

## Ekspresi Emosi dari Keluarga yang Memiliki Pasien Penyakit Skizofrenia

Saffany Puteri Haniyashfira<sup>1\*</sup>, Delzi Nurhafifah<sup>2</sup>, Salma Novianti<sup>3</sup>, Vinnatha Syella. Jd<sup>4</sup>,  
Wirza Feny Rahayu<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan,  
Universitas Negeri Padang, Indonesia

Email : [saffanyputeriii@gmail.com](mailto:saffanyputeriii@gmail.com)<sup>1</sup>, [delziji11@gmail.com](mailto:delziji11@gmail.com)<sup>2</sup>, [salmanovianti31@gmail.com](mailto:salmanovianti31@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[vinnatha.12@gmail.com](mailto:vinnatha.12@gmail.com)<sup>4</sup>, [wirza.feny@fpk.unp.ac.id](mailto:wirza.feny@fpk.unp.ac.id)<sup>5</sup>

Korespondensi Penulis: [saffanyputeriii@gmail.com](mailto:saffanyputeriii@gmail.com)\*

**Abstract.** Schizophrenia is a syndrome characterized by a disturbance in an individual's behavior that makes the individual's behavior strange. Individuals will also experience delusions, hallucinations and emotions. This study aims to analyze the expression of emotions of families who have family members with schizophrenia. Then also to find out the dynamics and impact on the family. This research is a qualitative research with literature review method by collecting and analyzing relevant articles published from 2014-2024. The form of article collection uses the Google Scholar database. Based on the source of the article, the results obtained show that the emotional expression of the family of schizophrenia patients can affect the frequency of relapse in patients. High emotional expression in patients such as excessive criticism and hostile behavior can cause intense relapse in patients. While low emotional expression and providing more support to patients can reduce the frequency of relapse and improve the recovery process in schizophrenia patients. This study focuses on the importance of emotional management in families and providing more support as an effort to care for schizophrenic patients.

**Keywords:** schizophrenia, emotion expression, family dynamics

**Abstrak.** Skizofrenia adalah sindrom yang memiliki ciri-ciri timbulnya gangguan pada perilaku individu yang membuat perilaku pada individu tersebut menjadi aneh. Individu juga akan mengalami delusi, halusinasi dan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis ekspresi emosi keluarga yang mempunyai anggota keluarga dengan penyakit skizofrenia. Kemudian juga untuk mengetahui dinamika dan dampak pada keluarga. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode *literature review* (qualitative systematic review) dengan cara mengumpulkan dan menganalisis artikel yang relevan yang diterbitkan dari tahun 2014-2024. Bentuk pengumpulan artikel menggunakan *database* Google Scholar. Berdasarkan sumber artikel yang didapatkan hasil bahwa ekspresi emosi dari keluarga pasien skizofrenia dapat mempengaruhi frekuensi kekambuhan pada pasien. Ekspresi emosi yang tinggi pada pasien seperti kritik berlebihan dan perilaku memusuhi bisa menyebabkan kekambuhan yang intens pada pasien. Sedangkan ekspresi emosi yang rendah serta pemberian dukungan lebih kepada pasien bisa menurunkan frekuensi kekambuhan dan meningkatkan proses pemulihan pada pasien skizofrenia. Penelitian ini memfokuskan pentingnya pengelolaan emosi pada keluarga dan pemberian dukungan yang lebih sebagai upaya untuk merawat pasien skizofrenia.

**Kata Kunci :** skizofrenia, ekspresi emosi , dinamika keluarga

### 1. PENDAHULUAN

Skizofrenia menurut WHO (2019), adalah sebuah gangguan yang menyerang mental atau dalam diri yang ada ditingkat yang berat dan parah, dimana gangguan ini tercatat menyerang sebanyak 20 juta orang di seluruh dunia. Kemudian, menurut Baradero, dkk (2016), akibat dari timbulnya skizofrenia membuat individu mengalami perubahan dalam pola pikir yang membuat pola pikir individu menjadi berbeda dengan manusia umumnya. Bentuk perbedaan ini juga terjadi pada bagian persepsi, emosi, dan memunculkan terjadinya bentuk tingkah laku yang membahayakan diri individu tersebut dan lingkungan disekitarnya.

Kemudian menurut Ikawati (2014), skizofrenia ini adalah bentuk gangguan penyakit yang menyerang secara keseluruhan dan termasuk gangguan jiwa yang berat. Dimana skizofrenia ini adalah sebuah sindrom yang memiliki ciri-ciri timbulnya gangguan pada perilaku individu yang membuat perilaku pada individu tersebut menjadi aneh. Kemudian individu juga akan mengalami delusi, halusinasi, emosi yang tidak biasa yang termasuk kedalam gangguan pada psikososial individu.

Menurut Arif (2006), tingkat kasus gangguan mengenai skizofrenia di Indonesia sendiri mencapai 0,3-1% yang rata-rata usianya banyak terjadi pada individu dengan rentang umur 18-45 tahun. Selain rentang umur ini, di Indonesia sendiri gangguan skizofrenia juga terjadi pada individu umur 11-12 tahun. Makadari itu, jika jumlah penduduk warga Indonesia diibaratkan sebanyak 200 juta jiwa, bisa diperkirakan jumlah individu yang mengidap gangguan skizofrenia berjumlah 2 juta jiwa. Kemudian menurut Arif (2006), penderita skizofrenia juga sering mengalami hal negatif seperti adanya pandangan yang buruk dari masyarakat, sehingga membuat penderitanya dibedakan dan dibandingkan dengan penyakit berat lainnya.

Kemudian, menurut World Health Organization (2022), menjelaskan bahwa terdapat 1 dari 8 orang di dunia yang mempunyai permasalahan pada gangguan jiwa. Hal ini dijelaskan lebih lanjut bahwa ada 264 juta orang di dunia mengalami gangguan depresi, 45 juta orang mengalami gangguan bipolar dan 24 juta orang didunia yang mengalami gangguan skizofrenia. Sehingga menurut WHO sendiri terdapat banyaknya 1 dari 300 orang yang mengalami gangguan bipolar di Dunia. Lebih lanjut dikutip oleh Kementerian Kesehatan RI (2018), dari data lapangan Riskesdas di tahun 2018, terdapat prevalensi individu yang mengalami gangguan skizofrenia sebanyak 6,7 dari 1000 keluarga yang ada di Indonesia.

Selanjutnya dampak dari adanya anggota keluarga yang memiliki pasien skizofrenia dijelaskan lebih lanjut oleh Suryaningrum & Wardani (2013), bahwa terdapat akibat yang akan dirasakan oleh keluarga, dimana hal ini nantinya akan mempengaruhi bagaimana sebuah keluarga tersebut akan mengasuh dan merawat pasien yang menderita gangguan skizofrenia tersebut. Dijelaskan lebih lanjut bahwa keluarga dalam tingkatan menengah ke bawah akan mengalami kesusahan dalam faktor ekonomi. Dimana bentuk tulang punggung atau sumber ekonomi keluarga tersebut berasal dari buruh yang tidak memiliki penghasilan tetap.

Kemudian, menurut Heru & Dreary (2011), jika terdapat salah satu anggota keluarga yang mengalami gejala atau mengalami gangguan skizofrenia maka keluarga cenderung anggota keluarga lain akan merasakan dampak yang diberikan oleh pasien keluarga tersebut. Hal ini dijelaskan lebih dalam oleh Heru dan Dreary (2011), dimana apabila tingkat perawatan

untuk merawat pasien di keluarga tersebut tinggi, maka anggota keluarga lainnya akan merasakan beban, berat atau sakit yang sama dengan pasien skizofrenia di keluarga tersebut.

Keluarga yang memiliki anggota dengan skizofrenia seringkali menghadapi dinamika emosional yang kompleks. Tantangan utama yang mereka hadapi meliputi stres dimana anggota keluarga sering merasakan stres akibat ketidakpastian terkait perilaku pasien, kesulitan dalam perawatan, dan kebutuhan untuk menyesuaikan rutinitas sehari-hari. Adanya kelelahan emosional dalam Merawat pasien skizofrenia dapat mengakibatkan kelelahan emosional, di mana anggota keluarga merasa tidak berdaya dan tertekan akibat tuntutan yang terus-menerus. Hal ini juga ditunjukkan oleh penelitian terdahulu, oleh Marchira et al. (2008), menunjukkan bahwa 58,1% pasien mengalami kekambuhan karena ekspresi emosi keluarga yang tinggi. Penelitian ini menegaskan pentingnya regulasi emosi dalam lingkungan keluarga

Menurut Brown (1950) Ekspresi emosi adalah perpaduan dari perasaan, emosi, dan sikap yang ditunjukkan oleh orang yang memberikan perawatan kepada penderita skizofrenia. Ekspresi emosi termasuk sikap permusuhan, kritik berlebihan, dan dukungan yang tidak sesuai. Ekspresi emosi berhubungan dengan seringnya kekambuhan penderita. Bahkan di Jepang, ekspresi emosi dalam keluarga dapat memprediksi kekambuhan skizofrenia dengan baik (Mino, dkk., 1997)

Ekspresi emosi adalah cara orang menunjukkan perasaan mereka dengan bentuk verbal atau non verbal. Hal ini penting dalam berkomunikasi dengan orang lain dan dapat mempengaruhi hubungan interpersonal. Yang terdiri dari sikap permusuhan, kritik berlebihan, dan dukungan yang tidak sesuai. Pasien yang memiliki keluarga dengan tingkat ekspresi dan emosi yang tinggi dan lama lebih dari 35 jam per minggu memiliki risiko kekambuhan atau rawat inap ulang dua kali lebih besar. Menurunkan ekspresi emosi keluarga terhadap pasien gangguan jiwa dapat meningkatkan prognosis gangguan jiwa. Ekspresi emosi dikelompokkan menjadi dua kategori yaitu high dan low. Ekspresi emosi yang tinggi menunjukkan bahwa mengekspresikan emosi secara intens adalah sesuatu yang negatif. Ekspresi yang tinggi tersebut menunjukkan sikap yang penuh dengan kritik dan kebencian. Ekspresi emosi tinggi bisa menyebabkan risiko kekambuhan gangguan psikologis karena kritik verbal agresif yang muncul (Hertijung, 2010).

Ekspresi emosi muncul dengan sendirinya dan sulit dikendalikan atau disembunyikan. Ekspresi emosi bisa terlihat dari perubahan fisiologis yang muncul karena reaksi terhadap kejadian atau rangsangan. Reaksi terhadap situasi tertentu dapat menimbulkan emosi, baik itu dalam diri sendiri maupun dalam hubungan dengan orang lain. Ekspresi emosi dapat terlihat melalui tanda-tanda dalam penampilan fisik, seperti mimik wajah, sikap, dan perilaku. Menurut

Hude (2006), ekspresi emosi dipengaruhi oleh pengalaman berinteraksi dengan orang lain, tidak hanya diwarisi secara genetis.

Penelitian telah dilakukan mengenai ekspresi emosi keluarga, contohnya penelitian oleh Marchira et al. (2008) di RS Dr. Di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta, sebanyak 58,1% pasien mengalami kambuh karena ekspresi emosi keluarga yang tinggi. Selain itu, ketidakpatuhan pasien dalam minum obat juga dapat meningkatkan risiko kekambuhan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Fadli & Mitra (2013), Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Pardede et al. (2016) menemukan bahwa ekspresi emosi keluarga tinggi terjadi sebanyak 27,3% dan kambuh terjadi sebanyak 8%, dengan kambuh sebanyak 2 kali di RS Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provsu Medan. Penelitian menunjukkan bahwa jika keluarga mengekspresikan emosinya secara intens, bisa membuat pasien skizofrenia lebih mungkin kembali mengalami gejala. Hasil studi yang dilakukan oleh Widianti, dkk. Pada tahun 2020, di Desa Kersamanah Kabupaten Garut, 65 responden (94,2%) memiliki ekspresi emosi rendah, sementara 4 responden (5,8%) memiliki ekspresi emosi tinggi.

Penelitian ini memiliki manfaat praktis yg signifikan, memberikan panduan kepada keluarga mengenai gambaran pengidap skizofrenia dan juga dapat menginformasikan keluarga pasien skizofrenia tentang bagaimana ekspresi emosi mereka dapat mempengaruhi kesehatan mental pasien, sehingga keluarga bisa mengelola emosi dengan lebih baik, menjadi landasan bagi tenaga medis, terutama psikolog dan psikiater, untuk menciptakan intervensi atau program pendidikan bagi keluarga pasien skizofrenia mengenai pentingnya mengelola emosi dengan positif.

Latar belakang ini mengarahkan perhatian penelitian pada penyelidikan mengenai cara keluarga menunjukkan perasaan mereka saat mendampingi anggota yang terkena skizofrenia. Dengan menekankan dinamika perasaan dan kesulitan yang dihadapi oleh keluarga, penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman serta dukungan bagi keluarga pasien skizofrenia di Indonesia. Walaupun banyak penelitian mengenai skizofrenia, tapi masih terdapat keterbatasan dalam eksplorasi mendalam tentang ekspresi emosi dalam konteks budaya tertentu, seperti budaya Indonesia. Banyak penelitian berfokus pada data kuantitatif tanpa mempertimbangkan nuansa budaya yang mempengaruhi cara keluarga mengekspresikan emosi.

Penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan manfaat praktis bagi keluarga yang memiliki anggota dengan skizofrenia. Dengan memahami cara mengelola emosi mereka, keluarga dapat mengurangi stres dan kelelahan emosional, membangun pola komunikasi yang lebih baik dan meningkatkan dukungan terhadap pemulihan pasien. Memahami pola ekspresi

emosi dalam konteks budaya dapat memberikan wawasan yang lebih kontekstual dan efektif untuk intervensi. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menggali bagaimana nilai-nilai budaya mempengaruhi cara keluarga berkomunikasi dan mengelola emosi ketika merawat anggota yang menderita skizofrenia.

Oleh karena itu berdasarkan penelitian terdahulu mengenai pembahasan pengidap skizofrenia yang menimbulkan akibat lainnya pada keluarga. Membuat peneliti mengkaji lebih lanjut mengenai penelitian tentang ekspresi emosi dari keluarga yang memiliki pasien penyakit skizofrenia dengan *metode* review penelitian. Kemudian, bentuk pembahasan ini merupakan isu yang penting untuk dibahas karena adanya pengidap skizofrenia pada sebuah keluarga juga akan mempengaruhi bagaimana keluarga tersebut berperilaku, berekspresi dan bagaimana cara mereka dalam menjalani keseharian atau bagaimana hubungan interpersonal dalam keluarga tersebut.

## 2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dengan pencarian topik “Ekspresi Emosi dari Keluarga yang Memiliki Pasien Penyakit Skizofrenia” dengan menggunakan *database* Google Scholar. Literature review memberikan pemahaman tentang dinamika ekspresi emosi keluarga dalam konteks perawatan pasien skizofrenia, memungkinkan identifikasi kesenjangan penelitian, dan pengembangan teori yang relevan. Tahap awal pencarian ditemukan 615 artikel dengan rentang tahun 2014-2024. Dari jumlah jurnal tersebut didapatkan 15 jurnal yang relevan dengan penelitian.

**Tabel 1** List artikel yang digunakan dalam review

No.	Judul	Tahun terbit
1.	Ekspresi Emosi Keluarga dengan Frekuensi Kekambuhan Pasien Skizofrenia	2016
2.	Ekspresi Emosi Keluarga yang Merawat Pasien Skizofrenia	2020
3.	Ekspresi Emosi Keluarga pada Klien Skizofrenia	2020
4.	Tingkat Ekspresi Emosi pada Caregiver Skizofrenia di Kecamatan Kersamanah, Kabupaten Garut	2021
5.	Hubungan Ekspresi Emosi Keluarga Dengan Frekuensi Kekambuhan Pasien Skizofrenia di Poliklinik Rumah Sakit Jiwa Prof. HB. Saanin Padang Tahun 2019	2020
6.	Beban Keluarga Berhubungan Dengan Pencegahan Kekambuhan Pasien Skizofrenia	2019
7.	Tinjauan Retrospektif Ekspresi Emosi Keluarga dengan Frekuensi Kekambuhan Pasien Perilaku Kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan	2019
8.	Hubungan Ekspresi Emosi Keluarga dengan Frekuensi Kekambuhan Pasien Skizofrenia di Poliklinik RSJ. Prof. HB. Saanin Padang	2022
9.	Beban dengan Koping Keluarga Saat Merawat Pasien Skizofrenia yang Mengalami Perilaku Kekerasan	2020
10.	Pengaruh Ekspresi Emosi Informal Caregiver terhadap Frekuensi Kekambuhan pada Pasien Skizofrenia Rawat Jalan di Rumah Sakit Jiwa Bina Karsa Sumatera Utara	2024

11.	Analisis Kekambuhan Skizofrenia berdasarkan Perawatan Berbasis Keluarga	2018
12.	Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kekambuhan Klien Skizofrenia di Poliklinik Psikiatri Rumah Sakit Duren Sawit Jakarta Timur	2018
13.	Hubungan Respon Emosi Keluarga dengan Kekambuhan Pasien Skizofrenia di Poliklinik Jiwa RSJ Mutiara Sukma Mataram	2020
14.	Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kekambuhan pada Pasien Skizofrenia di Poli Rawat Jalan RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta	2020
15.	Hubungan Pola Asuh Keluarga dengan Mekanisme Koping pada Penderita Skizofrenia	2022

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien yang memiliki penyakit skizofrenia di sebuah keluarga seringkali dipengaruhi oleh dinamika emosi dalam keluarga mereka. Pardede et al. (2016) menemukan bahwa ekspresi emosi keluarga memiliki dampak signifikan terhadap kekambuhan pasien skizofrenia. Keluarga dengan tingkat kritik tinggi dan sikap permusuhan lebih cenderung memicu kekambuhan pasien, sedangkan ekspresi emosi rendah mendukung stabilitas kondisi mereka. Hasil ini menyoroti pentingnya pengelolaan emosi yang baik dalam keluarga. Pardede (2020) mengungkapkan bahwa tekanan emosional semakin meningkat pada keluarga yang merawat lebih dari satu pasien skizofrenia. Situasi ini sering memunculkan frustrasi, kejenuhan, dan keterlibatan emosional yang berlebihan, yang justru memperburuk kondisi pasien.

Kemudian, beberapa penelitian juga menjelaskan bahwa terdapat ekspresi emosi yang tinggi pada pasien skizofrenia. Menurut penelitian oleh Zahrani dan Coralia (2021) menunjukkan bahwa pada ekspresi emosi terdapat bentuk penyusun seperti kritik verbal sebanyak (48,95%) dan adanya emosional ekstrem (51,04%). Ekspresi emosi yang tinggi juga diakibatkan oleh adanya tekanan psikologis dan kurangnya pengetahuan psikoedukasi terhadap pasien skizofrenia. Selanjutnya bentuk ekspresi emosi yang tinggi juga terdapat dalam penelitian oleh Pardede (2020), yang menjelaskan bahwa adanya ekspresi emosi yang tinggi pada pasien skizofrenia disebabkan oleh adanya bentuk keterhubungan dan pengaruh ekspresi emosi keluarga terhadap perilaku dan keadaan pasien skizofrenia. Dimana pasien skizofrenia terkadang menunjukkan perilaku abnormal seperti adanya keadaan yang membuat pasien menjadi marah, membanting barang dan memukul orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa memang terdapat bentuk tantangan atau beban yang dialami oleh keluarga pasien skizofrenia yang mengurus atau merawat pasien skizofrenia tersebut.

Selanjutnya, selain bentuk ekspresi emosi yang tinggi pada keluarga. Juga terdapat bentuk ekspresi emosi yang rendah pada keluarga yang memiliki pasien skizofrenia. Hal ini ditunjukkan pada penelitian yang dilakukan oleh Siti, et al. (2019), dimana frekuensi atau kekambuhan pasien terjadi lebih dari satu kali (75%). Kemudian bentuk ekspresi emosi yang rendah juga dijelaskan dalam penelitian oleh Ridha et al (2020), yang menjelaskan apabila keluarga pasien skizofrenia mempunyai ekspresi emosi yang rendah maka frekuensi terjadinya skizofrenia pada pasien juga menjadi rendah. Hal ini juga dijelaskan lebih lanjut, dimana keluarga yang memiliki pasien skizofrenia dengan tingkat yang rendah harus bisa mengontrol ekspresi emosi dan mendukung bentuk kesembuhan dari pasien skizofrenia tersebut. Menurut penelitian lainnya oleh Sumarno dan Ningrum (2018), menjelaskan bahwa pasien yang diberikan bentuk dukungan yang lebih dan baik dari keluarga biasanya akan mengalami frekuensi terjadinya skizofrenia yang juga rendah. Dimana keluarga yang memberikan dukungan lebih dan baik seperti adanya dukungan emosional, informasi, bantuan praktis dan evaluasi akan membuat bentuk frekuensi terjadinya gejala skizofrenia menjadi stabil.

Menurut penelitian oleh Rahmayanti (2020), bentuk frekuensi yang kurang pada pasien skizofrenia juga didukung oleh adanya bentuk dukungan dan perhatian lebih dari keluarga yang mempengaruhi memberikan dukungan emosional pada pasien skizofrenia tersebut. Bentuk dukungan emosional yang biasanya diberikan oleh keluarga yaitu mengingatkan pasien untuk meminum obat secara rutin. Selain itu, menurut Santosa (2020), bentuk pemulihan dari pasien skizofrenia juga dipengaruhi oleh reaksi emosional yang ditunjukkan oleh keluarga. Dimana keluarga yang menunjukkan bentuk reaksi emosi yang negatif akan membuat tingkat frekuensi terjadinya skizofrenia meningkat pada pasien. Sedangkan jika bentuk reaksi emosi dari keluarga ditunjukkan secara positif akan bisa menurunkan tingkat terjadinya frekuensi skizofrenia pada pasien dan kualitas hidup pasien bisa menjadi lebih baik kedepannya. Bentuk reaksi emosi secara positif ini juga bisa ditunjukkan dengan keluarga yang menerima dan mau mendukung pasien skizofrenia dengan baik.

Kemudian dari penjelasan mengenai ekspresi emosi yang ada pada keluarga yang memiliki pasien skizofrenia menunjukkan bahwa bentuk pengelolaan emosi, bentuk pemahaman lebih mengenai skizofrenia dan adanya dukungan lebih dari keluarga merupakan faktor utama untuk membantu pasien bisa menghadapi penyakit yang dialaminya. Menurut Betriz et al (2019), apabila tantangan yang dihadapi oleh pasien skizofrenia berat, maka bentuk efektif atau keberhasilan dari proses kesembuhan dari pasien skizofrenia akan menjadi rendah.

Dari beberapa penjelasan mengenai pasien skizofrenia bisa kita ambil kesimpulan bahwa ekspresi emosi dari keluarga pasien yang baik dapat mempengaruhi frekuensi kekambuhan pasien skizofrenia. Selanjutnya, ekspresi emosi keluarga yang rendah juga berhubungan erat dengan frekuensi kekambuhan pasien skizofrenia. Dimana bentuk ekspresi emosi yang baik cenderung mengurangi kekambuhan pasien. Sebaliknya semakin berat beban yang dirasakan oleh keluarga maka juga semakin rendah pencegahan kekambuhan pada pasien. Bentuk hubungan lainnya dari ekspresi emosi keluarga terhadap pasien skizofrenia juga ditunjukkan dengan adanya dukungan keluarga, dukungan emosional dan bentuk pengasuhan terhadap pasien skizofrenia dan bentuk *problem solving* dari pasien skizofrenia.

Kemudian, menurut Widiyanti et al. (2020), bentuk solusi dari ekspresi emosi yang bisa mempengaruhi keluarga dengan adanya pemberian perspektif yang menyoroti budaya kolektivitas dan dukungan sosial yang harus diterapkan keluarga agar tekanan emosi yang diberikan kepada pasien bisa berkurang. Dimana dengan adanya bentuk dukungan lebih dari keluarga yang bisa menjaga ekspresi emosi agar tetap rendah, bisa membuat suasana dan lingkungan disekitar pasien menjadi lebih baik dan mendukung bentuk pemulihan dari pasien tersebut. Penelitian lainnya oleh Rokhin et al (2022), yang menjelaskan bahwa bentuk pola asuh juga merupakan faktor utama dalam tingkat keberhasilan kesembuhan pasien skizofrenia. Dimana dengan adanya bentuk pola pengasuhan yang dilakukan secara demokratis akan membuat pasien lebih bisa dalam menangani dan menyelesaikan masalah yang muncul terhadap dirinya.

Bentuk penelitian ini juga menyoroti dan menunjukkan bahwa bentuk kesembuhan dari pasien skizofrenia biasanya dipengaruhi oleh adanya stigma atau pandangan negatif dari lingkungan sosial yang ada di sekitar pasien skizofrenia tersebut. Bentuk lingkungan sosial ini juga bisa berasal dari lingkungan masyarakat, lingkungan disekitar tempat tinggal dan lingkungan lainnya. Kemudian, diketahui frekuensi dari penyakit skizofrenia dari pasien ini juga bisa muncul diakibatkan dari pengobatan yang tidak dijalankan dengan semestinya atau sebaiknya juga adanya bentuk pengasuhan atau perawatan yang kurang baik diberikan dari keluarga atau pengasuh pasien skizofrenia tersebut.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

##### **Kesimpulan**

Penelitian ini menekankan adanya keterkaitan yang signifikan antara bagaimana keluarga mengekspresikan emosi dan tingkat kekambuhan pasien skizofrenia. Ekspresi emosi yang berlebihan, termasuk kritik yang keras serta sikap antagonistik, dapat memperburuk keadaan pasien dan memperbesar kemungkinan terjadinya kekambuhan. Sebaliknya, ekspresi

emosi yang sedikit dan penuh dukungan secara positif dapat mendukung stabilitas pasien serta mempercepat proses pemulihan. Temuan ini menunjukkan bahwa peran keluarga sangat krusial dalam pengelolaan emosi mereka sebagai bagian dari perawatan pasien skizofrenia. Dukungan yang baik dari keluarga dan pengaturan emosi yang tepat mampu meningkatkan kualitas hidup pasien serta mengurangi frekuensi kekambuhan.

Selanjutnya ekskresi emosi juga sangat berpengaruh pada kesembuhan atau penyakit skizofrenia pada pasien. Dimana dengan adanya ekspresi emosi yang tinggi yang diberikan keluarga kepada pasien skizofrenia. Maka akan membuat kondisi dari pasien tersebut menjadi menurun. Bentuk ekspresi emosi tinggi bisa dimunculkan keluarga dengan memberikan perilaku yang buruk seperti tidak memberikan perhatian, memberikan perilaku buruk seperti mengkritik pasien dan memperlakukan pasien dengan memberikan sikap seperti memusuhi pasien. Kemudian dijelaskan lebih lanjut bentuk ekspresi emosi yang rendah juga bisa membantu tingkat penyakit skizofrenia menjadi lebih baik dan lebih mudah untuk diobati. Bentuk ekspresi emosi yang rendah bisa dilakukan keluarga dengan memberikan dukungan dan support yang lebih kepada pasien skizofrenia. Selain dukungan, bentuk faktor pendorong positif lainnya bisa dengan melakukan pemberian perilaku mendukung pemulihan penyakit pasien skizofrenia tersebut.

Penjelasan selanjutnya dari bentuk dukungan yang baik dari keluarga bagi pasien skizofrenia bisa dilakukan keluarga dengan memberikan dukungan yang positif seperti adanya dorongan emosional yang baik dari keluarga, pencarian informasi mendalam seputar penyakit skizofrenia yang lengkap dari keluarga yang mempelajari untuk bagaimana cara mencegah dan mengobati penyakit skizofrenia bagi pasien dan adanya bantuan praktis dari keluarga kepada pasien. Bentuk pemberian bantuan praktis ini bisa berupa bantuan perawatan kanker dan bentuk pertolongan pasien terhadap psikologis dirinya.

Keluarga yang memiliki pasien skizofrenia juga perlu untuk diberikan pengetahuan dan pemberian edukasi psikologi mengenai penyakit atau pasien yang menghadapi skizofrenia tersebut. Terlebih dahulu keluarga harus diberikan pengetahuan dasar terkait stigma atau perspektif masyarakat terhadap seseorang yang mengidap penyakit skizofrenia. Sehingga nantinya bentuk perilaku dari keluarga akan memberikan pengaruh atau akibat yang signifikan terhadap bentuk kesembuhan dari pasien skizofrenia tersebut. Maka dari itu, bentuk faktor positif yang bisa mempengaruhi tingkat kesembuhan pasien skizofrenia seperti adanya dukungan yang mendalam dari keluarga, adanya kesadaran masyarakat dan pandangan terbuka yang positif terkait seseorang yang mengalami penyakit skizofrenia akan membantu

terciptanya lingkungan positif yang lebih mendukung dan mendorong untuk proses penyembuhan yang baik bagi pasien skizofrenia tersebut.

### **Saran**

#### 1. Untuk Keluarga Pasien

Keluarga yang mendampingi atau merawat pasien skizofrenia sebaiknya meningkatkan pemahaman dan kesadaran mereka mengenai pentingnya mengelola emosi. Mengikuti program pendidikan yang diselenggarakan oleh lembaga kesehatan atau profesional psikologi dapat membantu keluarga mengembangkan cara berkomunikasi dan memberikan dukungan emosional yang lebih efektif.

#### 2. Untuk Tenaga Medis dan Psikolog

Penting untuk membangun program intervensi yang berfokus pada pengelolaan ekspresi emosi di kalangan keluarga. Pelatihan ini bisa mencakup teknik relaksasi, cara mengelola stres, serta metode komunikasi yang lebih mendukung untuk membantu pemulihan pasien.

#### 3. Untuk Peneliti Selanjutnya Penelitian yang akan datang

Penelitian lebih lanjut dapat mengkaji hubungan antara ekspresi emosi keluarga dan kondisi pasien skizofrenia di berbagai konteks budaya di Indonesia. Ini akan memperluas pemahaman mengenai pengaruh nilai-nilai budaya terhadap pola asuh serta pengelolaan emosi dalam lingkungan keluarga.

#### 4. Untuk Pemerintah dan Institusi Kesehatan

Diperlukan adanya kebijakan yang mendukung penciptaan program psikoedukasi dan layanan kesehatan mental yang mudah diakses oleh keluarga pasien skizofrenia, terutamanya di daerah yang mengalami kekurangan fasilitas kesehatan mental.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Amelia, D. R., & Anwar, Z. (2013). Relaps pada pasien skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1), 53–65.
- Ekman, P. (2003). Darwin, deception, and facial expression. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1000(1), 205–221.
- Fadli, S. M., & Mitra, M. (2013). Pengetahuan dan ekspresi emosi keluarga serta frekuensi kekambuhan penderita skizofrenia. *Kesmas*, 7(10), 466–470.
- Fatmawati, R. (2016). Analisis penyebab skizofrenia berdasarkan faktor biologis dan psikososial. *Jurnal Psikologi Klinis*, 12(3), 45–53.
- Hawari, D. (2006). *Gangguan jiwa berat: Diagnostik dan terapi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Hude, D. (2006). *Emosi: Khazanah kajian Al-Qur'an*.

- Manao, B. M., & Pardede, J. A. (2019). Beban keluarga berhubungan dengan pencegahan kekambuhan pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(3), 3.
- Matsumoto, D., & Ekman, P. (2008). Facial expression analysis. *Scholarpedia*, 3(5), 4237.
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., Hirayama, S., & Petrova, G. (2005). Development and validation of a measure of display rule knowledge: The Display Rule Assessment Inventory. *Emotion*, 5(1), 23.
- Ningsih, S. D., & Sihombing, R. C. (2024). Pengaruh ekspresi emosi informal caregiver terhadap frekuensi kekambuhan pada pasien skizofrenia rawat jalan di Rumah Sakit Jiwa Bina Karsa Sumatera Utara. *Jurnal Psychomutiara*, 7(1), 9–15.
- Pardede, J. A. (2020). Ekspresi emosi keluarga yang merawat pasien skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 117–122.
- Pardede, J. A., Sirait, D., Riandi, R., Emanuel, P., & Laia, R. (2016). Ekspresi emosi keluarga dengan frekuensi kekambuhan pasien skizofrenia. *Idea Nursing Journal*, 7(3), 53–61.
- Pardede, J. A., Siregar, L. M., & Halawa, M. (2020). Beban dengan koping keluarga saat merawat pasien skizofrenia yang mengalami perilaku kekerasan. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 189–196.
- Poegoeh, D. P., & Hamidah, H. (2016). Peran dukungan sosial dan regulasi emosi terhadap resiliensi keluarga penderita skizofrenia. *Insan: Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 12–21.
- Putri, I. A. (2022). Skizofrenia: Suatu studi literatur. *Journal of Public Health and Medical Studies*, 1(1), 1–12.
- Rahman, S., Puspitosari, W. A., & Al-Kahfi, R. (2018). Analisis kekambuhan skizofrenia berdasarkan perawatan berbasis keluarga. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 9(1), 205–214.
- Rahmayanti, Y. N. (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kekambuhan pada pasien skizofrenia di Poli Rawat Jalan RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. *Jurnal Stethoscope*, 1(1).
- Rahmi, D., & Rikayoni, R. (2022). Hubungan ekspresi emosi keluarga dengan frekuensi kekambuhan pasien skizofrenia di Poliklinik RSJ. Prof. HB. Saanin Padang. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, 16(2).
- Ridha, F. (2020). Hubungan ekspresi emosi keluarga dengan frekuensi kekambuhan pasien skizofrenia di Poliklinik Rumah Sakit Jiwa Prof. HB. Saanin Padang Tahun 2019 [Disertasi Doktorat, Universitas Andalas].
- Rokhim, A., Rohmi, F., & Muhammad, Z. (2022). Hubungan pola asuh keluarga dengan mekanisme koping pada penderita skizofrenia. *Nursing Sciences Journal*, 6(1), 6–12.
- Safari, T., & Saputra, N. E. (2009). *Manajemen emosi*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sari, L. P. (2019). Neurotransmitter dan pengaruhnya pada skizofrenia. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 8(2), 123–130.

- Sesca, R., & Hamidah, N. (2018). Dampak emosi dan perilaku pada skizofrenia. *Jurnal Psikologi Universitas Indonesia*, 21(4), 98–104.
- Sumarno, A., & Ningrum, A. S. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan kekambuhan klien skizofrenia di Poliklinik Psikiatri Rumah Sakit Duren Sawit Jakarta Timur. *Jurnal Afiat*, 4, 613–622.
- Triyani, A., & Warsito, T. (2019). Pengenalan skizofrenia di berbagai lapisan masyarakat. *Jurnal Psikiatri Indonesia*, 16(1), 24–31.
- Vitria, V., Yuliana, Y., & Syafrizal, M. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan persepsi masyarakat terhadap penderita skizofrenia di wilayah kerja Puskesmas Kumun Kota Sungai Penuh. *Jurnal Ners*, 7(2), 1700–1705.
- Widianti, E., Susanti, A. K., & Desy, I. (2020). Ekspresi emosi keluarga pada klien skizofrenia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 185–196.
- Wulandari, S. R., & Slametiningih, S. (2019). Tinjauan retrospektif ekspresi emosi keluarga dengan frekuensi kekambuhan pasien perilaku kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan. *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice*, 2(2), 63–71.
- Yunita, L. (2020). Statistik epidemiologi skizofrenia di Indonesia. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan*, 10(1), 76–84.
- Zahrani, S. K., & Coralia, F. (2021). Tingkat ekspresi emosi pada caregiver skizofrenia di Kecamatan Kersamanah, Kabupaten Garut. *Jurnal Riset Psikologi*, 119–123.