

Gambaran *Self Compassion* pada Perawat yang Menjadi *Caregiver* Orang dengan Skizofrenia

Nur Azisah Ilham¹, Widyastuti², Kartika Cahyaningrum³

^{1,2,3}Fakultas Psikolog, Universitas Negeri Makassar

E-mail: nurazisahilham4@gmail.com¹, widyastuti@unm.ac.id²,
kartika.cahyaningrum@unm.ac.id³

Article History:

Received: 18 April 2025

Revised: 02 Juni 2025

Accepted: 11 Juni 2025

Keywords: *Caregiver, Self Compassion, Schizophrenia*

Abstract: *Caregiver merupakan individu yang bertanggung jawab merawat pasien dalam berbagai situasi, termasuk memberikan dukungan emosional, merawat secara fisik, mengatur keuangan, dan membuat keputusan terkait perawatan. Self compassion merupakan kemampuan untuk menyayangi diri sendiri dan memahami peristiwa yang menyakitkan. Self compassion dapat membantu seseorang merasa lebih tenang saat menghadapi suatu masalah. Dalam penelitian ini, caregiver merawat pasien yang telah terdiagnosis skizofrenia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran self compassion pada perawat yang menjadi caregiver orang dengan skizofrenia dan untuk mengetahui apa yang dilakukan caregiver demi meningkatkan self compassion pada dirinya dalam merawat pasien dengan gangguan skizofrenia. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara. Teknik analisis data menggunakan analisis tematik theory driven dengan teknik triangulasi untuk mengecek keabsahan data penelitian. Subjek dalam penelitian ini berjumlah satu individu dengan kriteria perawat yang sedang menjadi caregiver orang dengan skizofrenia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki gambaran self compassion yang baik, self compassion pada caregiver terus meningkat dengan baik karena adanya kondisi masa lalu yang tidak menyenangkan. Self compassion dapat dikatakan baik ketika individu mampu untuk merangkul emosi negatif dengan penuh kesadaran disertai dengan kebaikan yang dilakukan oleh individu yang berkaitan dengan individu lainnya. Upaya yang dilakukan caregiver untuk meningkatkan self compassion yaitu dengan bersabar, ikhlas, dan menikmati segala proses yang ada. Berdasarkan dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa aspek yang dominan muncul dari ketiga aspek self compassion adalah common humanity. Implikasi dari penelitian ini adalah caregiver diharapkan memiliki self compassion yang baik agar mudah untuk menjalani hari-harinya sebagai caregiver skizofrenia.*

PENDAHULUAN

WHO (2017) mengemukakan bahwa dalam populasi pekerja kesehatan, profesi keperawatan merupakan profesi paling banyak dan sebaliknya memiliki kekurangan terbesar menurut organisasi kesehatan dunia. Terdapat 20,7 juta perawat di seluruh dunia, mencakup hampir setengah dari populasi pekerja kesehatan. Pada tahun 2030 di prediksi bahwa akan ada kekurangan perawat global sebanyak 7,6 juta. Dalam penelitian *Burnout in Australia Paramedics* (2018) yang dikemukakan oleh Liz Thyer, Paul Simpson, dan Benjamin Van Nugteren menjelaskan bahwa lebih dari separuh (55,9%) perawat dipastikan mengalami burnout total pada saat menyelesaikan survei. 43,4% mengalami burnout terkait pasien; 62,7% mengalami burnout terkait pekerjaan; dan 69,1% mengalami burnout terkait pribadi. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Juniarsi, Bhakti, Sutrisno, Wahyuni, dan Ariyanti (2023) mengemukakan bahwa berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan caregiver yang bekerja lebih dari lima tahun akan merasa jenuh dengan sistem kerja yang ada. Terdapat juga beberapa perawat yang mengalami kelelahan dan stress karena harus menghadapi pasien dan keluarganya. *Caregiver* yang mengalami burnout akan bersikap sinis terhadap orang lain dan pasien karena merasa lelah.

Hal yang dikemukakan oleh Juniarsi, Bhakti, Sutrisno, Wahyuni, dan Ariyanti (2023) berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Ani (2020). Ani (2020) mengemukakan bahwa caregiver yang dimaksud merupakan individu yang bertanggung jawab untuk kebutuhan penderita dan memberikan waktunya untuk merawat penderita tanpa digaji. *Caregiver* merupakan individu yang bertanggung jawab untuk merawat secara langsung dalam segala situasi. Beberapa faktor yang berhubungan dengan pasien merupakan tanggung jawab dari caregiver pasien tersebut. Hal ini membuat *caregiver* terhalang untuk menjalankan kewajiban sehari-harinya karena harus merawat pasien (Farkhah, Suryani, & Hernawaty, 2017). Penjelasan diatas dapat diartikan bahwa tak jarang seorang *caregiver* mendapatkan berbagai tantangan ketika merawat.

Anggota keluarga atau orang sekitar yang merawat penderita disebut sebagai caregiver. Caregiver merupakan seorang individu yang secara umum merawat dan mendukung pasien dalam kehidupannya. Caregiver mempunyai tugas sebagai emosional support, merawat pasien, mengatur keuangan, membuat keputusan tentang perawatan dan berkomunikasi dengan pusat pelayanan dibagian kesehatan (Patricia, Rahayuningrum & Nofia, 2019). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ani (2020) mengemukakan bahwa untuk meminimalisir efek psikologis yang muncul dan berkepanjangan, maka caregiver tersebut perlu memiliki kemampuan self compassion untuk menghadapi masalah-masalah yang timbul dalam masa menjadi seorang caregiver. Caregiver dengan pasien skizofrenia membutuhkan self compassion yang baik, sehingga ia mampu merawat pasien tersebut dengan baik.

Skizofrenia merupakan penyakit kronis, parah dan melumpuhkan gangguan otak yang ditandai dengan pikiran yang kacau, waham, delusi, halusinasi dan perilaku yang aneh (Pardede, Siringo-ringo, Hulu & Miranda, 2021). Skizofrenia merupakan gangguan kemampuan, pasien dengan gangguan skizofrenia dilatih dengan kemampuan positif agar dapat menggali aspek-aspek kemampuan positif yang dimilikinya sehingga diharapkan klien mampu memandang dirinya itu berguna dan menjadi pribadi yang baik (Atmojo & Purbaningrum, 2021).

Self compassion merupakan kemampuan individu untuk menyanyangi dirinya sendiri, tanpa kemampuan ini individu tidak siap untuk berbelas kasih kepada orang lain (Nafisah, Hendriyani, & Martiarini, 2018). Self compassion juga merupakan kemampuan individu untuk memahami peristiwa yang menyakitkan, mengecewakan, dan menyedihkan. Kemampuan self compassion yang tinggi akan memandang hidupnya lebih positif, optimis ketika mendapat suatu cobaan, dan tidak menyesali ketika menghadapi suatu cobaan yang datang di kehidupannya (Conti,

2015). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Neff dan Pommier (2013) mengemukakan bahwa meningkatnya kemampuan menyayangi diri sendiri (self compassion) akan mendorong kepedulian individu lain.

Berdasarkan wawancara data awal yang dilakukan pada satu orang *caregiver* menunjukkan bahwa *caregiver* selalu berusaha untuk berfikir dengan positif mengenai penyakit yang di derita oleh pasien skizofrenia yang dirawatnya. *Caregiver* menikmati pekerjaannya sebagai *caregiver* sekaligus perawat di RSKD Dadi Makassar. *Caregiver* mampu untuk memberikan arahan kepada pasien agar tetap berperilaku baik dan tetap sabar dalam menghadapi segala ujian yang ada.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk meneliti terkait gambaran self compassion pada perawat yang menjadi caregiver orang dengan skizofrenia. Saat ini juga masih sangat minim penelitian yang mengangkat terkait gambaran self compassion pada perawat yang menjadi caregiver orang dengan skizofrenia, sehingga penelitian ini menjadi pembaruan dari penelitian sebelumnya.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus merupakan penelitian yang menjelaskan mengenai dirinya sendiri secara mendalam untuk memperoleh gambaran yang baik dari objek yang ingin di teliti. Peneliti memahami kasus secara utuh dan detail, tidakhanya dari luarnya saja. Salah satu teknik pengumpulan data studi kasus melalui teknik wawancara secara mendalam (Rahardjo, 2017). Subjek penelitian dalam penelitian ini sangat minim, maka dari itu peneliti menggunakan pendekatan studi kasus karena sangat jarang ditemukan ada seorang perawat yang ingin menjadi caregiver orang dengan skizofrenia.

Peneliti menggunakan teknik purposive sampling. Purposive sampling merupakan metode pengambilan data non random, peneliti diharapkan untuk memastikan kriteria responden berdasarkan dengan fenomena penelitian (Lenaini, 2021). Teknik pengumpulan data menggunakan purposive sampling dengan kriteria responden dalam penelitian ini, yaitu sedang menjadi caregiver orang dengan skizofrenia, berprofesi sebagai perawat. Keabsahan data dalam penelitian kualitatif merupakan tahapan penelitian untuk menilai akurasi dari temuan penelitian. Triangulasi merupakan salah satu metode keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini. Triangulasi digunakan untuk melihat berbagai macam sumber data, metode, dan skema teoritis untuk menciptakan validasi dalam sebuah konstruksi penelitian (Creswell & Poth, 2018). Keabsahan data dalam penelitian ini juga menggunakan member checking. Member checking dilakukan dengan membawa kembali proposal skripsi ke hadapan subjek untuk mengecek apakah mereka merasa bahwa laporan yang telah dibuat sudah akurat (Creswell, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Deskripsi Responden

Penelitian ini dilakukan terhadap satu subjek dengan kriteria berprofesi sebagai perawat dan sedang menjadi caregiver orang dengan skizofrenia. Responden pada penelitian ini berinisial K dengan jenis kelamin Wanita. Responden lahir di Makassar pada tanggal 10 November 1967, usia responden sekarang adalah 57 tahun. Awal mula responden menjadi caregiver karena responden bekerja sebagai perawat di RSKD Dadi Makassar yang dimana responden juga merupakan lulusan dari S1 (Skep. Ners). Responden memiliki empat saudara dan responden anak ke-2 dari 4 saudara tersebut. Responden juga sudah pernah menikah dan memiliki lima orang anak,

empat laki-laki dan satu perempuan.

Responden menjadi perawat dan juga menjadi caregiver dari salah satu pasien yang dulunya sebagai pasien dari responden di RSKD Dadi Makassar. Pasien yang dirawat telah terdiagnosa skizofrenia, hingga saat ini pasien tetap mengonsumsi obat-obatan yang dikontrol oleh caregiver. Responden menjelaskan bahwa alasan responden merawat pasien tersebut karena tidak adanya ikatan resmi antara caregiver dengan keluarga pasien. Terlebih lagi, keluarga dari pasien telah menyerahkan secara penuh kepada caregiver terkait proses perawatan yang dilakukan kepada pasien.

Hasil Analisis Data

Data yang diperoleh dari hasil wawancara kemudian dikelompokkan berdasarkan sejumlah kategorisasi yang kemudian dapat menjawab dua fokus pada penelitian ini, diantaranya yaitu:

1. Gambaran *self compassion* pada perawat yang menjadi *caregiver* orang dengan skizofrenia

a. Awal mula menjadi *caregiver*

Responden K memiliki latar belakang pekerjaan sebagai Ners, selain itu responden juga menjadi *caregiver* dari salah satu pasien di RSKD Dadi Makassar. Responden K memilih untuk menjadi *caregiver* dari pasien tersebut karena tidak adanya ikatan resmi antara *caregiver* dengan keluarga pasien X. Pasien X sangat patuh kepada responden K dan pasien X juga tidak pernah berperilaku aneh selama dirawat oleh responden K. Pasien X dapat hidup dengan mandiri dan tidak menyusahkan *caregiver* nya. Selain itu, responden K menjelaskan bahwa responden sangat cinta dengan pekerjaannya maka dari itu responden K sudah sangat santai dengan apa yang sedang responden jalani. Responden menjelaskan bahwa keluarga dari pasien X sudah tidak ingin lagi merawat pasien X, hal ini juga merupakan salah satu alasan mengapa *caregiver* ingin merawat pasien X. Responden K merasa tidak memiliki perbedaan antara menjadi perawat di rumah sakit dan menjadi *caregiver*. Responden K selalu berusaha untuk berprasangka baik terhadap lingkungannya. Responden K juga sangat menikmati profesinya sebagai perawat sekaligus *caregiver* orang dengan skizofrenia.

b. Persepsi terhadap pasien

Pasien X sangat patuh kepada responden K, responden K memberikan aturan kepada pasien X agar tidak melakukan hal-hal yang tidak pantas dilakukan oleh pasien ketika tinggal di rumah orang lain. Pasien X cukup bergantung kepada *caregiver* nya. Pasien X dilatar belakangi dengan ditinggalkannya oleh suami pasien X. Pasien X cukup mandiri dan kooperatif sebagai pasien skizofrenia sehingga *caregiver* tidak terbebani dengan kebutuhan sehari-hari dari pasien.

c. Fase perawatan

Pasien X telah dirawat oleh responden K selama dua tahun lamanya. Pasien X tidak pernah mengalami kekambuhan selama dirawat oleh responden K. Pasien X diberikan kebebasan beraktivitas sesuai dengan kemauan pasien. Hal ini sangat membantu *caregiver* dalam masa perawatan karena pasien sudah cukup kooperatif dan mandiri.

2. Upaya yang dilakukan *caregiver* dalam meningkatkan *self compassion*

a. Latar belakang keluarga *caregiver*

Responden K memiliki dua orang anak yang tinggal bersamanya. Responden K menjelaskan bahwa semua anak-anaknya memiliki kesibukan masing-masing. Responden K menjelaskan bahwa orang-orang yang ada di lingkungan rumahnya merupakan individu yang memiliki sifat bodoamat. Bodoamat dengan masalah yang ada antara satu dengan yang lain, masing-masing mementingkan kehidupannya sendiri.

b. Kondisi masa lalu *caregiver*

Kondisi rumah tangga responden K hancur sesudah usia pernikahan selama 32 tahun lamanya. Kehidupan rumah tangga yang dimiliki oleh responden K membuat responden bersedih selama hampir 32 tahun lamanya. Anak adalah alasan terpenting responden K untuk bertahan dirumah tangganya yang penuh dengan konflik, tetapi akhirnya harus berakhir dengan perceraian.

c. Harapan *caregiver*

Responden K memohon kepada Allah bahwa ingin pisah hidup atau mati dengan suaminya. Responden K juga selalu berdoa bahwa responden sudah sangat lelah dengan konflik yang ada didalam rumah tangganya, sampai akhirnya bercerai dan responden K merasa lega dengan perpisahan yang terjadi. Responden K menikmati setiap proses yang dia lewati diiringi dengan doa agar hatinya lapang untuk menerima semua permasalahan yang telah responden lalui. Responden K telah menerima bahwa yang terjadi merupakan takdir yang telah digariskan olehnya.

d. Keyakinan *caregiver*

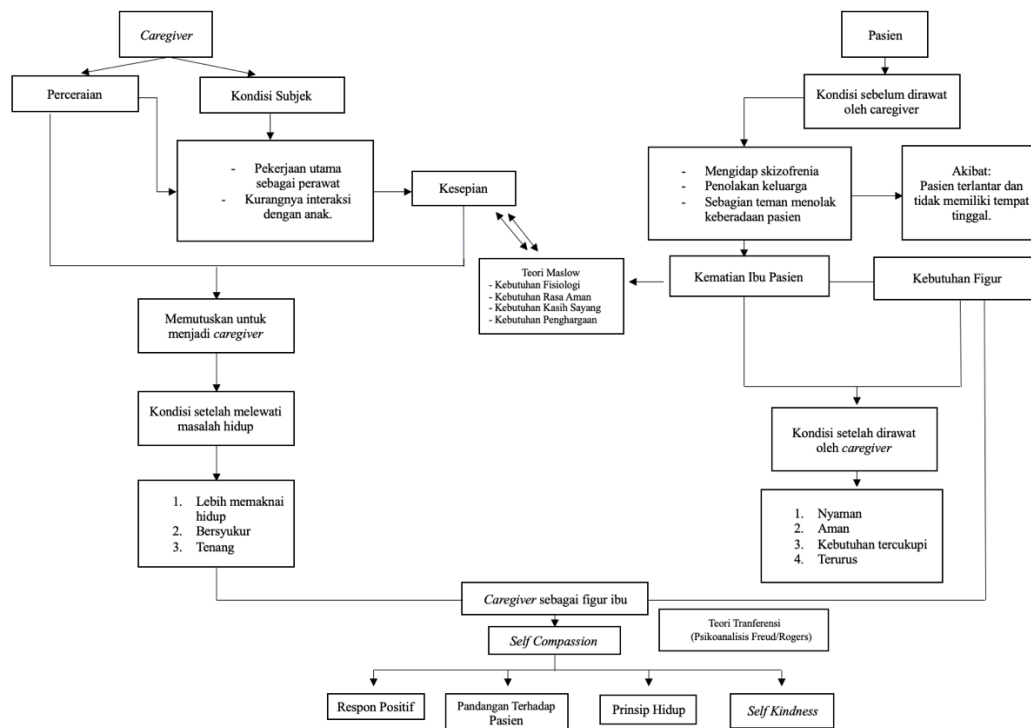
Responden K menyerahkan semua keputusan terbaik oleh Tuhan. Pandangan kita terhadap suatu masalah sangat berpengaruh dengan masalah itu sendiri juga. Dengan berdoa, bersabar, dan ikhlas akan menghasilkan kebaikan. Setiap kesulitan pasti kemudahan, setiap individu yang sedih pasti ada yang senang juga. Hidup ini bukan disurga atau neraka melainkan ini di dunia yang penuh dengan ujian. Dengan cara menerima dan positif thinking dapat membantu permasalahan itu menjadi lebih ringan.

e. Prinsip hidup *caregiver*

Responden K berprinsip bahwa setiap ada masalah, responden tidak ingin menjadikan masalah tersebut menjadi suatu masalah yang serius. Prinsip hidup yang dikemukakan oleh responden K bertujuan untuk hidup dengan tenang, agar responden K dapat makan dan tidur dengan enak. Responden K ingin menikmati hari tuanya dengan tenang, dengan makan dan tidur yang enak. Responden K juga tidak suka untuk menceritakan kesusahannya kepada lingkungannya.

f. Penerimaan diri *caregiver*

Ketika menghadapi suatu masalah, sebaiknya bersabar saja dan menerima setiap masalah yang datang.



Gambar 1. Bagan Komposit

Pembahasan

Penelitian ini mengungkap bahwa seorang *caregiver* memilih merawat pasien skizofrenia setelah mengalami masa lalu yang sulit, termasuk perceraian dan kesepian akibat kurangnya interaksi dengan anak-anaknya. Merawat pasien membantu *caregiver* mengatasi kesepiannya dan memenuhi kebutuhan emosionalnya, sesuai dengan teori Maslow tentang *esteem needs* dan *social needs*. Hal ini juga dapat dikaitkan dengan teori yang dikemukakan oleh Maslow bahwa *esteem needs* merupakan kebutuhan sosial yang mengacu pada kekuatan, penguasaan, penghargaan dari orang lain, dan kehormatan. Selain itu, *social needs* juga merupakan kebutuhan akan diakui sebagai individu yang berkaitan, peka dengan kesendirian, pengasingan dan kebutuhan saling memiliki sepanjang hidup (Yuliana, 2018).

Caregiver menunjukkan *self compassion*, yang berkontribusi terhadap resiliensi dalam menghadapi tantangan. *Self compassion* membantu *caregiver* mengelola stres, menerima dirinya dengan kasih sayang, serta meningkatkan optimisme, kebahagiaan, dan kepuasan hidup. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani dan Cahyawulan (2021) yang mengemukakan bahwa *self compassion* memiliki hubungan dengan resiliensi. Aspek yang berkontribusi terhadap resiliensi salah satunya adalah kemampuan individu untuk tidak mengkritik diri. Hal ini juga menunjukkan bahwa *self compassion* berhubungan dengan resiliensi dan dapat mengurangi kecemasan serta depresi.

Caregiver mengungkapkan bahwa *caregiver* memiliki sikap *self compassion* yang mampu untuk menyayangi dirinya sendiri setelah melewati kegagalan. *Self compassion* juga merupakan kemampuan untuk tidak menghakimi diri dari sebuah kegagalan yang terjadi. Adapun faktor yang dapat mempengaruhi *self compassion* yaitu jenis kelamin, tingkat sosial ekonomi, simptom psikopatologis, pengasuhan orang tua, *attachment*, budaya, dan kepribadian. Hal ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Neff dan Vonk (2009) yang mengemukakan bahwa *self*

compassion dapat berpengaruh untuk meningkatkan potensi diri dalam menghadapi kekecewaan dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri.

Hasil yang ditemukan dari penelitian ini adalah menunjukkan bahwa *caregiver* skizofrenia mampu untuk merangkul emosi negatif yang dia rasakan dengan cara bersabar dan menerima. Hal yang telah dijelaskan diatas sejalan dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Leary, Tate, Adams, Allen dan Hancock (2007) yang menunjukkan bahwa *self compassion* merupakan upaya untuk merangkul emosi negatif dengan penuh kesadaran disertai dengan kebaikan. Perasaan kebaikan yang dilakukan oleh individu berkaitan dengan individu lainnya.

Caregiver memiliki *self compassion* akan memiliki perasaan yang terbuka dan mampu bergerak ketika melihat penderitaan orang lain. *Self compassion* dapat menjadi faktor pendorong untuk peduli dan berbaik hati kepada diri sendiri. *Self compassion* yang menjadi faktor pendukung *caregiver* sehingga munculnya keinginan untuk menolong orang lain. Hal ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Neff (2003) yang mengemukakan bahwa *self compassion* merupakan perasaan peduli terhadap diri sendiri dan orang lain. Kebaikan itu sendiri mampu memunculkan keinginan untuk membantu diri atau orang lain ketika menghadapi suatu masalah.

Self compassion yang dimiliki oleh *caregiver* sangat berdampak positif pada pasien yang dirawatnya. *Caregiver* mampu untuk merawat pasien tersebut dengan memberinya *treatment* yang biasanya diberikan pada saat dirumah sakit sebelumnya. *Caregiver* terkadang memberikan *treatment* kepada pasien tersebut berupa perintah atau teguran dengan nada bicara yang tegas. Tetapi, hal ini tidak membuat *caregiver* goyah untuk merawat pasien tersebut, *caregiver* tetap menyayangi dengan sepenuh hatinya. *Caregiver* juga berusaha memberikan kepercayaan kepada pasien dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya seperti berjualan agar pasien tersebut tidak bergantung dengan *caregiver*. *Caregiver* menyalurkan perasaan emosionalnya dengan mencari aktivitas lain seperti menyalurkan perhatiannya ke tanaman yang sedang dirawat atau ikan hias yang sedang dirawat. Menurut *caregiver* hal itu dapat menyenangkan dan menenangkan hati seorang *caregiver* yang sedang merawat pasien skizofrenia.

Caregiver merawat pasien dengan penuh kasih tanpa bayaran, semata-mata karena cinta dan tanggung jawab. Hubungan antara *caregiver* dan pasien mencerminkan *attachment* yang kuat, meskipun tidak memiliki ikatan darah. Pasien yang awalnya ditolak keluarga mendapatkan dukungan emosional dari *caregiver*, yang berperan sebagai figur ibu pengganti. Penelitian juga menemukan bahwa pasien skizofrenia yang dirawat oleh *caregiver* perempuan cenderung mengalami gejala positif seperti halusinasi dan waham. Namun, pasien dapat menjalani hidup mandiri dan tidak menjadi beban bagi *caregiver*. Dengan dukungan *caregiver*, pasien bahkan mampu bekerja, yang turut mengurangi tingkat kekambuhan. *Self compassion* pada *caregiver* berdampak positif, baik bagi dirinya sendiri maupun pasien. *Caregiver* dapat memberikan perawatan dengan penuh kasih, sementara pasien merasa diterima dan mengalami peningkatan kualitas hidup. Perawatan yang diberikan *caregiver* terbukti membantu pasien mengurangi tingkat kekambuhan skizofrenia.

KESIMPULAN

Penelitian ini membahas pengalaman seorang *caregiver* yang merawat pasien skizofrenia di RSKD Dadi Makassar, dengan latar belakang pengalaman pribadi yang sulit, termasuk perceraian setelah 32 tahun pernikahan dan tujuh tahun konflik. Meskipun menghadapi masa lalu yang berat, *caregiver* memanfaatkan *self compassion* untuk memberikan respon positif terhadap dirinya dan lingkungannya. *Caregiver* yang berpegang pada prinsip hidup untuk menikmati hidup dengan tenang, memilih untuk merawat seorang pasien yang bukan dari keluarga dekatnya.

Meskipun pasien tersebut bukan darah dagingnya, *caregiver* mampu merawatnya dengan penuh kasih sayang dan mengatasi tantangan dalam proses perawatan. *Self compassion* terutama aspek *common humanity*, memainkan peran penting dalam kemampuannya untuk menjalankan tugas tersebut. Selain itu, ketika sedang merasakan kejenuhan *caregiver* menyalurkan emosi negatifnya dengan merawat tanaman dan ikan hias di rumah. Penelitian menemukan bahwa *caregiver* dan pasien saling memenuhi kebutuhan masing-masing dengan *caregiver* menyediakan tempat tinggal, makanan, rasa aman, dan kasih sayang bagi pasien, sementara pasien memberikan rasa saling menghargai dan keterhubungan yang tulus kepada *caregiver*. *Caregiver* menyatakan bahwa kesabaran dan menikmati proses adalah kunci untuk meningkatkan *self compassion*.

DAFTAR REFERENSI

- Afconneri, Y., & Puspita, W. G. (2020). Faktor-faktor kualitas hidup pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 273-278.
- Ainsworth, M. D. S. (1979). Attachment as Related to Mother-Infant Interaction. *Advances in the Study of Behavior*, 9(C), 1–51. [https://doi.org/10.1016/S0065-3454\(08\)60032-7](https://doi.org/10.1016/S0065-3454(08)60032-7)
- Ambarsari, R. D., & Sari, E. P. (2012). Penyesuaian diri caregiver orang dengan skizofrenia (ODS). *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 17(2), 77-85.
- Ani, R. (2020). Gambaran self compassion pada primary caregiver skizofrenia di kota Padang (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- Atmojo, B. S. R., & Purbaningrum, M. A. (2021). Literature Review: Penerapan Latihan Kemampuan Positif Terhadap Peningkatan Harga Diri Rendah Pada Klien Yang Mengalami Skizofrenia Dengan Gangguan Konsep Diri Harga Diri Rendah. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 2(1), 55-62.
- Bowlby, J. (1983). Attachment and loss. Basic Books.
- Breines, J. G., & Chen, S. (2012). Self-compassion increase self-improvement motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(9), 1133-1143.
- Buckley, P. F. (2008). Schizophrenia, in DiPiro, (eds) *Pharmacotherapy: A Pathophysiology Approach*, ed.7th, Mc Graw Hill, USA.
- Conti, R. (2015). Compassionate parenting as a key to satisfaction, efficacy and meaning among mothers of children with autism. *Journal of autism and developmental disorders*, 45, 2008-2018.
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing Among Five Approach (Fourth Ed)*. SAGE Publications, Inc.
- Dewi, E., & Permatasari, N. (2019). *Pengantar psikodiagnostik*. Makassar: UPT Unhas Press.
- Dewi, G. K. (2018). Pengalaman caregiver dalam merawat klien skizofrenia di kota sungai penuh. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 3(1), 200-212.
- Diananda, A. (2020). Kelekatan anak pada orang tua dalam meningkatkan perkembangan kognitif dan harga diri. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 3(2), 141-157.
- Fadli, S. M., & Mitra, M. (2013). Pengetahuan dan ekspresi emosi keluarga serta frekuensi kekambuhan penderita skizofrenia. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 7(10), 466-470.
- Farkhah, L., Suryani, S., & Hernawaty, T. (2017). Faktor caregiver dan kekambuhan klien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(1).

-
- Fernandes, L. S., Nitsche, M. J. T., & Godoy, I. D. (2017). Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva burnout syndrome in nursing professionals from an intensive care unit. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, 9(2), 551–557. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2017.v9i2.551-557>
- Fitriana, A., & Budiarto, E. (2021, December). Dukungan Sosial Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Caregiver Pada Pasien Skizofrenia: Literature Review. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan* (Vol. 1, pp. 1323-1331).
- Girsang, G. P., Tarigan, M. G., & Pakpahan, E. A. (2020). Karakteristik Pasien Skizofrenia. *Jurnal Kedokteran Methodist*, 13(1), 58-66.
- Gitasari, N., & Savira, S. I. (2015). Pengalaman family caregiver orang dengan skizofrenia. *Novia Gitasari Siti Ina Savira Abstrak. Character*, 3(2), 1-8.
- Harkomah, I. (2019). Analisis Pengalaman Keluarga Merawat Pasien Skizofrenia dengan Masalah Halusinasi Pendengaran Pasca Hospitalisasi. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(2), 282-292.
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih, H. (2019). Self-Compassion dan Regulasi Emosi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 148-156.
- Hawari, Dadang, 2007. *Pendekatan Holistik pada Gangguan Jiwa Skizofrenia*, Balai Penerbit FKUI, Jakarta
- Hidayati, D. S. (2015). Self compassion dan loneliness. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1), 154-164.
- Hollis-Walker, L., & Colosimo, K. (2011). Mindfulness, self-compassion, and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. *Personality and Individual differences*, 50(2), 222-227.
- Istichomah, I., & Fatihatur, R. (2019). The Effectiveness Of Family Knowledge About Schizophrenia Toward Frequency Of Recurrence Of Schizophrenic Family Members At Poly Mental Grhasia Mental Hospital DI Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 10(2), 116-126.
- Juniarsi, T., Bhakti, W. K., Sutrisno, S., Wahyuni, T., & Ariyanti, S. (2023). Gambaran Kejadian Burnout Perawat Pelaksana di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Dokter Soedarso Pontianak. *Jurnal Indragiri Penelitian Multidisiplin*, 3(3), 57-69.
- Karinda, F. B. (2020). Belas kasih diri (self compassion) pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(2). 234-252.
- Keliat, A., B. & Panjaitan, U. R. (2010). *Manajemen Keperawatan Jiwa Komunitas Desa Siaga*. Jakarta: EGC.
- Kristiana, I. F. (2017). Self-compassion dan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan hambatan kognitif. *Jurnal Ecopsy*, 4(1), 52-57.
- Laksmi, I. A. W. C., & Herdiyanto, Y. K. (2019). Proses penerimaan anggota keluarga orang dengan skizofrenia. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 89-102.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Batts Allen, A., & Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: the implications of treating oneself kindly. *Journal of personality and social psychology*, 92(5), 887.
- Lenaini, I. (2021). Teknik pengambilan sampel purposive dan snowball sampling. *Historis: Jurnal Kajian, Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Sejarah*, 6(1), 33-39.
- LPM UMA. (2023). 3 Manfaat Sense of Belonging Beserta Tips Penerapannya. (Artikel).
- Manafe, N. O. E., Tari, E., & Weny, N. A. (2022). Pandangan dan Sikap Warga Jemaat terhadap Pengidap Skizofrenia (Studi di GMIT Jemaat Pniel Oebobo Klasik Kota Kupang). *Jurnal*
-

- Teologi Berita Hidup, 5(1), 1-12.
- Nafisah, A., Hendriyani, R., & Martiarini, N. (2018). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Self Compassion Remaja di Panti Asuhan. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(2), 160-166.
- Neff, K. D. (2003). Development and validation of a scale to measure self-compassion. *self and identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. D. (2003). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self & Identity*, 2(2), 85– 101.doi:10.1080/15298860309032.
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, selfesteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 1–12.
- Neff, K. D., & Germer, C. K. (2013). A pilot study & randomized controlled trial of the mindful self-compassion program. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 28–44.
- Neff, K. D., & Pommier, E. (2013). The relationship between self-compassion and other-focused concern among college undergraduates, community adults, and practicing meditators. *Self and identity*, 12(2), 160-176.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of personality*, 77(1), 23-50.
- Oktaviani, M., & Cahyawulan, W. (2021). Hubungan antara Self Compassion dengan Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(2), 141-149.
- Pardede, J. A., & Hasibuan, E. K. (2019). Dukungan caregiver dengan frekuensi kekambuhan pasien skizofrenia. *Idea Nursing Journal*, 10(2).
- Pardede, J. A., Siringo-ringo, L. M., Hulu, T. J., & Miranda, A. (2021). Edukasi Kepatuhan Minum Obat Untuk Mencegah Kekambuhan Orang Dengan Skizofrenia. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 2(2), 1-5.
- Patricia, H., Rahayuningrum, D. C., & Nofia, V. R. (2019). Hubungan beban keluarga dengan kemampuan caregiver dalam merawat klien skizofrenia. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 10(2), 45-52.
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000). The Internal Working Models Concept: What Do We Really Know about the Self in Relation to Others? *Review of General Psychology*, 4(2), 155– 161. doi: 10.1037/1089-2680.4.2.155.
- Pitayanti, A., & Hartono, A. (2020). Sosialisasi Penyakit Skizofrenia Dalam Rangka Mengurangi Stigma Negatif Warga di Desa Tambakmas Kebonsari-Madiun. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 300-303.
- Pribadi, T. I., & Nafiah, H. (2023, January). Gambaran Karakteristik dan Koping Caregiver Penderita Skizofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 902-909).
- Rahardjo, M. (2017). Studi kasus dalam penelitian kualitatif: konsep dan prosedurnya.
- Rananto, H. W., & Hidayati, F. (2017). Hubungan antara self-compassion dengan prokrastinasi pada siswa SMA Nasima Semarang. *Jurnal Empati*, 6(1), 232-238.
- Renggani, A. F., & Widiyasavitri, P. N. (2018). Peran self-compassion terhadap psychological well-being pengajar muda di indonesia mengajar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 418.
- Sanford, J., Townsend-Rocchiccioli, J., Horigan, A., & Hall, P. (2011). A Process of Decision Making by Caregiver of Family Members With Heart Failure. *Research and Theory for Nursing Practice*, 25(1), 55–70. <https://doi.org/10.1891/0889-7182.25.1.55>
- Sari, E. P., Roudhotina, W., Rahmani, N. A., & Iqbal, M. M. (2020). Kebersyukuran, self-compassion, dan kesejahteraan psikologi pada caregiver skizofrenia. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 1-10.

-
- Sugiyono, 2012. Metode Penelitian Bisnis, Bandung: Alfabeta
- Thyer, L., Simpson, P., & Nugteren, B. V. (2018). Burnout in Australian paramedics. *International Paramedic Practice*, 8(3), 48-55.
- Triyani, F. A., Dwidiyanti, M., & Suerni, T. (2019). Gambaran terapi spiritual pada pasien skizofrenia: literatur review. *Jurnal ilmu keperawatan jiwa*, 2(1), 19-24.
- Viana, A. O., & Gati, N. W. (2023). Penerapan Terapi Stimulasi Sensori Terhadap Kemampuan Pasien Mengontrol Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Anestesi*, 1(4), 163-182.
- Waris, et. al. (2022). Metodologi Penelitian Kualitatif. In Metodologi Penelitian Kualitatif. In Rake Sarasin (Issue Maret). <https://scholar.google.com/citations?user=O-B3eJYAAAAJ&hl=en>
- Yuliana, A. (2018). Teori Abraham Maslow dalam analisa kebutuhan pemustaka. *Libraria*, 6(2), 349-376.