

# Mengungkap Strategi dan Mekanisme Koping *Caregiver* Keluarga Pasien Skizofrenia: *Literature Review*

Ni Putu Cyanda Cahya Dewi, Made Diah Lestari

Fakultas Kedokteran, Program Studi Psikologi, Universitas Udayana, Bali, Indonesia

e-mail: dewi.2202531067@student.unud.ac.id; mdlestari@unud.ac.id

## Abstract

*Schizophrenia is a severe mental disorder. The impact of this disorder not only affects patients, but also their families who are caregivers. An unstable family psychological condition can make it difficult for families to cope and make appropriate and wise decisions in meeting patient needs. The family's ability to make the right decisions depends on effective coping strategies and mechanisms that are adjusted to the situation and problems experienced by each caregiver family during the treatment period. Therefore, the researcher aims to provide an overview of the appropriate coping strategies and mechanisms used by schizophrenia caregiver families that are adjusted to their conditions. The method used in this study is a literature review through a search on three databases, Google Scholar, Researchgate, and Crossref, so that eleven articles were analyzed. The results of this study show differences in the coping process carried out by schizophrenia caregivers as an adaptation response to the conditions experienced including emotional focused coping strategies, problem focused coping strategies, adaptive coping mechanisms, maladaptive coping mechanisms, and religious coping. The use of these coping strategies and mechanisms is adjusted again according to their respective effectiveness according to the condition of the caregiver when caring for schizophrenia patients.*

**Keywords:** coping, coping strategy, coping mechanism, caregiver, schizophrenia

## Abstrak

Skizofrenia termasuk gangguan kejiwaan berat. Dampak dari gangguan ini tidak hanya memengaruhi pasien, melainkan juga keluarga yang menjadi *caregiver*. Kondisi psikologis keluarga yang tidak stabil dapat mempersulit keluarga untuk melakukan koping dan pengambilan keputusan yang tepat dan bijak dalam pemenuhan kebutuhan pasien. Kemampuan keluarga dalam mengambil keputusan yang tepat tergantung dari strategi dan mekanisme koping yang efektif yang disesuaikan dengan situasi dan masalah yang dialami oleh masing-masing keluarga *caregiver* selama masa perawatan. Oleh karena itu, peneliti bertujuan untuk memberikan gambaran strategi dan mekanisme koping yang tepat digunakan pada keluarga *caregiver* skizofrenia yang disesuaikan dengan kondisi mereka. Metode yang dipergunakan dalam penelitian ini bersifat *literature review* melalui pencarian pada tiga *database Google Scholar, Researchgate, dan Crossref* sehingga didapatkan sebelas artikel yang dianalisis. Hasil dari penelitian ini menunjukkan perbedaan proses koping yang dilakukan oleh *caregiver* skizofrenia sebagai respons adaptasi dari keadaan yang dialami meliputi strategi *emotional focused coping*, strategi *problem focused coping*, mekanisme koping adaptif, mekanisme koping maladaptif, dan koping religius. Penggunaan dari strategi dan mekanisme koping ini disesuaikan kembali dengan efektivitasnya masing-masing sesuai dengan kondisi dari *caregiver* saat merawat pasien skizofrenia.

**Kata Kunci:** koping, strategi koping, mekanisme koping, pengasuh, skizofrenia

## I. Pendahuluan

Skizofrenia termasuk gangguan kejiwaan berat yang terlihat melalui gangguan realitas berupa halusinasi atau waham, penurunan kemampuan berkomunikasi, serta gangguan kognitif yang dapat menyebabkan penurunan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Renylda dkk., 2022). Gangguan ini kerap dikaitkan dengan penderitaan yang signifikan tidak hanya yang dirasakan oleh pasien, melainkan juga oleh keluarga (*caregiver*) orang dengan skizofrenia. *Caregiver* merupakan keluarga yang berperan untuk merawat dan memberi dukungan pada anggota keluarganya yang

sakit. Sebagai *caregiver*, tentunya keluarga memiliki peran dalam menentukan cara atau asuhan yang dibutuhkan untuk merawat anggota keluarganya di rumah. Meskipun demikian, tidak dapat dipungkiri bahwa selama prosesnya dapat menimbulkan beban baik dari segi fisik maupun psikis bagi *caregiver* yang selanjutnya dapat memicu munculnya *stressor* yang berkepanjangan (Malau & Jannah, 2018). Pasien skizofrenia di seluruh dunia pada tahun 2021 mencapai jumlah lebih dari 24 Juta orang atau setara dengan 1 dari 300 orang (0,32%). Angka ini merupakan 1 dari 222 orang (0,45%) di kalangan orang dewasa (WHO, 2022). Orang dengan skizofrenia sanggup mengasingkan diri dari realita dan lingkungan sosial ke dalam keyakinan atau pemikiran aneh (delusi) dan halusinasi (Paramita & Alfinuha, 2021). Hal ini dapat mengurangi kenyamanan yang terjadi pada kehidupan pasien skizofrenia dan selebihnya dapat berpengaruh terhadap keberfungsian hidup mereka. Di Indonesia sendiri terjadi kenaikan jumlah pasien gangguan jiwa berat (skizofrenia) dari 1,7 permil pada tahun 2013 menjadi 7 permil pada tahun 2018 (Kemenkes, 2022).

Dampak dari gangguan ini tidak hanya berpengaruh kepada pasien namun juga dapat memengaruhi keluarga yang menjadi *caregiver*. Biasanya dampak yang dirasakan oleh keluarga selama merawat pasien skizofrenia dapat berupa stres fisik, psikologis, dan beban keluarga (Renylda dkk., 2022). Hal ini disebabkan karena keluarga memiliki tanggung jawab dan peran penting selama merawat dan memenuhi kebutuhan anggota keluarga dengan skizofrenia maka secara tidak langsung meningkatkan beban pengasuhan mereka. Beban yang dipikul oleh keluarga bukan cuma beban fisik, melainkan juga beban emosional dan beban sosial. Selain menanggung segala kebutuhan pasien, keluarga juga perlu menghadapi stigma dari lingkungan sekitar (Riana & Murdiana, 2023). Oleh sebab itu, keluarga memerlukan prosedur koping yang tepat sebagai respons adaptif atas kondisi yang dialami. Kondisi psikologis *caregiver* yang tidak stabil dapat mempersulit dalam pengambilan keputusan yang tepat dan bijak dalam pemenuhan kebutuhan pasien (Renylda dkk., 2022).

Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan strategi koping sebagai bentuk pertahanan diri dalam menghadapi perubahan yang berbeda dari kondisi sebelumnya, yakni sebuah cara untuk mengatasi kejadian di luar dugaan seseorang. Strategi koping terdiri atas strategi yang memfokuskan pada masalah (*problem focused coping*) dan strategi yang memfokuskan pada emosi (*emotion focused coping*). *Problem focused coping* dalam meredakan stresor atau menanggulangi stres dilakukan dengan cara fokus pada permasalahan yang menjadi sumber stresor. Metode ini dimaksudkan untuk meminimalisir peristiwa, tuntutan atau kondisi yang mengakibatkan stres dengan memperluas sumber daya yang dimiliki seseorang untuk mengatasinya. Di sisi lain, *emotion focused coping* lebih mengarah pada usaha dalam memperoleh kenyamanan dan menurunkan tekanan yang ditimbulkan akibat stres. Strategi ini biasanya

digunakan guna meregulasi respons emosional terhadap stres apabila individu belum memiliki kemampuan untuk mengatasi suatu permasalahan yang menjadi sumber stres.

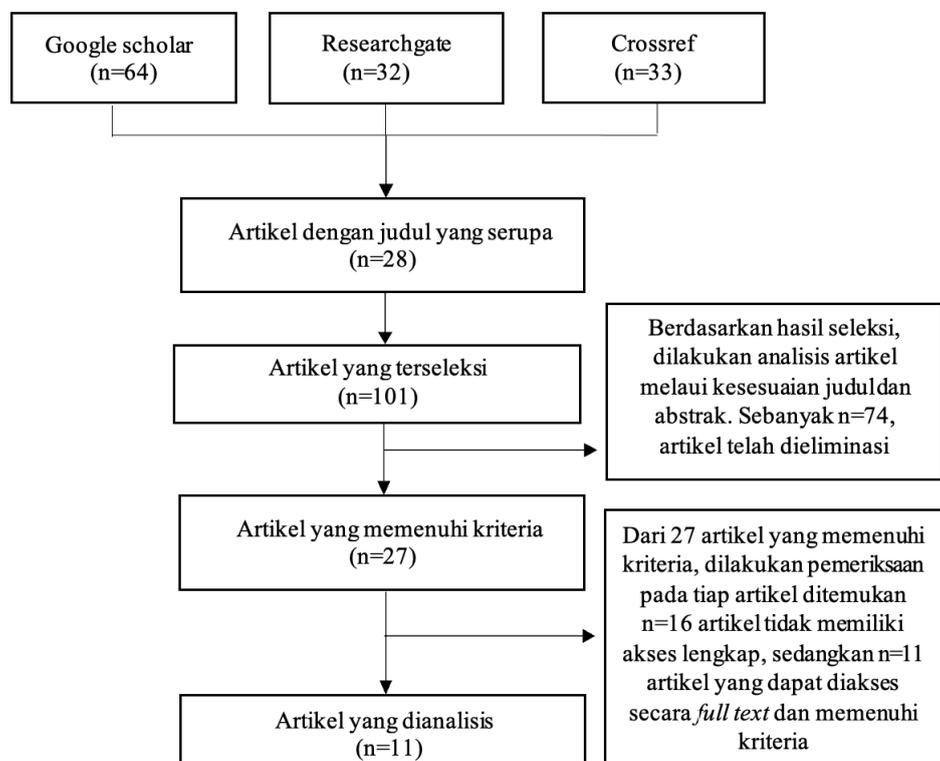
Menurut penelitian, jenis mekanisme koping yang juga kerap digunakan dalam merawat pasien skizofrenia, yakni dengan menggunakan mekanisme koping yang adaptif dan mekanisme koping maladaptif. Mekanisme koping yang adaptif merupakan mekanisme dukungan fungsional yang terintegrasi yang mengarah pada pencapaian tujuan yang mengandalkan dukungan (emosional, sosial, dan instrumental), aspek spiritualitas, dan proses komunikasi yang efektif. Sementara itu, mekanisme koping maladaptif merujuk pada perilaku merugikan yang menghambat proses integrasi, seperti perilaku memaksa, menyalahkan diri sendiri, dan perilaku menentang lain misalnya penggunaan alkohol dan obat terlarang (Pribadi & Nafiah, 2022).

Kemampuan keluarga dalam mengambil keputusan yang tepat tergantung dari strategi dan mekanisme koping yang efektif (Renylda dkk., 2022). Hal ini dikarenakan perbedaan situasi dan kendala yang dialami oleh masing-masing keluarga *caregiver* dalam merawat orang dengan skizofrenia sehingga memerlukan strategi atau mekanisme koping yang berbeda pula dalam mengatasinya. Oleh sebab itu, peneliti bertujuan untuk memberikan gambaran strategi dan mekanisme koping yang tepat digunakan pada keluarga *caregiver* skizofrenia yang disesuaikan dengan kondisi mereka.

## II. Metode Penelitian

Metode yang dipergunakan pada penelitian ini bersifat *literatur review*. Pencarian literatur dilakukan melalui *database* dari *Google Scholar*, *Researchgate*, dan *Crossref* dengan menggunakan kata kunci “koping *caregiver* skizofrenia”, “gambaran mekanisme koping *caregiver* skizofrenia”, “gambaran strategi koping *caregiver* skizofrenia”, “mekanisme koping *caregiver* skizofrenia”, dan “strategi koping *caregiver* skizofrenia”. Adapun kriteria inklusi pemilihan jurnal dalam penelitian ini, yaitu (1) artikel yang membahas tentang strategi koping atau mekanisme koping *caregiver* skizofrenia, (2) naskah berupa artikel jurnal, (3) naskah artikel berupa teks lengkap yang dapat diakses, (4) penulisan naskah menggunakan Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris, dan (5) dipublikasi dalam rentang 10 tahun terakhir (2014 - 2024). Kemudian kriteria eksklusi adalah (1) artikel berupa laporan skripsi atau makalah, (2) artikel yang tidak memiliki akses lengkap, dan (3) artikel yang telah dipublikasi lebih dari 10 tahun terakhir. Penelusuran awal dilakukan dengan menggunakan kata kunci memperoleh sebanyak 129 artikel dari seluruh *database*. Melalui proses tersebut didapatkan 28 artikel memiliki judul yang serupa sehingga dilakukan eliminasi artikel yang terseleksi menjadi 101 artikel. Selanjutnya, dari 101 artikel tersebut dilakukan eliminasi berdasarkan analisis judul dan abstrak yang menghasilkan 27 artikel yang memenuhi syarat. Dari 27 artikel tersebut kemudian dilakukan pengecekan yang

menghasilkan sebanyak 16 artikel tidak memiliki akses lengkap dan 11 artikel yang dapat diakses secara *full text* dan memenuhi kriteria. Selanjutnya, dari 11 artikel tersebut dilakukan sintesis, dimana data-data hasil ekstraksi yang sejenis diklasifikasikan berdasarkan hasil temuan jurnal. Total artikel yang telah didapatkan dan ditinjau, dilakukan pencatatan dengan menggunakan *Prisma Flow*.



**Gambar 1.** Proses Pencarian Bahan Literatur

Dengan demikian, penelitian literatur ini berfokus pada 11 artikel penelitian yang dimuat secara rinci pada tabel I.

**Tabel I.** Daftar Penelitian *Literature Review*

Judul Penelitian	Nama Penulis, Publikasi dan Tahun Publikasi	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Stress dan Strategi Koping pada Keluarga yang Menjadi <i>Caregiver</i> Pasien Skizofrenia.	Sugiarti, Apriliyana, & Rahmawati, Jurnal Keperawatan Jiwa (Sinta 4), (2022).	Kuantitatif melalui metode deskriptif korelatif lewat desain <i>cross sectional</i> .	Mayoritas responden berada dalam kategori EFC ( <i>emotional focus coping</i> ), yakni sebanyak 23 responden (62,2%) dan kategori PFC ( <i>problem focus coping</i> ) sebanyak 14 responden (37,8%).
Gambaran Mekanisme Koping Keluarga Dalam Menghadapi Perilaku Agresif pada Pasien Skizofrenia.	Jumaisah, Wahyuni, & Elita, Jurnal Vokasi Keperawatan (Sinta 4), (2023).	Metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif.	Dari 88 responden, kebanyakan menggunakan strategi <i>problem focused coping</i> dengan kategori respon tertinggi “selalu” kemudian strategi <i>emotional focused coping</i> dengan kategori respon tertinggi “tidak pernah”. Dari 88 responden, sebanyak 86 orang (97,7%) menggunakan mekanisme koping adaptif. Sedangkan 2 orang (2,3%) menerapkan mekanisme koping maladaptif

			dalam menanggulangi tingkah laku agresif pada pasien Skizofrenia.
<i>Coping strategies and their associated factors among caregiver of patients with schizophrenia in Kuantan, Malaysia.</i>	Kamarulbahri, Ariaratnam, Nikmat, Khing, & Abdullah, <i>Frontiers in Psychiatry (Impact Factor: 3,2)</i> , (2022).	Metode <i>convenience sampling</i> .	Penelitian ini menghasilkan temuan strategi koping keluarga yang paling umum digunakan adalah EFC ( <i>emotional focus coping</i> ) dengan rata-rata 5,42 diikuti oleh PFC ( <i>problem focus coping</i> ) dengan rata-rata 5,02, dan <i>avoidance coping</i> dengan rata-rata 3,19.
Stres Dengan Strategi Koping Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga yang Menderita Skizofrenia.	Malau & Jannah, <i>Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan</i> , (2018).	Deskriptif korelatif menggunakan desain <i>cross sectional</i> .	Strategi koping keluarga termasuk dalam kategori tinggi, dengan penggunaan strategi koping lebih banyak mengarah pada <i>emotional focused coping</i> (EFC) (54,5%), dibandingkan dengan <i>problem focused coping</i> (PFC) (45,5%).
Hubungan Antara Mekanisme Koping dengan Derajat Depresi pada Caregiver Pasien Skizofrenia.	Supiyarti, Noerhidajati, & Julianti, <i>Medica Hospitalia: Journal of Clinical Medicine</i> (Sinta 3), (2020).	Analitik kuantitatif melalui rancangan <i>cross sectional</i> .	Hasil penelitian menunjukkan dari 58 partisipan, sebanyak 27 orang (46,6%) menerapkan <i>emotional focused coping</i> lalu sebanyak 31 orang (53,4%) menerapkan <i>problem focused coping</i> .
<i>The Relationship between Family Burden and Coping Strategies in the Caregiver of Patient with Schizophrenia in Community.</i>	Suharsono, Marchira, Rahmat, & Subandi, <i>International Journal of Psychosocial Rehabilitation (Quartile 4)</i> , (2020).	Penelitian observasional analitik (non-eksperimental) dengan desain <i>cross sectional</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas keluarga melakukan koping dengan menanyakan bantuan spiritual dengan mean dan standar deviasi sebesar 3,23±0,75.
<i>Relationship between Perceived Stress and Coping among Caregivers of Patient with Schizophrenia.</i>	Sapharina & Neelakshi, <i>Indian Journal of Public Health Research &amp; Development (Quartile 4)</i> , (2020).	Penelitian deskriptif melalui teknik <i>purposive sampling</i> .	Strategi koping yang paling sering digunakan oleh <i>caregiver</i> pasien skizofrenia adalah dengan mengandalkan agama atau keyakinan, sedangkan metode koping yang paling sedikit yang digunakan adalah distraksi positif.
Strategi Koping Keluarga Dalam Merawat Pasien Skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jambi.	Renylda, Afridawaty, & Marinda, <i>Jurnal Pustaka Keperawatan</i> , (2022).	Penelitian kualitatif lewat wawancara mendalam.	Strategi koping adaptif dalam bentuk spiritual adalah yang paling banyak digunakan oleh keluarga dalam penelitian ini seperti berdoa, tawakal, dan mengingat Tuhan. Selain itu, penggunaan strategi koping adaptif lain oleh keluarga meliputi sabar, berusaha, dan ikhlas serta menerima. Selanjutnya, bentuk penerapan strategi koping maladaptif oleh partisipan adalah menangis dan malu.
Pengaruh Strategi Koping Terhadap Tingkat Stres pada Caregiver Informal yang Merawat Penderita Skizofrenia di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta Barat.	Fitriani, Theresa, & Aprilia, <i>Jurnal Delima Harapan</i> (Sinta 4), (2020).	Studi analitik observasional.	Hasil penelitian menunjukkan dari 32 partisipan penelitian sebanyak 20 partisipan (62,5%) yang sudah menerapkan koping adaptif dan 12 partisipan (37,5%) masih menerapkan koping maladaptif.

Gambaran Karakteristik dan Koping <i>Caregiver</i> Penderita Skizofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan	Pribadi & Nafiah, <i>Prosiding University Research Colloquium</i> , (2022).	Studi deskriptif menggunakan kuesioner.	Hasil penelitian menunjukkan total dari keseluruhan partisipan, yakni 62 orang menerapkan koping adaptif (100%) dan tidak terdapat partisipan yang menggunakan koping maladaptif (0%).
<i>The Role of Religious Coping in Caregiving Stress</i>	Triana & Sudjatmiko, <i>Religions (Impact Factor: 0,7)</i> , (2021).	Penelitian bersifat kuantitatif menggunakan survei	Menurut penelitian yang dilakukan kepada 50 responden <i>caregiver</i> pasien skizofrenia menunjukkan bahwa peningkatan deprivasi relasional dapat meningkatkan depresi, tetapi penerapan mekanisme <i>religious coping</i> dapat meminimalkan efek deprivasi relasional terhadap depresi. <i>Religious coping</i> juga mengurangi dampak kehilangan diri terhadap depresi.

### III. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil *literature review* yang terlihat pada Tabel 1 menghasilkan 11 artikel penelitian yang meneliti tentang strategi atau mekanisme koping yang dilakukan oleh *caregiver* skizofrenia (Malau & Jannah, 2018; Sugiarti, Apriliyana, & Rahmawati, 2022; Sapharina & Neelakshi, 2020; Suharsono, Marchira, Rahmat, & Subandi, 2020; Kamarulbahri, Ariaratnam, Nikmat, Khing, & Abdullah, 2022; Triana & Sudjatmiko, 2021; Jumaisah, Wahyuni, & Elita, 2023; Supiyarti, Noerhidajati, & Julianti, 2020; Fitriani, Theresa, & Aprilia, 2020; Pribadi & Nafiah, 2022; Renylda, Afridawaty, & Marinda, 2022). Dari 11 artikel jurnal yang dibahas, sebanyak 9 artikel membahas penelitian yang dilakukan di Indonesia dan 2 artikel membahas penelitian yang dilakukan di luar negeri, yakni di India dan Malaysia. Terdapat 1 artikel yang menerapkan metode penelitian kualitatif melalui teknik wawancara mendalam (Renylda, Afridawaty, & Marinda, 2022), sedangkan 10 artikel lainnya menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan dan pengambilan sampel subjek yang berbeda-beda. Terdapat 2 penelitian dengan pendekatan studi analitik observasional (Suharsono, Marchira, Rahmat, & Subandi, 2020; Fitriani, Theresa, & Aprilia, 2020), 2 penelitian dengan pendekatan *cross sectional* (Kamarulbahri, Ariaratnam, Nikmat, Khing, & Abdullah, 2022; Supiyarti, Noerhidajati, & Julianti, 2020), dan 6 penelitian dengan metode deskriptif (Sugiarti, Apriliyana, & Rahmawati, 2022; Triana & Sudjatmiko, 2021; Jumaisah, Wahyuni, & Elita, 2023; Malau & Jannah, 2018; Sapharina & Neelakshi, 2020; Pribadi & Nafiah, 2022). Selain itu, metode pengambilan sampel yang digunakan juga beragam, meliputi *total sampling*, *convenience sampling*, *consecutive sampling*, dan *purposive sampling*.

Adapun jika didasarkan pada hasil penelitian dari 11 artikel yang telah diulas menunjukkan bahwa *caregiver* skizofrenia menggunakan cara yang beragam dalam melakukan strategi dan mekanisme koping dalam merawat orang dengan skizofrenia. Hal ini dikarenakan setiap individu

dapat menggunakan strategi koping yang berbeda-beda dan tidak hanya satu jenis strategi koping saja melainkan bisa lebih dari satu, yang disesuaikan kembali dengan kondisi stres atau permasalahan yang dihadapi (Wulandari dkk., 2023). Temuan dari beberapa penelitian menunjukkan hasil dimana mayoritas *caregiver* skizofrenia menggunakan strategi *emotional focused coping* dalam menghadapi kondisi stres mereka (Sugiarti, Apriliyana, & Rahmawati, 2022; Kamarulbahri, Ariaratnam, Nikmat, Khing, & Abdullah, 2022; Malau & Jannah, 2018; Sapharina & Neelakshi, 2020). Individu yang menggunakan strategi penanganan stres ini cenderung memberikan respons emosional yang defensif terhadap situasi stres mereka (Andriyani, 2019). Beberapa dari *caregiver* skizofrenia yang menggunakan strategi *emotional focused coping* dalam *literature review* ini menggunakan metode koping keagamaan atau spiritual dalam menangani stres dan menghadapi tantangan kehidupan. Selain itu, dari hasil penelitian yang diulas juga menemukan beberapa artikel yang menunjukkan sebagian besar *caregiver* skizofrenia menggunakan strategi *problem focused coping* dengan metode *planful problem solving* dan *active coping* (Supiyarti, Noerhidajati, & Julianti, 2020; Jumaisah, Wahyuni, & Elita, 2023). Individu yang menggunakan strategi ini cenderung menghadapi masalah yang dimilikinya dengan berfokus pada penyelesaian masalah (Andriyani, 2019).

Mayoritas *caregiver* yang menggunakan mekanisme koping adaptif ditemukan pada artikel penelitian ini, dimana beberapa *caregiver* skizofrenia menggunakan mekanisme koping adaptif dengan koping spiritual, seperti berdoa, tawakal, dan mengingat Tuhan (Fitriani, Theresa, & Aprilia, 2020; Pribadi & Nafiah, 2022; Renylda, Afridawaty, & Marinda, 2022; Suharsono, Marchira, Rahmat, & Subandi, 2020). Koping spiritual merupakan bentuk koping dengan motif keagamaan yang digunakan untuk menyelesaikan masalah atas dasar kepercayaan bahwa Tuhan akan senantiasa memberikan bantuan pada seseorang yang sedang mengalami masalah (Purba dkk., 2023). Di samping itu, terdapat pula artikel yang membahas lebih mendalam tentang penggunaan koping religius pada *caregiver* skizofrenia dengan memohon belas kasihan Tuhan dan pengampunan atas semua dosa yang dimiliki (Triana & Sudjtmiko, 2021). Dalam hal ini, koping religius berfungsi dalam membantu seseorang untuk memahami dan menghadapi situasi penuh tekanan dengan menggunakan kepercayaan, pola nilai atau perilaku seperti ritual, simbol, serta pengalaman yang mengarah pada hal spiritual (Ayu & Gunadi, 2018). Selain itu, dalam artikel lain juga menemukan *caregiver* skizofrenia yang menggunakan mekanisme koping maladaptif, yakni dengan cara malu dan menangis (Renylda, Afridawaty, & Marinda, 2022). Individu yang menerapkan mekanisme koping maladaptif adalah individu yang tidak memiliki pandangan atau keyakinan positif terhadap dirinya dan kurang mahir dalam menyelesaikan suatu permasalahan (Yunere dkk., 2018).

### 3.1 Hasil Penelitian

Hasil telaah literatur yang dilakukan terhadap 11 artikel menemukan bahwa strategi dan mekanisme koping yang dilakukan oleh *caregiver* skizofrenia dikelompokkan menjadi 5 bahasan, yakni strategi *emotional focused coping*, strategi *problem focused coping*, mekanisme koping adaptif, mekanisme koping maladaptif, dan koping religius. Hasil dari *review* jurnal yang telah diintegrasikan, disajikan ke dalam tabel integrasi sebagai berikut.

**Tabel II.** Hasil *Literature Review*

Strategi dan Mekanisme Koping	Deskripsi dan Bentuk Koping	Artikel
Strategi <i>emotional focused coping</i>	Sebagian besar keluarga <i>caregiver</i> skizofrenia menggunakan strategi <i>emotional focused coping</i> . Strategi ini ditujukan untuk mengendalikan respons emosional terhadap kondisi stres selama merawat pasien skizofrenia.	Malau & Jannah, (2018); Sugiarti, Apriliyana, & Rahmawati, (2022).
	Dalam menghadapi dan bertahan dari tantangan hidup yang lebih berat, <i>caregiver</i> lebih memilih menggunakan <i>emotion focused coping</i> dan mengungkapkan bahwa metode koping keagamaan atau spiritual merupakan metode koping yang paling umum dilakukan.	Sapharina & Neelakshi, (2020); Kamarulbahri, Ariaratnam, Nikmat, Khing, & Abdullah, (2022).
Strategi <i>problem focused coping</i>	Strategi <i>problem focused coping</i> merupakan strategi yang memfokuskan pada masalah dan melibatkan tindakan aktif untuk menurunkan atau menghilangkan sumber stres. Mayoritas responden menggunakan Strategi <i>active coping</i> dalam penelitian ini.	Jumaisah, Wahyuni, & Elita, (2023).
	<i>Caregiver</i> skizofrenia yang menggunakan <i>problem focused coping</i> menganggap suatu permasalahan masih dapat dikontrol. <i>Planfull problem solving</i> adalah jenis koping yang paling banyak digunakan dalam penelitian ini.	Supiyarti, Noerhidajati, & Julianti, (2020).
Mekanisme koping adaptif	Kebanyakan <i>caregiver</i> skizofrenia menggunakan koping adaptif. Kondisi jangka panjang yang dihadapi menjadikan <i>caregiver</i> skizofrenia dapat beradaptasi dengan kondisi stres.	Fitriani, Theresa, & Aprilia, (2020).
	Mekanisme koping adaptif berfokus pada pemecahan masalah yang efektif. Secara spesifiknya ditemukan bahwa koping spiritual, seperti berdoa, tawakal, dan mengingat Tuhan paling banyak digunakan dalam penelitian ini.	Pribadi & Nafiah, (2022); Renylda, Afridawaty, & Marinda, (2022); Suharsono, Marchira, Rahmat, & Subandi, (2020).
Mekanisme koping maladaptif	Mekanisme koping maladaptif adalah cara koping negatif yang bisa merugikan atau membatasi otonomi individu dalam menyelesaikan masalah. Dalam penelitian ini, yakni menangis dan merasa malu.	Renylda, Afridawaty, & Marinda, (2022).
Koping Religius	Koping religius berfokus pada penanganan suatu masalah melalui sistem kepercayaan, ritual maupun pengalaman yang berorientasi pada keagamaan. Memohon belas kasih dan pengampunan dari Tuhan merupakan cara yang paling banyak dilakukan dalam penelitian ini.	Triana & Sudjatmiko, (2021).

## 3.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil tersebut, peneliti menemukan bahwa strategi dan mekanisme koping yang dilakukan oleh *caregiver* skizofrenia terdiri dari strategi *problem focused coping*, strategi *emotional focused coping*, mekanisme koping adaptif, mekanisme koping maladaptif, dan koping religius. Strategi atau mekanisme koping yang dapat dilakukan oleh keluarga disesuaikan dari perbedaan situasi dan masalah yang ditemui oleh masing-masing keluarga *caregiver* dalam merawat pasien skizofrenia. Kemampuan keluarga dalam mengambil keputusan yang tepat tergantung dari strategi dan mekanisme koping yang efektif (Renylda dkk., 2022).

### 3.2.1 Strategi *Problem Focused Coping*

Berdasarkan hasil artikel yang telah didapat, penelitian yang dilakukan oleh Jumaisah dkk. (2023) menjelaskan bahwa dalam mengatasi tingkah laku agresif dari pasien skizofrenia, mayoritas *caregiver* menggunakan strategi *problem focused coping*. Hal ini dapat menjadi suatu upaya yang efektif karena melibatkan tindakan aktif dan konstruktif melalui strategi *problem solving* untuk mengurangi atau meniadakan penyebab stres (Lazarus & Folkman dalam Gunawan, 2018). Strategi *active coping* merupakan strategi yang paling banyak digunakan dari indikator *problem focused coping* dalam penelitian yang dilakukan oleh Jumaisah dkk. (2023) karena dalam mengatasi pasien dengan perilaku agresif membutuhkan tindakan aktif untuk mengatasi perilaku dan mengubahnya menjadi kondisi yang lebih baik.

Selain itu, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Supiyarti dkk. (2020) memperlihatkan bahwa penggunaan strategi *problem focused coping* lebih banyak digunakan pada *caregiver* pasien skizofrenia yang mengalami depresi ringan. Hal ini dikarenakan *caregiver* yang cenderung menggunakan *problem focused coping* merupakan *caregiver* yang menganggap suatu permasalahan merupakan hal yang dapat dikontrol sehingga ketika mengatasi depresi, mereka berusaha untuk memperbaiki masalah yang terjadi. *Planful problem solving* merupakan jenis *coping* yang paling banyak digunakan dalam penelitian ini. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Pradani dan Ariana (2023) yang mengatakan bahwa responden pada penelitian ini, yaitu ibu tunggal yang merawat anak dengan *down syndrome* menerapkan strategi *problem focused coping* secara *planful problem focused coping*. Dimana partisipan menganalisis situasi stres untuk mendapatkan solusi kemudian memilih tindakan yang sesuai untuk menyelesaikan masalah dari situasi tersebut.

### 3.2.2 Strategi *Emotional Focused Coping*

Namun, dalam kondisi lain tidak dapat dipungkiri bahwa kasus orang dengan skizofrenia juga dapat menjadi beban pengasuhan yang berat dan stres yang tidak terkendali oleh keluarga

saat merawat pasien skizofrenia (Malau & Jannah, 2018). Didukung dari hasil penelitian yang menunjukkan mayoritas beban pengasuhan sedang hingga berat sebanyak 51 orang (49%) dirasakan oleh *caregiver* keluarga pasien skizofrenia di RSJ Naimata Kupang. Keluarga menganggap merawat pasien skizofrenia merupakan suatu beban karena pasien membutuhkan pertolongan yang lebih banyak sehingga membuat keluarga kelelahan dan menghabiskan waktu mereka untuk merawat pasien dibandingkan untuk waktu bekerja dan menghasilkan uang (Nenobais dkk., 2020).

Berdasarkan artikel yang didapat dari Sugiarti (2022) menyebutkan bahwa strategi *emotional focused coping* dapat diterapkan untuk mengendalikan respons emosional terhadap kondisi stres, seperti kemarahan, depresi, dan kelelahan. Individu yang menggunakan *emotional focused coping* tidak menyelidiki solusi permasalahan secara langsung untuk menangani penyebab stres. Akan tetapi, dengan menerapkan hal-hal lain yang menimbulkan ketenangan dan kenyamanan dalam menghadapi situasi stres (Taylor, 2009). Penggunaan strategi *emotional focused coping* akan efisien tergantung dari keadaan lingkungan yang menjadi sumber *stressor* dan merupakan situasi yang berada di luar kendali individu. Situasi ini dapat berupa perubahan perilaku orang dengan skizofrenia yang tak terduga dan aneh yang dapat kambuh sewaktu-waktu sehingga *caregiver* membutuhkan strategi koping yang dapat mengontrol kestabilan emosinya secara berkelanjutan untuk menciptakan keadaan yang stabil dalam merawat pasien skizofrenia (Ben Zur dalam Sumarsih dkk., 2022).

Dalam hasil artikel yang ditulis oleh Kamarulbahri dkk. (2022) secara spesifik menunjukkan bahwa *caregiver* pasien skizofrenia yang berada di Kuantan, Malaysia lebih memilih menggunakan *emotional focused coping* dan mengungkapkan bahwa metode koping keagamaan merupakan metode koping yang paling umum digunakan. Koping keagamaan diduga menjadi metode yang efektif untuk mengatasi situasi tertekan, terlepas dari keyakinan agama itu sendiri. Spiritual dapat meningkatkan kesehatan dan berfungsi sebagai sumber optimisme. Oleh karena itu, pasien dengan strategi koping religius lebih memiliki kemampuan untuk bertahan dan menangani tantangan hidup yang lebih berat. Mayoritas *caregiver* pasien skizofrenia yang menggunakan koping agama dan bantuan spiritual juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan di Porur, India (Sapharina & Neelakshi, 2020). Didukung dari penelitian lain, yang menunjukkan bahwa strategi koping religius yang dilakukan oleh *caregiver* lansia pada pasien ODHA secara positif berhubungan pada penurunan gejala depresi dan peningkatan dukungan sosial (Kalomo dkk., 2022).

### 3.2.3 Koping Religius

Sehubungan dengan itu, terdapat juga penelitian yang mengkaji lebih dalam tentang penggunaan jenis koping religius oleh *caregiver* yang merawat pasien skizofrenia di Indonesia. Sama seperti penelitian yang dilakukan di India dan Malaysia, ternyata di Indonesia terdapat juga *caregiver* yang menerapkan metode koping keagamaan atau koping religius sebagai strategi penanggulangan dalam merawat pasien skizofrenia. Hal ini dikarenakan negara Indonesia sendiri merupakan negara yang masih erat kaitannya dengan perilaku pengasuhan yang kental dengan nilai-nilai agama dan spiritual (Triana & Sudjarmiko, 2021).

Sebuah penelitian telah dilakukan oleh Kristanti dkk. (2019) terhadap pengalaman keluarga *caregiver* dalam merawat pasien kanker di Indonesia menunjukkan bahwa kepercayaan dalam pengasuhan membawa dampak pada pembagian tugas perawatan antar anggota keluarga, pengorbanan, serta penggunaan agama dan spiritualisme sebagai mekanisme koping untuk mengatasi stress akibat pengasuhan.

Sumber daya keagamaan dianggap membawa dampak baik bagi individu yang mengalami kondisi kehidupan yang penuh tekanan. Penggunaan koping religius yang positif terbukti dapat mengurangi efek stresor (deprivasi relasional dan kehilangan jati diri) yang berimplikasi pada penurunan tingkat depresi pada keluarga yang merawat pasien skizofrenia. Memohon belas kasihan dan pengampunan dosa dari Tuhan sebagai bentuk pemurnian agama ditujukan untuk mengatasi masalah agar memperoleh kendali dan kedekatan dengan Tuhan (Triana & Sudjarmiko, 2021).

### 3.2.4 Mekanisme Koping Adaptif

Selanjutnya, beberapa temuan dari artikel jurnal yang sama juga mengatakan semakin lamanya *caregiver* dalam memberikan perawatan pada pasien skizofrenia, berdampak terhadap pengurangan kondisi stres emosional mereka. *Caregiver* yang memiliki pengalaman merawat pasien dengan rentang waktu 4 - 10 tahun kebanyakan menggunakan mekanisme koping yang adaptif. Situasi perawatan jangka panjang yang dihadapi memungkinkan *caregiver* untuk terbiasa dan beradaptasi dalam menghadapi stres sehingga mulai dapat menerima kondisi pasien tanpa harus merasa terbebani (Fitriani dkk., 2020; Pribadi & Nafiah, 2022).

Dalam beberapa artikel penelitian secara spesifik menemukan penggunaan mekanisme koping adaptif yang dilakukan oleh *caregiver*, yakni dengan cara spiritual, seperti berdoa, tawakal dalam mengingat Tuhan, berusaha sabar, dan ikhlas menerima (Renylda dkk., 2022; Suharsono dkk., 2020). Didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa penggunaan koping spiritual membawa efek menguntungkan terhadap penurunan distress psikologis yang dirasakan seseorang (Purnama, 2017). Jika individu dapat melatih penggunaan mekanisme koping yang

adaptif ini dapat berpengaruh pada penurunan dampak psikologis perasaan tertekan, stres, dan kecemasannya (Nasution dkk., 2020).

### 3.2.5 Mekanisme Koping Maladaptif

Namun, pada kenyataannya tidak semua orang dapat menerapkan strategi koping adaptif, terutama bagi seseorang yang baru saja mengalami tahap berduka dan kehilangan. Dimana saat tahap awal pasien mengalami gangguan skizofrenia akan terjadi penolakan dan kemarahan akibat kondisi dan gejala yang ditimbulkan oleh pasien. Selanjutnya, terjadi proses tawar-menawar hingga memasuki fase depresi dimana keluarga mulai kasihan dan sedih melihat kondisi pasien. Situasi ini mengarahkan keluarga menggunakan strategi koping maladaptif, seperti menangis dan merasa malu (Renylda dkk., 2022). Individu cenderung menggunakan mekanisme koping maladaptif apabila menghadapi situasi yang di luar kendalinya. Hal tersebut mengakibatkan individu kurang memiliki keterampilan yang cukup untuk menyelesaikan masalahnya dan juga rentan mengalami depresi. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada korban pasca bencana kebakaran, ditemukan individu dengan mekanisme koping maladaptif memiliki kemungkinan lebih besar untuk menjadi depresi dibandingkan individu dengan mekanisme koping adaptif (Yunere dkk., 2018).

Dapat dilihat bahwa efektivitas penggunaan strategi dan mekanisme koping *caregiver* dapat disesuaikan pada kondisi tertentu. Keuntungan menggunakan strategi *problem focused coping* adalah di saat kita bisa melakukan tindakan penyelesaian masalah secara aktif sehingga dapat mengatasi sumber masalah secara langsung terhadap situasi yang dapat dikendalikan. Namun, kelemahan dari strategi ini adalah kurang cocok bila digunakan pada individu yang dihadapkan pada situasi stres tidak terkendali. Sebagai alternatif dalam situasi ini, *caregiver* dapat menerapkan strategi *emotional focused coping* karena memiliki keuntungan dalam mengontrol respons emosional yang dapat mengatasi situasi stres, seperti kemarahan, depresi, dan kelelahan. Di sisi lain, penggunaan mekanisme koping adaptif dalam situasi perawatan jangka panjang juga memungkinkan *caregiver* untuk terbiasa dan beradaptasi saat menghadapi situasi stres. Sebaliknya, mekanisme koping maladaptif merupakan cara yang kurang efisien dalam mengatasi penyebab stres dan malah mengakibatkan kondisi tertekan misalnya depresi. Dalam hal ini, keluarga *caregiver* dapat menggunakan alternatif koping yang lebih efektif untuk menurunkan tingkat depresi, yakni dengan menerapkan koping religius yang berorientasi pada penanganan suatu permasalahan melalui sistem kepercayaan dan nilai-nilai agama.

#### IV. Simpulan dan Saran

Dampak dari gangguan skizofrenia tidak hanya dapat memengaruhi pasien, melainkan juga keluarga yang menjadi *caregiver*. Dampak yang dirasakan oleh *caregiver* dapat meliputi stres fisik maupun beban atau masalah psikologis. Adapun bentuk dari keadaan atau permasalahan yang dihadapi oleh *caregiver* berbeda-beda sehingga memerlukan proses koping yang tepat sebagai respons adaptasi dari keadaan yang dialami. Beberapa strategi dan mekanisme koping yang digunakan oleh *caregiver* skizofrenia meliputi strategi *emotional focused coping*, strategi *problem focused coping*, mekanisme koping adaptif, mekanisme koping maladaptif, dan koping religius.

Penggunaan dari strategi dan mekanisme koping ini disesuaikan kembali dengan efektivitasnya masing-masing sesuai dengan kondisi dari *caregiver* saat merawat pasien skizofrenia. Saat dirasa situasi dari suatu permasalahan tersebut dapat dikendalikan, *caregiver* dapat menerapkan strategi *problem focused coping* untuk menanggulangi sumber permasalahan secara langsung. Adapun metode *problem focused coping* yang digunakan pada penelitian ini meliputi *planful problem solving* dan *active coping*. Namun, apabila dirasa situasi permasalahan tersebut tak terkendali dan malah menimbulkan efek stres, *caregiver* dapat menggunakan strategi *emotional focused coping* untuk mengatasi respons emosional yang muncul terlebih dahulu sebelum mulai pada penyelesaian masalah. Bagi *caregiver* yang menerapkan strategi *emotional focused coping* dapat melakukan metode koping keagamaan atau bantuan spiritual untuk menangani tantangan hidup yang lebih berat. Individu juga lebih disarankan dapat menggunakan mekanisme koping adaptif dan koping religius untuk tetap berusaha, sabar, dan ikhlas menerima agar dapat menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan permasalahan yang terjadi dibandingkan menggunakan mekanisme koping maladaptif, seperti menangis atau merasa malu yang mengarahkan individu pada penyesuaian diri yang kurang efektif untuk mengatasi suatu permasalahan.

Penelitian yang dilakukan telah mampu menjawab tujuan penelitian, yaitu untuk memberikan gambaran kepada *caregiver* yang melakukan perawatan pada pasien skizofrenia tentang strategi dan mekanisme koping yang tepat digunakan dengan menyesuaikan kondisi dari *caregiver* itu sendiri. Adapun kekurangan dari penelitian ini, yakni belum dapat menjelaskan secara langsung tentang penerapan dari strategi atau mekanisme koping itu sendiri. Hal ini dikarenakan keterbatasan sumber artikel bersifat kualitatif atau artikel yang berisikan bentuk penerapan strategi dan mekanisme koping yang efektif secara langsung. Untuk itu, penelitian selanjutnya diharapkan mampu untuk membahas lebih dalam lagi terkait keefektifan dari strategi dan mekanisme koping *caregiver* skizofrenia serta menjelaskan bentuk penerapannya secara langsung dalam kehidupan sehari-hari.

## Daftar Pustaka

- Andriyani, J. (2019, Desember). Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis. *Jurnal Al-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(2).
- Ayu N. H., F., & Gunadi S.P., I.G.N. (2018). Koping Religius pada Skizofrenia. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 7(1), 11-20.
- Fitriani, R. D., Theresa, R. M., & Aprilia, C. A. (2020). Pengaruh Strategi Coping Terhadap Tingkat Stres pada Caregiver Informal yang Merawat Penderita Skizofrenia di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta Barat. *Jurnal Delima Harapan*, 7(2), 128-133.
- Gunawan, D. N. (2018). Hubungan Strategi Koping Dengan Kualitas Hidup Caregiver Keluarga Penderita Skizofrenia di RSJ Dr Radjiman Wediodiningrat Lawang.
- Jumaisah, Wahyuni, S., & Elita, V. (2023). Gambaran Mekanisme Koping Keluarga Dalam Menghadapi Perilaku Agresif pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 6(1), 36-45.
- Kalomo, E. N., Jun, J. S., & Lee, K. H. (2022). Social support, religiosity, and depression among older caregivers of HIV/AIDS children in rural Namibia. *Social Work in Mental Health*, 20(1), 26-43.
- Kamarulbahri, T. S. M., Ariaratnam, S., Nikmat, A. W., Abdullah, N. N., & Khing, T. L. (2022). Coping strategies and their associated factors among caregiver of patients with schizophrenia in Kuantan, Malaysia. *Frontiers*.
- Kemenkes. (2022). *Kemenkes Perkuat Jaringan Layanan Kesehatan Jiwa di Seluruh Fasyankes*. sehatnegeriku.kemkes.go.id.  
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20221010/4041246/kemenkes-kembangkan-jejaring-pelayanan-kesehatan-jiwa-di-seluruh-fasyankes/>
- Kristanti, S., Effendy, C., Utarini, A., Vernooij-Dassen, M., & Engels, Y. (2019). The experience of family caregivers of patients with cancer in an Asian country: A grounded theory approach. *Palliative Medicine*, 1(9), 1-9.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Malau, R., & Jannah, S. R. (2018). Stres Dengan Strategi Koping Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga yang Menderita Skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 3(4), 148-155.

- Nasution, N. B., Nasrun, & Marselina S, M. (2020). Pelatihan Koping Adaptif Untuk Menurunkan Dampak Psikologis Virus Covid 19 di SD Plus Jabal Rahmah Mulia, Jl. Balai Desa No.16-27, Sunggal, Kec. Medan Sunggal, Kota Medan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 26(4), 248-253.
- Nenobais, A., Yusuf, A., & S.R.D, A. (2020, April). Beban Pengasuhan Caregiver Keluarga Klien dengan Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Naimata Kupang. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 183-185.
- Paramita, T., & Alfinuha, S. (2021). Dinamika Pasien dengan Gangguan Skizofrenia. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 12-19.
- Pradani, A. E., & Ariana, A. D. (2023). Gambaran Strategi Coping Stres Ibu Tunggal yang Memiliki Anak dengan Down syndrome. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 10(1), 1-9.
- Pribadi, T. I., & Nafiah, H. (2022). Gambaran Karakteristik dan Koping Caregiver Penderita Skizofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan. *University Research Colloquium*, 902-909.
- Purba, M. C., Hamid, A. Y. S., & Daulima, N. H.C. (2023). Manfaat Dukungan Emosional dan Koping Spiritual Terhadap Distres Psikologis pada Pelaku Rawat Orang Dengan Skizofrenia. *JOTING: Journal of Telenursing*, 5(1), 1281-1287.
- Purnama, R. (2017). Penyelesaian Stres Melalui Coping Spiritual. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 12(1), 70-83.
- Renylda, R., & MJ, A. (2022). Strategi Koping Keluarga Dalam Merawat Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jambi. *Jurnal Pustaka Keperawatan*, 1(1), 1-7.
- Riana, R., & Murdiana, S. (2023). Dinamika Psikologis pada Caregiver yang Memiliki Keluarga Penyandang Skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Psikomuda*, 3(2), 181-191.
- Sapharina, G.J. S., & Neelakshi, G. (2020). Relationship between Perceived Stress and Coping among Caregivers of Patient with Schizophrenia. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 11(7), 331-336.
- Sugiarti, E., Apriliyana, I., & Rahmawati, A. N. (2022). Stres dan Strategi Koping pada Keluarga yang Menjadi Caregiver Pasien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(3), 501-508.

- Suharsono, C.R., Marchira, R. I., & Subandi. (2020). The Relationship between Family Burden and Coping Strategies in the Caregiver of Patient with Schizophrenia in Community. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(3), 2593-2599.
- Sumarsih, T., Sulistya, C., & Widiyanto, B. (2022). Strategi Koping Keluarga Terhadap Kekambuhan Pasien Gangguan Jiwa Dengan Perilaku Kekerasan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 18(1), 54-59.
- Supiyarti, R., Noerhidajati, E., & Julianti, H. P. (2020). Hubungan Antara Mekanisme Coping dengan Derajat Depresi pada Caregiver Pasien Skizofrenia. *Medica Hospitalia Journal of Clinical Medicine*, 7(2), 456-462.
- Taylor, S. E. (2009). *Health psychology seventh edition*. Los Angeles: The McGraw-Hill Companies.
- Triana, L., & Sudjatmiko, I. G. (2021). The Role of Religious Coping in Caregiving Stress. *Religions*, 12(440), 1-13.
- Wahyudi, T. A., Suryanto, & Pratitis, N. (2021). Dinamika Psikologis Shopaholic di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 6(2), 160-168.
- WHO. (2022). *Skizofrenia*. who.int. Retrieved April 7, 2024, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/schizophrenia>
- Wulandari, I. A. P., Kusuma, M. D. S., & Sari, W. T. (2023). Gambaran Strategi Koping dan Tingkat Stres pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kesehatan: Stikes Ngesti Waluyo*, 12(1), 133-137.
- Yunere, F., Sari, Y. P., & Tusadiah, H. (2018). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Resiko Terjadinya Depresi Pada Korban Pasca Bencana Kebakaran Toko di Pasar Atas Kota Bukittinggi Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 5(1), 2018.