

## Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan pada Ibu dengan Anak yang Mengalami Gangguan Psikotik di Rumah Sakit Jiwa X Padang

Khansa Henet Naifah<sup>1\*</sup>, Nurmina<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

[khansahenetnaifah2@gmail.com](mailto:khansahenetnaifah2@gmail.com)

### ABSTRAK

Ibu sebagai *family caregiver* bagi pasien dengan gangguan psikotik sering menghadapi tuntutan perawatan yang dapat memicu kecemasan. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi kecemasan adalah dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan pada ibu dengan anak yang mengalami gangguan psikotik di Rumah Sakit Jiwa X Padang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *purposive sampling* terhadap 60 ibu sebagai subjek. Data dikumpulkan menggunakan skala dukungan sosial dan skala kecemasan yang telah diuji validitas (validitas empiris/item) dengan metode uji validitas *pearson product moment* dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier sederhana. Berdasarkan hasil analisis penelitian, Nilai koefisien analisis regresi sebesar  $(B) = -1,070$  menunjukkan arah korelasi yang negatif. Dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 66,4% terhadap kecemasan. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami ibu. Dengan demikian, dukungan sosial terbukti berperan dalam menurunkan kecemasan pada ibu yang merawat pasien psikotik.

**Kata kunci:** Dukungan sosial; kecemasan; ibu; psikotik

### ABSTRACT

Mothers as *family caregivers* for patients with psychotic disorders often face care demands that can trigger anxiety. One factor suspected of influencing anxiety is social support. This study aims to examine the effect of social support on anxiety in mothers with children experiencing psychotic disorders at X Mental Hospital, Padang. This study used a quantitative method with a *purposive sampling* technique with 60 mothers as subjects. Data were collected using a social support scale and an anxiety scale that had been tested for validity (*empirical/item validity*) using the *Pearson product moment* validity and reliability test method. Data analysis was performed using simple linear regression. Based on the results of the research analysis, the regression analysis coefficient value of  $(B) = -1.070$  indicates a negative correlation. Social support contributed 66.4% to anxiety. These results indicate that the higher the social support received, the lower the level of anxiety experienced by mothers. Thus, social support has been proven to play a role in reducing anxiety in mothers caring for psychotic patients.

**Kata kunci:** Social support; anxiety; mother; psychotic

### PENDAHULUAN

Psikotik merupakan salah satu gangguan jiwa dengan adanya gejala yang memengaruhi cara seseorang berpikir, merasakan sesuatu, dan berperilaku. Saat mengalami episode psikotik, seseorang kesulitan membedakan mana yang nyata dan mana yang tidak nyata (Kadir et al., 2023). Gangguan psikotik merupakan masalah kesehatan global. Perkembangan modernisasi dan industrialisasi meningkatkan stres psikososial yang dapat memicu gangguan kesehatan mental ketika individu tidak mampu mengatasinya (Sejati, 2024).

Pasien dengan gangguan psikotik memerlukan bantuan dari *caregiver* selama proses pemulihan dan perawatan di rumah setelah rawat inap dari rumah sakit. Menurut Awad & Voruganti salah satu jenis *caregiver* yaitu *family caregiver* (Niman, 2019). Mayoritas *family caregiver* adalah ibu (Niman, 2019). Peneliti akan berfokus meneliti ibu sebagai *family caregiver* gangguan psikotik.

Merawat pasien dengan gangguan psikotik di rumah melibatkan tanggung jawab kompleks, seperti mengelola perilaku, memberikan obat, dan memenuhi kebutuhan emosional pasien, yang dapat meningkatkan tekanan bagi keluarga. Salah satu dampak dari hal tersebut yaitu timbulnya

kecemasan saat merawat pasien psikotik. Hal ini didapati saat wawancara kepada ibu yang menemani pasien psikotik melakukan kontrol di Rumah Sakit Jiwa X Padang, didapati mayoritas dari mereka menunjukkan gejala kecemasan. Menurut Hakimjadi, salah satu permasalahan emosional seperti kecemasan lebih banyak ditemukan pada ibu dengan anak gangguan mental dibandingkan dengan populasi lainnya (Jenaabadi, 2017).

Yosep dan Sutini, menemukan bahwa anggota keluarga yang berperan sebagai pengasuh untuk keluarga dengan gangguan kesehatan mental mengalami tingkat kecemasan yang tinggi (Iklima et al., 2023). Sejalan dengan Sebuah studi di Pusat Kesehatan Masyarakat Pekauman di Banjarmasin menunjukkan bahwa sebelum menerima latihan pernapasan dalam untuk mengurangi kecemasan mereka, sebagian besar pengasuh keluarga dari individu dengan gangguan mental 70% atau 14 responden mengalami kecemasan yang parah (Munawarti et al., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Ocansey et al. (2021) di tiga rumah sakit jiwa umum terkemuka di Ghana melaporkan bahwa sebanyak 118 dari 210 peserta yang merupakan keluarga 56,2% mengalami kecemasan berat, dengan tingkat kecemasan sedang sebagai kategori kedua terbanyak. Dalam hal ini kecemasan digunakan untuk menggambarkan efek samping dari perawatan yang timbul dari ibu yang merawat pasien psikotik.

Pengelolaan kecemasan yang tidak optimal dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pada ibu sebagai *family caregiver*, seperti jantung berdebar, sulit berkonsentrasi, sering terbangun di malam hari, merasa tertekan, serta gangguan kesehatan fisik. Jika hal ini tidak segera diatasi, maka akan memengaruhi proses perawatan yang tidak maksimal. Dalam situasi seperti ini bukan hanya pasien gangguan psikotik saja yang mendapat perhatian lebih, tetapi *family caregiver* juga perlu di dengar, dibantu, dibimbing, maupun dihibur dalam melakukan proses perawatan. Maka dukungan sosial yang kuat sangat dibutuhkan oleh ibu sebagai *family caregiver* dalam merawat pasien gangguan psikotik. Dukungan sosial mempunyai efek-efek kausal yang penting pada kesehatan maupun stres. Dukungan sosial berpotensi untuk mempertahankan serta meningkatkan kesehatan fisik serta psikis, dan khususnya untuk meredam atau memperbaiki potensi efek buruk stres psikososial pada Kesehatan (House, 1987).

Hal tersebut sejalan dengan temuan beberapa penelitian terdahulu, bahwa secara konsisten menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada berbagai kelompok responden, antara lain mahasiswa tingkat akhir yang sedang mempersiapkan diri memasuki dunia kerja, dan penyintas COVID-19 (Santo & Alfian, 2021; Jordan & Adiyanti, 2022).

Penelitian sebelumnya telah banyak mengkaji bagaimana keterkaitan antara dukungan sosial dengan kecemasan pada subjek lain. Namun, kajian yang secara spesifik menelaah pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan pada ibu dengan anak yang mengalami gangguan psikotik masih sangat terbatas. Sementara itu, rasa percaya diri akan keterampilan mereka sendiri serta konsep diri yang baik dimiliki oleh seseorang yang memperoleh dukungan sosial yang kuat, sehingga dapat menyebabkan penurunan tingkat kecemasan seperti yang terlihat pada gangguan kognitif (Sarason et al., 1983). Maka dari itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan pada ibu dengan anak yang mengalami gangguan psikotik. Pemahaman mengenai dinamika ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu yang merawat pasien psikotik.

## METODE PENELITIAN

Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu dengan anak yang mengalami gangguan psikotik di Rumah Sakit Jiwa X Padang sebanyak 60 ibu. Jumlah sampel ini ditentukan dengan mempertimbangkan kecukupan ukuran sampel dalam analisis regresi, dimana minimal 30 responden dianggap memadai (Sugiyono, 2013). Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu metode pengambilan sampel atas dasar kriteria tertentu (Machali, 2021). Kriteria inklusi dalam penelitian ini mencakup responden yang berperan sebagai ibu dari anak yang mengalami gangguan psikotik, responden tidak mempunyai gangguan kognitif serta gangguan bahasa yang dapat diamati dari observasi di lapangan, dan responden yang menyatakan kesediaan untuk menjawab kuesioner. Di sisi lain, ditetapkan kriteria eksklusi berupa ibu yang tidak tinggal serumah dengan anaknya yang mengalami gangguan psikotik dan tidak menyetujui *informed consent*. Penelitian dilaksanakan

dengan mematuhi kode etik penelitian psikologi, termasuk memperoleh izin dari pihak rumah sakit jiwa dan persetujuan partisipasi berbentuk *informed consent* dari partisipan.

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perilaku kecemasan, yang diukur menggunakan alat ukur berdasarkan teori Greenberger & Padesky (1995), dengan empat aspek utama: reaksi fisik, reaksi perilaku, reaksi pemikiran, suasana hati. Skala ini terdiri dari 26 item, yang terdiri atas 14 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*. Instrumen disusun dengan skala *Likert*, dengan empat pilihan jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skor total yang tinggi menunjukkan tingkat kecemasan yang tinggi. Hasil uji reliabilitas skala ini menunjukkan koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,724, yang menunjukkan bahwa alat ukur ini reliabel untuk digunakan.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial, yang diukur menggunakan skala dukungan sosial berdasarkan empat aspek dari Sarafino & Smith (2011), yaitu *emotional or esteem, tangible or instrumental, informational, companionship*. Skala ini terdiri dari 15 item yang bersifat *favorable*. Instrumen disusun dengan skala *Likert*, dengan empat pilihan jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skor total yang tinggi mencerminkan dukungan sosial yang tinggi. Hasil uji reliabilitas skala ini menunjukkan koefisien *Alpha Cronbach* sebesar 0,712, yang menunjukkan bahwa alat ukur ini reliabel untuk digunakan.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan program *SPSS 27 for Windows*. Data dianalisis secara deskriptif dan inferensial. Uji asumsi yang dilakukan meliputi uji normalitas (*Kolmogorov-Smirnov*) dan uji linearitas (*Deviation from Linearity*). Untuk menguji hipotesis, digunakan analisis regresi linear sederhana. Keputusan statistik diambil berdasarkan nilai signifikansi ( $p < 0,05$ ) untuk menentukan ada tidaknya pengaruh ibu yang merawat pasien psikotik. Hasil analisis ini selanjutnya menjadi dasar untuk membahas temuan penelitian secara lebih mendalam.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan pada ibu dengan anak yang mengalami gangguan psikotik di Rumah Sakit Jiwa X Padang. Sebanyak 60 ibu menjadi responden dalam penelitian ini, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Subjek penelitian dikelompokkan berdasarkan status ibu, usia, status pernikahan, tingkat pendidikan, pekerjaan, pendapatan per bulan, status kesehatan, dan apakah ibu merawat orang lain selain anaknya. Hasil pengelompokan menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan ibu kandung sebesar 96,7% (58 orang), usia responden berada pada kategori dewasa sebesar 83,3% (50 orang), responden berstatus menikah sebesar 76,7% (46 orang), tingkat pendidikan responden merupakan tamatan SMA sebesar 48,4% (29 orang), pekerjaan responden sebagai IRT sebesar 68,3% (41 orang), responden memiliki pendapatan per bulan yakni <Rp 535.547/bulan sebesar 80% (48 orang), responden memiliki status kesehatan dengan kategori sehat sebesar 66,7% (40 orang), responden hanya fokus merawat anaknya dengan gangguan psikotik sebesar 88,3% (53).

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Kecemasan	26	104	65	13	46	79	62,16	9.794
Dukungan Sosial	13	52	32,5	6,5	19	52	35,31	7,457

Berdasarkan tabel 1, *mean* hipotetik 65 dan *mean* empirik bernilai 62,16. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu yang merawat pasien psikotik cenderung berada sedikit di bawah rata-rata teoritis skala yang digunakan. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun ibu menghadapi tuntutan perawatan yang cukup berat, tingkat kecemasan yang dialami masih berada pada tingkat yang relatif moderat.

Sementara itu, untuk variabel dukungan sosial *mean* hipotetik 32,5 dan *mean* empirik bernilai 35,31. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum ibu menerima dukungan sosial yang cukup baik dari lingkungan sekitarnya. Dukungan tersebut kemungkinan berasal dari keluarga,

tenaga kesehatan, maupun lingkungan sosial lainnya yang membantu ibu dalam menjalankan perannya sebagai *caregiver*.

**Tabel 2.** Kategorisasi Data Variabel Kecemasan

Skor	Kategori	F	(%)
$X < 52$	Rendah	8	13,3
$52 \leq X < 78$	Sedang	50	83,4
$78 \leq X$	Tinggi	2	3,3
<b>Total</b>		60	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi data variabel kecemasan, diketahui bahwa sebagian besar ibu yang merawat anak dengan gangguan psikotik di Rumah Sakit Jiwa X Padang berada dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 50 ibu (83,4%). Selain itu, terdapat 8 ibu (13,3%) yang termasuk dalam kategori rendah, dan 2 ibu lainnya (3,3%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu cenderung merasakan kecemasan yang berada dalam batas sedang, yang diikuti oleh kategori rendah. Kondisi ini mengindikasikan bahwa peran sebagai *caregiver* pasien psikotik memang dapat menimbulkan tekanan psikologis, namun sebagian besar ibu masih mampu mengelola kecemasan tersebut. Di sisi lain, meskipun jumlah ibu dengan kategori kecemasan tinggi tidak terlalu besar, keberadaannya tetap perlu diperhatikan.

**Tabel 3.** Kategorisasi Data Variabel Dukungan Sosial

Skor	Kategori	F	(%)
$X < 26$	Rendah	6	10
$26 \leq X < 39$	Sedang	34	56,7
$39 \leq X$	Tinggi	20	33,3
<b>Total</b>		60	100%

Berdasarkan tabel 3, dapat dilihat bahwa sebagian besar ibu berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 34 ibu (56,7%). Sementara itu, sebanyak 20 ibu (33,3%) tergolong dalam kategori tinggi, dan hanya 6 ibu (10%) yang termasuk dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diterima oleh mayoritas ibu berada pada tingkat sedang, yang selanjutnya diikuti oleh kategori tinggi. Artinya, secara umum, ibu dengan anak yang mengalami gangguan psikotik di Rumah Sakit Jiwa X Padang menerima dukungan dengan kategori sedang berupa dukungan emosional, bantuan praktis, informasi, serta kehadiran sosial dari orang lain saat menghadapi tekanan perawatan.

**Tabel 4.** Uji Normalitas

Variabel	K-SZ	Asymp. Sig. (2-tailed)	Ket
Dukungan Sosial	0,064	0,200	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, diperoleh hasil uji normalitas dengan nilai signifikansi sebesar  $0,200 > 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian terdistribusi normal, sehingga uji normalitas terpenuhi.

**Tabel 5.** Uji Linearitas

Variabel	Deviation from linearity	Hubungan
Dukungan Sosial	0,850	Linear
Kecemasan		

Merujuk pada nilai signifikansi yang ditampilkan dalam tabel, diperoleh angka *deviation from linearity* sebesar 0,850. Karena nilai ini lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat penyimpangan yang signifikan dari hubungan linear. Dengan demikian, hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan dapat dikatakan mengikuti pola linear secara signifikan.

Tabel 6. Uji Hipotesis

Model	Rsquare	B	Std. Error	T	P
1 (Constant)	0,664	99.961	3.068	27.704	0,001
Dukungan Sosial		-1.070	0,100	-10.702	0,001

Berdasarkan hasil uji hipotesis, menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Karena nilai signifikansi ini lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara dukungan sosial terhadap kecemasan. Selain itu, nilai *R-squared* sebesar 0.664 menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 66,4% terhadap kecemasan dan 33,6% dipengaruhi oleh faktor lain.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap kecemasan pada ibu dengan anak yang mengalami gangguan psikotik di Rumah Sakit Jiwa X Padang. Temuan ini menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang berperan dalam mempengaruhi kecemasan ibu. Hal ini didukung oleh pendapat Sarason et al. (1983), yaitu salah satu faktor yang memengaruhi kecemasan yaitu dukungan sosial dimana dukungan sosial yang diberikan berupa pemberian informasi, pemberian bantuan, perilaku maupun materi yang didapat dari hubungan sosial yang akrab yang membuat individu merasa diperhatikan, dicintai dan bernilai. Dalam konteks ibu yang merawat pasien psikotik, keberadaan dukungan sosial dari keluarga, tenaga kesehatan, maupun lingkungan sekitar menjadi sangat penting, karena dukungan tersebut dapat membantu ibu menghadapi tuntutan perawatan serta mengurangi tingkat kecemasan yang muncul selama proses caregiving.

Dari hasil penelitian, skor empiris dukungan sosial ( $mean = 35,31$ ) lebih tinggi dari skor hipotetik ( $mean = 32,5$ ). Ini menunjukkan bahwa secara umum, ibu menerima dukungan sosial yang tinggi. Namun demikian, sebanyak 10% ibu berada dalam kategori dukungan sosial rendah, yang berarti ada kelompok kecil yang tidak menerima dukungan sosial. Sementara itu, kecemasan ibu juga berada dalam kategori sedang, dengan skor empiris rata-rata 62,16 dari skor maksimal 104. Mayoritas ibu (83,4%) berada pada kategori sedang, 8 orang pada kategori rendah, dan 2 orang pada kategori tinggi. Artinya, walaupun proporsi ibu dengan kecemasan tinggi tergolong kecil, penting untuk tetap memperhatikan dan menangani kecemasan yang dialami ibu dalam merawat pasien psikotik.

Hubungan linear antara dukungan sosial dan kecemasan juga terkonfirmasi melalui uji linearitas yang menunjukkan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,850 (lebih besar dari 0,05). Ini mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat linier dan dapat dijelaskan secara konsisten, di mana semakin tinggi dukungan sosial, semakin rendah kemungkinan ibu mengalami kecemasan. Hal tersebut sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Hanani et al., (2023) bahwa secara konsisten menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan pada pasien dengan polycystic ovary syndrome (PCOS), meskipun dilakukan pada subjek yang berbeda, temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan sebagai faktor yang membantu mengurangi stres psikologis pada individu yang rentan mengalami tekanan psikologis. Rasa percaya diri akan keterampilan mereka sendiri serta konsep diri yang baik dimiliki oleh seseorang yang memperoleh dukungan sosial yang kuat, sehingga dapat menyebabkan penurunan tingkat kecemasan seperti yang terlihat pada gangguan kognitif (Sarason et al., 1983).

Berdasarkan temuan bahwa dukungan sosial menyumbang 66,4% terhadap kecemasan, dan 33,6% dipengaruhi oleh faktor lain. Athiyah & Lucia (2024) mengungkapkan bahwa dukungan sosial dari orang terdekat, kondisi emosional yang buruk dapat berubah menjadi pengalaman emosional yang positif, sehingga dapat mengurangi perasaan cemas.

Di sisi lain, dukungan sosial yang diterima ibu dari lingkungan sekitar juga perlu mendapat perhatian. Pihak keluarga, tenaga kesehatan, serta lingkungan sosial dapat berperan dengan memberikan dukungan emosional, informasi, maupun bantuan praktis dalam proses perawatan anak dengan gangguan psikotik. Lingkungan yang suportif dan terbuka dapat membantu ibu mengelola kecemasan yang muncul selama menjalani peran sebagai *caregiver*. Selain itu, keterlibatan keluarga dan tenaga kesehatan melalui komunikasi yang baik serta pendampingan yang berkelanjutan menjadi sangat penting agar ibu tidak merasa sendiri dalam menghadapi berbagai tantangan selama merawat anak dengan gangguan psikotik.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena pengambilan data dilakukan di lingkungan klinis, yaitu di Rumah Sakit Jiwa X Padang. Kondisi ini berpotensi menimbulkan bias situasional karena responden mengisi kuesioner saat mendampingi anak menjalani kontrol, sehingga keadaan emosional serta situasi rumah sakit dapat memengaruhi jawaban yang diberikan.

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan uji hipotesis terkait pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan pada ibu dengan anak yang mengalami gangguan psikotik di Rumah Sakit Jiwa X Padang, maka diperoleh kesimpulan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Artinya, terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap kecemasan. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah pula tingkat kecemasan yang dirasakan ibu. Sejalan dengan pernyataan Sarason et al. (1983) yaitu salah satu faktor yang memengaruhi kecemasan adalah dukungan sosial. Hasil deskriptif menunjukkan bahwa kedua variabel berada pada kategori sedang.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar ibu menyadari akan pentingnya penerimaan dukungan sosial dari orang lain saat melakukan perawatan pada anak dengan gangguan psikotik. Bagi institusi rumah sakit diharapkan meningkatkan efektivitas program kesehatan mental melalui penyediaan informasi yang memadai serta membentuk forum bagi *caregiver* untuk berbagi pengalaman dalam merawat pasien psikotik, seperti psikoedukasi keluarga, *support group caregiver*, serta pelatihan *coping* berbasis *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* untuk membantu ibu mengelola kecemasan selama merawat pasien dengan gangguan psikotik. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menelaah faktor lain yang berpotensi memengaruhi kecemasan ibu perawat pasien psikotik, seperti keparahan gejala, efektivitas diri, coping religius, kualitas tidur, dan kondisi ekonomi.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Athiyah, D. R., & Lucia, D. D. (2024). Hubungan Antara Regulasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Fresh Graduated Dhea. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 4(1), 17–26.
- Greenberger, D., & Padesky, C. A. (1995). *Mind Over Mood: Change How You Feel by Changing the Way You Think*. Guilford Publications.
- Hanani, D. S., Ardiyanti, A., & P, N. V. I. (2023). Hubungan Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Pasien Polycystic Ovary Syndrome (PCOS). *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(3), 197–211. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i3.2238>
- House, J. s. (1987). Social Support and Social Structure. *Sociological Forum*, 2(1), 135–146.
- Iklima, N., Irawan, E., Mawaddah, R. A., Budiyantri, Y., & Saputra, A. (2023). Gambaran Kecemasan Keluarga dalam Merawat Pasien dengan Gangguan Jiwa. *Jurnal Keperawatan BSI*, 11(2), 207–214.
- Jenaabadi, H. (2017). Effect of Emotion Regulation Training on Depression, Anxiety, and Stress among Mothers of Children with Mental Disorders. *Journal of Research and Health*, 7(1), 663–671. <https://doi.org/10.18869/acadpub.jrh.7.1.663>
- Jordan, N., & Adiyanti, M. G. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan pada Penyintas Covid-19. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 751–760.
- Kadir, N. U., Wijaya, F., & Sanusi, M. (2023). Jenis Gangguan Psikotik berdasarkan PPDGJ III. *Journal of Social Science Research*, 3(4), 9140–9150.
- Machali, I. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif (Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif). In A. Q. Habib (Ed.), *Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*.
- Munawarti, S., Rahman, S., Tasalim, R., & Wijaksono, M. A. (2024). Efektivitas Deep Breathing terhadap Tingkat Kecemasan Caregiver ODGJ. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 12(3), 551–558.

- Niman, S. (2019). Pengalaman Family Caregiver dalam Merawat Anggota Keluarga yang Mengalami Gangguan Jiwa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 19–26.
- Ocansey, P. M. E., Kretchy, I. A., Aryeetey, G. C., Agyabeng, K., & Nonvignon, J. (2021). Anxiety, Depression, and Stress in Caregivers of Children and Adolescents with Mental Disorders in Ghana and Implications for Medication Adherence. *Ghana Medical Journal*, 55(3), 173–182. <https://doi.org/10.4314/gmj.v55i3.1>
- Santo, A. T., & Alfian, I. N. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Akhir. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1), 370–378.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. w. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (C. Johnson (ed.); Seventh). JOHN WILEY & SONS, INC.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127–139.
- Sejati, S. (2024). Peran Konselor dalam Menangani Penderita Gangguan Jiwa Psikotik di Rumah Sakit Khusus Jiwa Soeprapto Provinsi Bengkulu. *Da'wah & Education Journal*, 5, 42–50.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.