipients for future independence and sustainable living, and providing psychoeducation regarding mental health conditions, caregiving strategies, and the management of emotional challenges experienced by *informal caregivers* throughout the caregiving process.

Keywords: hope, informal caregiver, mental health disorders.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

PENGESAHAN TUGAS AKHIR i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI iii
HALAMAN MOTTO iv
HALAMAN PERSEMBAHAN v
KATA PENGANTAR vi
INTISARI viii
ABSTRACT ix
DAFTAR ISI xi
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR BAGAN xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv
BAB I 1
PENDAHULUAN 1
A. Latar belakang 1
B. Rumusan Masalah 5
C. Tujuan Penelitian 5
D. Manfaat Penelitian 6
1. Manfaat Teoritis 6
2. Manfaat Praktis 6
BAB II 7
TINJAUAN PUSTAKA 7
A. Dasar Teori 7
B. Literature Review 29
C. Kerangka Teoritik 37
D. Pertanyaan penelitian 37
BAB III 38
METODE PENELITIAN 38
A. Metode dan pendekatan penelitian 38
B. Fokus penelitian 38
C. Informan dan setting penelitian 39
D. Metode atau teknik pengumpulan data 41
E. Teknik analisis dan interpretasi data 43
F. Keabsahan data penelitian 44
BAB IV 47
HASIL DAN PEMBAHASAN 47
A. Orientasi kancah dan persiapan penelitian 47
B. Persiapan penelitian 49

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

C. Pelaksanaan penelitian 51
D. Hasil penelitian 53
E. Pembahasan 69
BAB V 74
KESIMPULAN DAN SARAN 74
A. Kesimpulan 74
B. Implikasi 75
C. Keterbatasan dan Kelemahan 76
D. Saran 77
DAFTAR PUSTAKA 79
LAMPIRAN 84

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Diri Informan 48
Tabel 2 Pernyataan signifikan 252
Tabel 3 Makna yang dirumuskan dari pernyataan signifikan 271
Tabel 4 Pengembangan klaster tema dan tema dari makna yang telah dirumuskan 281
Tabel 5 Peta tematik 284

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Teoritik 34
Bagan 2 Makna Harapan Informal Caregiver 73

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara 84
Lampiran 2 Pedoman Observasi 86
Lampiran 3 Informed Consent 87
Lampiran 4 Verbatim 90
Lampiran 5 Catatan Observasi 239
Lampiran 6 Dokumentasi 286
Lampiran 7 Member Check 287

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Merawat individu dengan gangguan kesehatan mental merupakan peran yang dapat melibatkan orang-orang terdekat dalam kehidupan sehari-hari. Orang terdekat tersebut dapat memberikan berbagai bentuk dukungan, baik material maupun nonmaterial, serta mendampingi individu yang dirawat dalam menjalani proses perawatan di rumah. Menjalankan peran perawatan tersebut bukan merupakan hal yang mudah karena *caregiver* perlu menghadapi berbagai tuntutan dan kondisi selama mendampingi individu yang mengalami gangguan kesehatan mental. menurut Duxbury dkk. dalam Menaldi & Dewi (2019) individu yang memberikan bantuan dan perawatan tanpa menerima bayaran serta memiliki hubungan pribadi dengan individu yang dirawat dikenal sebagai *informal caregiver* atau *family caregiver*. *Informal caregiver* dapat berasal dari keluarga, teman, maupun tetangga yang secara langsung terlibat dalam proses perawatan.

Menjalankan peran sebagai *informal caregiver* dalam merawat individu dengan gangguan kesehatan mental bukan merupakan hal yang mudah. Berbagai tuntutan dalam proses perawatan dapat menimbulkan beban (*burden of care*) pada *caregiver*. Penelitian Slametningsih dkk. (2024) menunjukkan bahwa seluruh anggota keluarga yang merawat pasien dengan gangguan jiwa mengalami beban dengan tingkat yang bervariasi, yaitu 12% berada pada kategori beban minimal, 27% pada beban ringan, 35% pada beban sedang, dan 25% pada beban berat. Sejalan dengan temuan tersebut, Bahari dkk. (2024) mengidentifikasi beberapa aspek beban yang dialami *caregiver* keluarga, yaitu stigma, keterbatasan dukungan, emosi negatif, dan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

penafsiran yang kurang positif terhadap peran merawat.

Beban yang dialami *informal caregiver* juga dapat berkaitan dengan kondisi psikologis maupun kehidupan sehari-hari. Ebrahim dkk. (2020) menunjukkan bahwa *family caregiver* mengalami stigma dan beban perawatan yang tinggi. Selain itu, Cabral dkk. (2014) menemukan bahwa *caregiver* keluarga individu dengan gangguan mental mengalami kecemasan, depresi, dan stres yang berkaitan dengan faktor sosiodemografis, kondisi keluarga, dukungan sosial, serta tingginya beban perawatan. Beban tersebut juga dapat muncul dalam aspek ekonomi. Addos dkk. (2018) menemukan bahwa *caregiver* yang sebagian besar merupakan anggota keluarga mengalami beban ekonomi berupa keterbatasan finansial, penurunan produktivitas, dan kehilangan pekerjaan. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa peran sebagai *informal caregiver* dapat menghadapkan individu pada berbagai tuntutan yang tidak hanya berkaitan dengan proses perawatan, tetapi juga memengaruhi aspek psikologis, sosial, dan ekonomi dalam kehidupan *caregiver*.

Kondisi beban yang dialami *informal caregiver* juga berkaitan dengan harapannya dalam menjalankan peran perawatan. Penelitian Clari dkk. (2022) mengenai *informal caregiver* di Tanzania menunjukkan bahwa 63% *caregiver* mengalami beban perawatan yang tinggi dan memiliki tingkat harapan yang rendah. Sejalan dengan penelitian Yaluff (2021), ditemukan bahwa rendahnya tingkat harapan *informal caregiver* berkaitan dengan tingginya beban perawatan. Sementara itu, penelitian Ebrahem dkk. (2024) di Mesir menunjukkan bahwa 50% *informal caregiver* memiliki tingkat harapan yang rendah.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa harapan menjadi salah satu aspek yang penting dalam pengalaman *informal caregiver* ketika menghadapi berbagai tuntutan

dalam menjalankan peran perawatan. Sejalan dengan hal itu, penelitian Guan dkk (2023) menunjukkan bahwa harapan dan dukungan sosial memediasi hubungan antara beban *caregiving* dan pengalaman *caregiving* positif, baik secara terpisah maupun berurutan. Efek mediasi harapan lebih kuat dibandingkan dukungan sosial dan mediasi serial keduanya. Meningkatkan harapan dan dukungan sosial pada *caregiver* keluarga dapat mengurangi beban *caregiving* dan meningkatkan pengalaman *caregiving* yang positif.

Selanjutnya penelitian oleh Liu dkk (2025) mengungkapkan bahwa kecemasan pada *caregiver* pasien skizofrenia memengaruhi kesiapan mereka, dan hubungan ini dimediasi oleh harapan. Meningkatkan harapan dapat mengurangi dampak rendahnya kesiapan yang disebabkan oleh tingginya kecemasan. Selanjutnya menurut Hellman dkk (2024) harapan berperan sebagai faktor psikologis yang menurunkan beban *caregiver* dan meningkatkan kemampuan mereka beradaptasi dengan tuntutan perawatan. Hernandez dkk. (2019) mengeksplorasi harapan pada individu dengan schizophrenia dan *family caregiver*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harapan dipandang sebagai sumber daya penting dan mekanisme koping yang membantu *caregiver* bertahan menghadapi pengalaman sulit dalam proses perawatan.

Menaldi dan Dewi (2019) menemukan bahwa intervensi kelompok dukungan dapat menurunkan beban *caregiver* serta memunculkan pikiran yang lebih positif, pengendalian emosi negatif, pemaknaan positif, dan harapan baru mengenai masa depan. Namun, penelitian tersebut berfokus pada efektivitas intervensi dalam menurunkan beban *caregiver*, sehingga harapan belum menjadi fokus utama penelitian. Penelitian kuantitatif yang dilakukan oleh Francisquini dkk. (2020) terhadap *family caregiver* individu dengan skizofrenia di Brasil bertujuan untuk

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

menganalisis hubungan antara *well-being*, kualitas hidup, dan *hope*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan *caregiver*, semakin tinggi pula tingkat *hope*, *well-being*, dan kualitas hidup. Sebaliknya, semakin bertambah usia *caregiver*, semakin rendah tingkat *hope* dan kualitas hidup. Temuan Stanley dan Balakrishnan (2021) menunjukkan bahwa harapan berperan penting dalam membentuk persepsi positif *caregiver* terhadap pengalaman merawat anggota keluarga dengan skizofrenia. *Caregiver* yang memiliki harapan lebih tinggi cenderung melihat proses perawatan sebagai pengalaman yang bermakna dan memberikan manfaat tertentu bagi dirinya.

Penelitian Ebrahem dkk. (2024) pada *family caregiver* pasien dengan gangguan psikotik menunjukkan bahwa *self-efficacy,* harapan, dan beban perawatan merupakan aspek yang saling berkaitan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harapan memiliki hubungan negatif dengan beban perawatan, sehingga *caregiver* dengan tingkat harapan yang lebih tinggi cenderung mengalami beban perawatan yang lebih rendah. Sementara itu, penelitian Bland dan Darlington (2002) menggunakan pendekatan kualitatif melalui wawancara mendalam terhadap 16 anggota keluarga yang merawat individu dengan gangguan mental di Queensland dan Tasmania, Australia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harapan menjadi aspek penting yang membantu keluarga menghadapi dampak psikologis dan emosional dari gangguan mental. Harapan dimaknai sebagai orientasi terhadap masa depan yang tetap positif namun realistis, serta diperoleh melalui dukungan tenaga kesehatan, keluarga, dan komunitas. Berdasarkan penelitian terdahulu, harapan telah terbukti berkaitan dengan berbagai aspek pengalaman *caregiving* dan telah dieksplorasi melalui pendekatan kualitatif. Namun, penelitian terdahulu memiliki fokus dan konteks yang beragam, sementara pemaknaan harapan berdasarkan pengalaman subjektif *informal caregiver*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dalam konteks budaya Indonesia masih perlu dipahami lebih mendalam.

> "*Saya merasa karena saya merasa dulu sakit merasakan seperti apa yang dirasakan UJ anak saya jadi saya itu wah sangat sangat prihatin sekali anak ini, berusaha semaksimal mungkin untuk supaya dia bisa kembali seperti dahulu kala*." (Preliminary research, 25 November 2024)

Kutipan tersebut menunjukkan adanya keinginan *caregiver* untuk melihat kondisi anaknya membaik serta adanya upaya untuk mendukung proses pemulihan anak. Berdasarkan kutipan di atas dan penelitian terdahulu, maka penelitian mengenai "Makna Harapan pada *Informal Caregiver* dalam Merawat Individu dengan Gangguan Kesehatan Mental" penting untuk dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana *informal caregiver* memaknai harapan dalam pengalaman menjalankan peran perawatan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hal tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bagaimana makna harapan pada *informal caregiver* dalam merawat individu dengan gangguan kesehatan mental?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengeksplorasi makna harapan pada *informal caregiver* dalam merawat individu dengan gangguan kesehatan mental.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan dinamika psikologis *informal caregiver*, terutama mengenai makna harapan dalam menghadapi beban dan tantangan *caregiving*. Selain itu, penelitian ini juga dapat memperkaya kajian teoritis mengenai konsep harapan serta perannya sebagai sumber daya psikologis dalam proses adaptasi *caregiver* ketika merawat individu dengan gangguan kesehatan mental.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi lembaga layanan kesehatan, komunitas, ataupun instansi terkait dalam menyusun strategi pemberdayaan keluarga agar lebih siap dan adaptif dalam menghadapi tuntutan *caregiving*. Penelitian ini diharapkan pula dapat membantu para *caregiver* memahami pentingnya harapan sebagai modal psikologis yang mendukung keberlangsungan perawatan dan kesehatan mental mereka sendiri.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Fokus penelitian ini untuk mengeksplorasi makna harapan pada *informal caregiver* dalam merawat individu dengan gangguan kesehatan mental. Berdasarkan hasil penelitian terhadap tiga *informal caregiver*, diperoleh kesimpulan bahwa harapan dimaknai sebagai keyakinan untuk terus mendampingi individu dengan gangguan kesehatan mental agar mencapai kondisi yang lebih baik sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Harapan tersebut tidak hanya berorientasi pada kesembuhan, tetapi juga pada kemampuan individu untuk menjalani kehidupan sehari-hari secara lebih mandiri, mampu bekerja, bersosialisasi, serta tidak mengalami kekambuhan.

Makna harapan terbentuk melalui pengalaman panjang *caregiver* dalam menjalani proses perawatan. Pengalaman menghadapi berbagai tantangan, seperti kekambuhan, perubahan perilaku individu yang dirawat, beban emosional, keterbatasan ekonomi, hingga ketidakpastian mengenai perkembangan kondisi individu, membentuk cara *caregiver* memandang harapan secara lebih realistis. Meskipun demikian, *caregiver* tetap mempertahankan harapan melalui berbagai upaya perawatan yang disesuaikan dengan kondisi individu, seperti mengikuti anjuran tenaga kesehatan, memastikan kepatuhan minum obat, memberikan pendampingan dalam aktivitas sehari-hari, membatasi stimulus yang dapat memicu kekambuhan, memberikan dukungan emosional, serta melakukan ikhtiar spiritual melalui doa maupun ruqyah.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa terwujudnya harapan dipengaruhi oleh

berbagai faktor pendukung dan penghambat. Faktor pendukung meliputi adanya perkembangan kondisi individu yang dirawat, dukungan dari keluarga, tetangga, maupun tenaga kesehatan, serta keyakinan dan spiritualitas *caregiver*. Sementara itu, faktor penghambat meliputi karakteristik individu yang dirawat, munculnya pikiran negatif *caregiver* ketika menghadapi kondisi yang tidak kunjung membaik, keterbatasan ekonomi, serta keyakinan bahwa keberhasilan pemulihan juga bergantung pada kemauan individu yang dirawat.

Selain itu, penelitian menemukan bahwa respons lingkungan terhadap *caregiver* cenderung bersifat positif melalui pemberian perhatian, saran, dan dukungan. Secara keseluruhan, temuan penelitian menunjukkan bahwa harapan merupakan proses yang dinamis, dipengaruhi oleh pengalaman, dukungan sosial, keyakinan spiritual, serta berbagai kondisi yang dihadapi selama menjalankan peran sebagai *informal caregiver*. Harapan menjadi sumber kekuatan psikologis yang mendorong *caregiver* untuk tetap bertahan, beradaptasi, dan melanjutkan proses perawatan meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan.

B. Implikasi

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi pemberian dukungan kepada *informal caregiver* dan keluarga individu dengan gangguan kesehatan mental. Dukungan yang diberikan tidak hanya perlu berfokus pada kemampuan *caregiver* dalam menjalankan perawatan saat ini, tetapi juga pada kesiapan keluarga dalam mempersiapkan keberlanjutan kehidupan dan kemandirian individu yang dirawat ketika *caregiver* tidak lagi mampu memberikan pendampingan. Temuan ini juga dapat menjadi pertimbangan bagi tenaga profesional dalam mengembangkan program pendampingan keluarga

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

yang mencakup pemahaman terhadap kondisi individu, penerimaan keluarga, penguatan kemampuan pendampingan, serta perencanaan kemandirian dan keberlanjutan perawatan individu yang dirawat. Selain itu, diperlukan pemberian psikoedukasi kepada keluarga dan *informal caregiver* mengenai gangguan kesehatan mental, strategi perawatan yang efektif, pengelolaan stres dan kelelahan emosional, serta pentingnya membangun dan mempertahankan harapan yang realistis selama proses perawatan. Psikoedukasi tersebut dapat membantu meningkatkan pemahaman, keterampilan, dan kesiapan keluarga dalam menghadapi berbagai tantangan perawatan sekaligus mendukung proses pemulihan dan kemandirian individu yang dirawat.

C. Keterbatasan dan Kelemahan

Keterbatasan penelitian ini terletak pada jumlah partisipan yang hanya terdiri dari tiga *informal caregiver* sehingga variasi pengalaman yang diperoleh masih terbatas. Selain itu, karakteristik individu yang dirawat oleh masing-masing partisipan berbeda-beda, sehingga pengalaman *caregiving* yang muncul juga beragam. Keterbatasan tersebut dapat memengaruhi transferabilitas temuan, karena hasil penelitian ini lebih relevan diterapkan pada konteks *informal caregiver* yang memiliki karakteristik serupa dengan partisipan penelitian. Oleh karena itu, temuan penelitian belum tentu dapat diterapkan pada *caregiver* pada kondisi penyakit lain, maupun konteks budaya yang berbeda. Kelemahan penelitian ini terletak pada tempat pelaksanaan wawancara dilakukan sehingga berkemungkinan besar mempengaruhi jawaban informan walaupaun peneliti sudah berusaha untuk mengkondisoningkan tempat wawancara.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut.

1. **Bagi *Informal Caregiver***

   Bagi *informal caregiver,* diharapkan dapat mempertahankan harapan dengan tetap melakukan upaya perawatan secara berkelanjutan, membangun sikap positif, serta memanfaatkan dukungan dari keluarga, lingkungan, dan tenaga kesehatan. *Caregiver* juga diharapkan dapat meluangkan waktu untuk beristirahat dan melakukan kegiatan yang menyenangkan agar tetap mampu menjalankan peran perawatan dengan baik.

2. **Bagi Keluarga dan Lingkungan**

   Keluarga serta lingkungan diharapkan dapat memberikan dukungan emosional, informasional, maupun instrumental kepada *informal caregiver.* Dukungan tersebut penting untuk membantu *caregiver* menghadapi berbagai tantangan selama proses perawatan sekaligus mengurangi stigma terhadap individu dengan gangguan kesehatan mental beserta keluarganya.

3. **Bagi Tenaga Kesehatan**

   Tenaga kesehatan diharapkan tidak hanya berfokus pada penanganan individu dengan gangguan kesehatan mental, tetapi juga memperhatikan kebutuhan psikologis *informal caregiver.* Pendampingan, edukasi, serta pemberian informasi mengenai proses perawatan diharapkan dapat membantu *caregiver* mempertahankan harapan yang realistis dan meningkatkan kesiapan dalam menjalankan perannya.

4. **Bagi Peneliti Selanjutnya**

   Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi makna harapan pada

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

informal caregiver dengan karakteristik partisipan yang lebih beragam, seperti berdasarkan hubungan dengan individu yang dirawat, jenis gangguan kesehatan mental, maupun lamanya menjalankan peran sebagai *caregiver*. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya harapan, seperti resiliensi, spiritualitas, atau dukungan sosial, sehingga dapat memperkaya pemahaman mengenai dinamika psikologis *informal caregiver.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Addo, R., Agyemang, S. A., Tozan, Y., & Nonvignon, J. (2018). Economic burden of caregiving for persons with severe mental illness in sub-Saharan Africa: A systematic review. PloS one, 13(8), e0199830.

Algorani EB, Gupta V. Coping Mechanisms. [Updated 2023 Apr 24]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2026 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559031/

Arianto, B. (2024). Triangulasi metoda penelitian kualitatif.

Asri, A. H., & Ernyasih, E. (2025). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kesehatan Mental Remaja: Literature Review. An-nur: Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat, 6(2), 131-145.

Avvenuti G, Baiardini I and Giardini A (2016) Optimism's Explicative Role for Chronic Diseases. Front. Psychol. 7:295. doi: 10.3389/fpsyg.2016.00295

Bahari, K., Bachtiar, A., Pertiwi, G. H., & Syahlani, A. (2024). Heavy Burdens of Family Caregivers Caring for Persons with Severe Mental Disorders. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, *27*(1), 36–46. https://doi.org/10.7454/jki.v27i1.91.

Bipolar disorder: assessment and management. London: National Institute for Health and Care Excellence (NICE); 2025 Sep 2. (NICE Clinical Guidelines, No. 185.) Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK547001/

Cabral, L., Duarte, J., Ferreira, M., & Dos Santos, C. (2014). Anxiety, stress and depression in family caregivers of the mentally ill. Atención primaria, 46, 176-179.

Clari, R., Headley, J., Egger, J., Swai, P., Lawala, P., Minja, A., ... & Baumgartner, J. N. (2022). Perceived burden and family functioning among informal caregivers of individuals living with schizophrenia in Tanzania: a cross-sectional study. *BMC psychiatry*, *22*(1), 10.

Committee on the Future Health Care Workforce for Older Americans. (2008). Retooling for an aging America: Building the health care workforce. National Academies Press.

Dartiningsih, B. E. (2016). Gambaran Umum Lokasi, Subjek, Dan Objek Penelitian. Buku Pendamping Bimbingan Skripsi, 129, 135.

Detchaiyot, P. ., Vatanasin, D. ., & Hengudomsub, P. . (2020). Factors Influencing Psychological Well-Being Among Caregivers of Patients with Schizophrenia. *Nursing Journal of The Ministry of Public Health*, *30*(3), 170–181. retrieved from https://he02.tci-thaijo.org/index.php/tnaph/article/view/248466.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Ebrahim, O. S., Al-Attar, G. S., Gabra, R. H., & Osman, D. M. (2020). Stigma and burden of mental illness and their correlates among family caregivers of mentally ill patients. Journal of the Egyptian Public Health Association, 95(1), 31.

Eni, K.Y & Herdiyanto, K. Y (2018). Dukungan Sosial Keluarga terhadap Pemulihan Orang dengan Skizofrenia (ODS) di Bali Kadek Yah Eni dan Yohanes Kartika Herdiyanto. Jurnal Psikologi Udayana, 5(2), 268-281.

Faridah, B. W., Ridfah, A., & Cahyaningrum, K. (2024). Gambaran Kualitas Hidup Family Caregiver Penderita Skizofrenia. J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah, 4(1), 2038-2055.

Fitri, A., & Widodo, A. (2023). Gambaran peran keluarga dalam merawat orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). Jurnal Kesehatan Tambusai, 4(2), 357-367.

Fitria, D., Natashia, D., Setyaningsih, T., & Puspasari, J. (2024). Efektifitas Pemberian Psikoedukasi Keluarga pada Caregiver Pasien dengan Gangguan Jiwa di Rehabilitasi Sosial. *Journal of Language and Health*, *5*(3), 1163-1172. https://doi.org/10.37287/jlh.v5i3.5088

Francisquini, P. D., Soares, M. H., Machado, F. P., Luis, M. A. V., & Martins, J. T. (2020). Relationship between well-being, quality of life and hope in family caregivers of schizophrenic people. *Revista Brasileira de Enfermagem*, *73*(Suppl 1), e20190359.

Frasia, Y. V., Zuhriyah, L., & Kapti, R. E. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesejahteraan subjektif caregiver orang dengan skizofrenia di Bantur Malang. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, *30*(2), 142-147.

Guan, Z., Huang, C., Sun, M., Bai, X., & Tang, S. (2023). Caregiving burden and positive aspects of caregiving in schizophrenia: Mediating roles of hope and social support. *Archives of psychiatric nursing*, *45*, 7–13. https://doi.org/10.1016/j.apnu.2023.04.024

Hellman, C. M., Worley, J. A., & Munoz, R. T. (2017). Hope as a Coping Resource for Caregiver Resilience and Well-Being. In Emerging Issues in Family and Individual Resilience (pp. 81–98). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-64783-8_5

Hernandez, M., Barrio, C., Gaona, L., Helu-Brown, P., Hai, A., & Lim, C. (2019). Hope and Schizophrenia in the Latino Family Context. *Community mental health journal*, *55*(1), 42–50. https://doi.org/10.1007/s10597-018-0354-5

Jensen, R. A. A., Ovesen, J. H., Eckardt, J. P., & Stenager, E. (2025). "I Hope She'll Feel Happier To Be alive": A Qualitative Study of Hope among Family Members of Individuals with Mental Illness. *Community Mental Health Journal*, 1-10.

Josefin, J. M., Debora, O., Ati, M. P. P. P., & Sipollo, B. V. (2025). Hubungan beban dengan

kualitas hidup caregiver informal yang merawat lansia penderita Diabetes Melitus: The relationship between burden and quality of life of informal caregivers who care for elderly people with Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, *11*(3), 522-530.

Kirana, W., Anggreini, Y. D., & Litaqia, W. (2022). Faktor-Faktor Risiko yang Memengaruhi Gangguan Jiwa. Khatulistiwa Nursing Journal, 4. https://doi.org/10.53399/knj.v4i0.177

Ksanjaya, R., & Rahayu, E. T. (2022). Motivasi Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal Di SMA Negeri 1 Blanakan. Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK), 4(5), 5.

Lewandowska, A., Silczuk, A., Mularczyk-Tomczewska, P., Duda-Zalewska, A., Jankowski, M., & Gujski, M. (2025). Awareness of mental disorders and their risk factors-a nationwide cross-sectional survey among adults in Poland. Frontiers in Psychiatry, 16, 1599683.

Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: implications for interventions and social policies. Development and psychopathology, 12(4), 857–885. https://doi.org/10.1017/s0954579400004156

Maslim, R. (2019). Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III, DSM-5 dan ICD-11. In Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK Unika Atma Jaya.

Mekarisce, A. A. (2020). Teknik pemeriksaan keabsahan data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan masyarakat. Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat, 12(3), 145-151.

Menaldi, A., & Dewi, H. C. (2019). Kelompok dukungan untuk caregiver orang dengan skizofrenia. *Jurnal Psikologi*, *18*(1), 13-28.

National Academies of Sciences, Medicine, Medicine Division, & Committee on Identifying Disabling Medical Conditions Likely to Improve with Treatment. (2020). Selected health conditions and likelihood of improvement with treatment.

Ni'matuzahroh, S. P., & Prasetyaningrum, S. (2016). Observasi dalam psikologi. *Universitas Muhammadiyah Malang*.

Ningrum, M. S., Khusniyati, A., & Ni'mah, M. I. (2022). Meningkatkan kepedulian terhadap gangguan kesehatan mental pada remaja. Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 3(2), 1174-1178.

O'Hara, D. (2013). Hope in counselling and psychotherapy. SAGE Publications Ltd, https://doi.org/10.4135/9781446269992

Parker, M., Iversen, L. H., & Longseth Polich, C. (1989). Informal caregiving : Its importance

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

in long-term care. Journal of Home Health Care Practice, 2(1), 63–72. https://doi.org/10.1177/108482238900200109

Praveena, K. R., & Sasikumar, S. (2021). Application of Colaizzi's method of data analysis in phenomenological research. Medico Legal Update, 21(2), 914-918.

Puchkors, R., Saunders, J., & Sharp, D. (2024). Psychiatric–mental health nursing. OpenStax. https://openstax.org/books/psychiatric-mental-health

Rawdin, B., Evans, C., & Rabow, M. W. (2013). The relationships among hope, pain, psychological distress, and spiritual well-being in oncology outpatients. Journal of palliative medicine, 16(2), 167–172. https://doi.org/10.1089/jpm.2012.0223

Rice, V. H. (Ed.). (2011). Handbook of stress, coping, and health: Implications for nursing research, theory, and practice. Sage Publications.

Rinawati, F., & Alimansur, M. (2016). Analisa faktor-faktor penyebab gangguan jiwa menggunakan pendekatan model adaptasi stres stuart. *Jurnal ilmu kesehatan*, *5*(1), 34-38.

Risnawati, B. S., Nasichah, N., Prayogo, M. F., & Al Izzami, Z. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa bimbingan dan penyuluhan Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Jurnal Ilmiah Dan Karya Mahasiswa, 2(1), 179-186.

Rochmawati, D. H., Wijayanti, R., Wahyundaru, S. D., Rachma, A. K. Y., & El-Farouq, M. W. (2025). *Pendampingan kader kesehatan jiwa (KKJ) dalam memampukan caregiver merawat orang dengan skizofrenia (ODS) dan mencapai kemandirian ekonomi*. Jurnal Peduli Masyarakat, 7(5), 147–154.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.

Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological inquiry*, *13*(4), 249-275.

Stanley, S., & Balakrishnan, S. (2021). Informal caregiving in schizophrenia: correlates and predictors of perceived rewards. *Social Work in Mental Health*, *19*(3), 230–247. https://doi.org/10.1080/15332985.2021.1904089

Ulya, F., & Setiyadi, N. A. (2021). Kajian literatur faktor yang berhubungan dengan kesehatan mental pada remaja. *Journal of Health and Therapy*, *1*(1), 27-46.

UNICEF. (2024). *Indonesia adolescent health profile 2024*.

United Nations Children's Fund, The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health, UNICEF, New York, October 2021.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Wang, Z., Xue, Y., Wang, F., Nan, W., Jiang, C., Zeng, Y., ... & Xu, J. (2026). Mechanisms underlying the role of aerobic exercise in emotion regulation and its prescriptive considerations for promoting mental and physical health. *Intelligent Sports and Health*, *2*(1), 39-48.

Wea, M. F. S., Handayani, F., & Peny, J. A. C. (2024). Pengaruh Pemberian Booklet Kepada Caregiver Terhadap Perubahan Persepsi Beban Pengasuhan Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa Di RS Jiwa Naimata Kota Kupang. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, *2*(1), 189-199.

Wekke, I. S. (2019). Metode penelitian sosial. Yogyakarta: Gawe Buku, 87.

World Health Organization. (2022). *Addressing mental health in Indonesia*. WHO Regional Office for South-East Asia. https://apps.who.int/iris/handle/10665/365954

World Health Organization. (2016). *mhGAP intervention guide for mental, neurological and substance use disorders in non-specialized health settings: mental health Gap Action Programme (mhGAP)*. World Health Organization.

Yolanda, E., & Rahayuningsih, I. (2023). Pengaruh hardiness dan dukungan sosial terhadap stress pedagang pasar tradisional di pasar tradisional duduk sampeyan. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, *1*(3), 159-170.

Zhang, J. M., Zhang, M. R., Yang, C. H., & Li, Y. (2022). The meaning of life according to patients with advanced lung cancer: a qualitative study. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, *17*(1), 2028348.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA