HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: January, 08, 2026
Revised: April, 17, 2026
Available online: April, 18, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Efektivitas psikoedukasi terhadap penurunan stigma pada pasien dan keluarga dengan gangguan jiwa: *A systematic literature review*

Jose Arcanjo da Costa Correia*, Yossie Susanti Eka Putri, Novy Helena Chatarina Daulima

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
Korespondensi penulis: Jose Arcanjo da Costa Correia. *Email: josearcanjo392@gmail.com

Abstract

Background: Stigma surrounding mental illness remains a major barrier to recovery and negatively impacts the psychosocial well-being of patients and their families. Psychoeducation has been widely used as a strategy to reduce stigma, but its effectiveness varies depending on the population, method, and cultural context.
Purpose: To synthesize current evidence on the effectiveness of psychoeducational interventions in reducing stigma in patients with mental illness and their families.
Method: A systematic literature review was conducted based on PRISMA guidelines. A literature search of PubMed and Google Scholar covered the period 2010–2025. Articles meeting inclusion criteria were evaluated using the Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal.
Results: Psychoeducation effectively reduced internalized stigma in patients and affiliative stigma in families, while improving social functioning and mental health literacy. Interventions based on lived experience, such as In Our Own Voice–Family, demonstrated greater effectiveness than conventional psychoeducation. However, one randomized controlled trial reported that the positive impact of psychoeducation diminished after six months, highlighting the challenge of long-term sustainability.
Conclusion: Psychoeducation is an effective intervention in reducing stigma in patients and families with mental disorders. However, long-term effectiveness remains a challenge, requiring ongoing program integration and longitudinal follow-up studies to measure the sustainability of its impact.

Keywords: Internalized Stigma; Mental Disorders; Psychoeducation.

Pendahuluan: Stigma terhadap gangguan jiwa masih menjadi hambatan utama dalam proses pemulihan dan berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikososial pasien maupun keluarganya. Psikoedukasi telah banyak digunakan sebagai strategi untuk menurunkan stigma, namun efektivitasnya bervariasi tergantung pada populasi, metode, dan konteks budaya.
Tujuan: Untuk mensintesis bukti terkini mengenai efektivitas intervensi psikoedukasi dalam menurunkan stigma pada pasien dengan gangguan jiwa dan keluarganya.
Metode: Penelitian *systematic literature review* berdasarkan panduan PRISMA. Pencarian literatur dari basis data *PubMed* dan *Google Scholar* dilakukan untuk periode 2010–2025. Artikel yang memenuhi kriteria inklusi dievaluasi menggunakan *Joanna Briggs Institute* (JBI) *Critical Appraisal*.
Hasil: Psikoedukasi efektif menurunkan stigma internalisasi pada pasien serta stigma afiliasi pada keluarga, sekaligus meningkatkan fungsi sosial dan literasi kesehatan jiwa. Intervensi berbasis pengalaman langsung, seperti *In Our Own Voice–Family*, menunjukkan efektivitas lebih tinggi dibandingkan psikoedukasi konvensional. Namun, salah satu hasil penelitian menggunakan uji acak terkontrol melaporkan bahwa dampak positif psikoedukasi berkurang setelah enam bulan dan menyoroti tantangan keberlanjutan jangka panjang.

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2245

Simpulan: Psikoedukasi merupakan intervensi yang efektif dalam menurunkan stigma pada pasien dan keluarga dengan gangguan jiwa. Namun, efektivitas jangka panjang masih menjadi tantangan, sehingga diperlukan integrasi program berkelanjutan dan studi lanjutan dengan desain longitudinal untuk mengukur keberlanjutan dampaknya.

Kata Kunci: Gangguan Jiwa; Psikoedukasi; Stigma Internalisasi.

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa kini menjadi salah satu isu kesehatan masyarakat dunia yang menunjukkan tren peningkatan dan berdampak pada jutaan individu secara global (Chaudhari, Dhapkas, Kumar, & Ingle, 2024). Pada tahun 2019, sekitar 970 juta orang di seluruh dunia, atau 1 dari 8 orang hidup dengan gangguan jiwa (World Health Organization, 2022). Di kawasan Asia Tenggara, sekitar 13.5% populasi mengalami kondisi serupa (Rahma, Prasetiadi, & Wibowo, 2022). Penelitian lain pada tahun yang sama, yaitu 2019 mengungkapkan bahwa prevalensi global gangguan jiwa mencapai 13%, sedangkan gangguan akibat penggunaan zat tercatat sebesar 2.2%. Gangguan-gangguan ini mencakup berbagai kondisi, mulai dari gangguan bipolar, skizofrenia, depresi, kecemasan dan kondisi lainya (Castaldelli-Maia & Bhugra, 2022).

Gangguan jiwa memiliki efek mendalam pada individu, keluarga, dan pengasuh. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kesejahteraan jiwa dan emosional mereka yang terkena dampak tetapi juga memiliki implikasi yang luas untuk sistem sosial, ekonomi, dan tatanam pelayanan kesehatan (Louis, 2022; Phillips, Durkin, Engward, Cable, & Iancu, 2023). Gangguan jiwa sebagai penyakit yang sudah ada sejak lama dan kini dialami banyak orang di seluruh dunia. Seiring dengan perkembangan masyarakat yang begitu pesat, disertai dengan tekanan hidup dan pekerjaan yang meningkat, turut memperbesar risiko gangguan jiwa di tengah populasi. Namun, pengetahuan tentang gangguan jiwa atau yang sering disebut *mental health literacy* masih sangat terbatas. Banyak individu tidak mampu mengenali gejala gangguan jiwa dengat tepat, bahkan tidak memahami istilah-istilah kejiwaan yang umum digunakan (Chen, 2023; Ntsayagae, Myburgh, & Poggenpoel, 2019).

Kurangnya pengetahuan ini semakin diperburuk oleh pengaruh lingkungan keluarga dan sosial, yang membentuk cara pandang masyarakat, sehingga sering kali terjadi kekeliruan dalam mengidentifikasi kondisi kejiwaan. Keadaan tersebut turut berkontribusi terhadap munculnya stigma terhadap orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). Selain itu, beberapa perilaku yang muncul akibat kondisi kejiwaan seperti disorganisasi, tidak terprediksi, sering kali menimbulkan kesan bahwa penderita gangguan mental adalah sosok yang berbahaya atau harus dihindari (Chen, 2023).

Stigma terhadap gangguan jiwa mencerminkan adanya sikap dan keyakinan negatif yang berkembang di masyarakat, sering kali diwujudkan dalam bentuk diskriminasi, pengucilan sosial, serta kurangnya pemahaman yang mendalam tentang kondisi kesehatan jiwa. Stigma ini menjadi salah satu hambatan signifikan dalam proses pemulihan individu dengan gangguan jiwa. Jenis stigma yang paling umum dijumpai adalah stigma sosial, yakni sikap prasangka masyarakat terhadap ODGJ. Ketika individu dengan gangguan jiwa mulai menginternalisasi pandangan negatif tersebut, maka muncullah stigma diri. Stigma diri ini sering kali ditandai dengan penurunan harga diri, perasaan tidak berharga, serta sikap menarik diri dari lingkungan sosial, yang pada akhirnya berdampak serius terhadap kondisi psikologis dan kesejahteraan mereka secara menyeluruh (Chen, 2023; Drapalski, Lucksted, Perrin, Aakre, Brown, DeForge, & Boyd, 2013).

Tidak hanya pasien, anggota keluarga dari orang dengan gangguan jiwa juga turut merasakan beban sosial yang berat. Mereka kerap menjadi sasaran gosip, mengalami penurunan kualitas hubungan sosial, bahkan menghadapi tekanan di lingkungan kerja. Stigma afiliasi merujuk pada situasi ketika keluarga pasien ODGJ menerima stigma sosial terhadap diri mereka (Chang, Chen, Liu, Hsiao, Chou, & Yen, 2020). Padahal, keluarga memegang peran penting dalam proses perawatan ODGJ, mulai dari pemberian dukungan finansial, pemenuhan kebutuhan sehari-hari, hingga dukungan emosional. Namun, minimnya pengetahuan serta perhatian terhadap isu kesehatan jiwa dapat membuat keluarga

Jose Arcanjo da Costa Correia*, Yossie Susanti Eka Putri, Novy Helena Chatarina Daulima

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
Korespondensi penulis: Jose Arcanjo da Costa Correia. *Email: josearcanjo392@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2245

merasa kewalahan, cemas, dan tidak jarang mengalami stres atau depresi (Chen, 2023).

Sebagai upaya mengurangi stigma, berbagai intervensi telah dikembangkan, salah satunya adalah terapi psikoedukasi. Psikoedukasi didefinisikan sebagai suatu bentuk intervensi yang dirancang secara sistematis dan terstruktur, di mana informasi mengenai suatu penyakit dan penanganannya disampaikan secara edukatif. Proses ini tidak hanya berfokus pada penyampaian pengetahuan, tetapi juga memperhatikan aspek emosional dan motivasional pasien. Tujuannya adalah agar pasien dapat lebih memahami kondisinya, mampu beradaptasi dengan lebih baik, serta meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan dan efektivitas perawatannya (Bonsack, Rexhaj, & Favrod, 2015; Ekhtiari, Rezapour, Aupperle, & Paulus, 2017). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental, menurunkan stigma, serta memperkuat dukungan keluarga terhadap pasien dengan gangguan jiwa.

Meskipun demikian, efektivitas psikoedukasi dalam mengurangi stigma masih bervariasi tergantung pada metode pelaksanaannya, target intervensi, serta konteks sosial dan budaya. Oleh karena itu, diperlukan kajian sistematis untuk mengidentifikasi sejauh mana terapi psikoedukasi dapat mengurangi stigma terhadap orang dengan gangguan jiwa dan keluarganya.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* (SLR) dengan mengikuti pedoman standar seperti *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Fokus utama dalam tinjauan ini adalah untuk mengevaluasi efektivitas intervensi psikoedukasi dalam menurunkan stigma terhadap pasien dan keluarga dengan gangguan jiwa.

Proses penelusuran artikel dilakukan melalui dua basis data utama, yaitu *PubMed* dan *Google Scholar*. Artikel yang diikutsertakan merupakan publikasi dalam rentang waktu 2010-2025. Kata kunci yang digunakan dalam proses pencarian literatur mencakup kombinasi berikut: *psychoeducation OR psychological education AND mental illness OR psychiatric disorder OR mental disorder AND stigma OR social stigma OR self-stigma AND family OR caregivers OR relatives AND intervention OR effectiveness OR impact.*

Kriteria inklusi yang digunakan dalam pemilihan artikel adalah sebagai berikut: (a) Artikel tersedia dalam bentuk teks lengkap, (b) Artikel ditulis dalam Bahasa Inggris, Bahasa Portugis, atau Bahasa Indonesia, (c) Menggunakan desain penelitian uji acak terkontrol, dan kuasi-eksperimen, (d) Penelitian primer, (e) Dipublikasikan dalam 15 tahun terakhir. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup: (a) Studi yang melibatkan populasi dengan kondisi selain gangguan jiwa (misalnya stigma terhadap HIV/AIDS atau disabilitas fisik), (b) Studi yang menggunakan intervensi selain psikoedukasi, seperti terapi kognitif-perilaku.

Jumlah total artikel yang diperoleh berjumlah 999 dari kedua basis data. Kemudian artikel yang diperoleh diperiksa terlebih dahulu untuk mengidentifikasi duplikasi menggunakan aplikasi Mendeley. Dari hasil tersebut, terdapat 22 artikel duplikat. Setelah artikel duplikat dihapus, jumlah artikel yang tersisa adalah 988 judul. Judul dan abstrak kemudian disaring untuk mengidentifikasi studi yang relevan dengan intervensi psikoedukasi dalam menurunkan stigma pada pasien dan keluarga.

Setelah proses penyaringan awal berdasarkan judul dan abstrak, sebanyak 26 studi dipertahankan untuk dilakukan penelaahan teks lengkap. Teks lengkap dari masing-masing studi tersebut kemudian dibaca secara menyeluruh untuk menilai kesesuaiannya dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan. Pada tahap ini, dilakukan penilaian terhadap relevansi konten, populasi yang diteliti, jenis intervensi, serta keluaran yang dilaporkan. Dari hasil penelaahan tersebut, ditemukan bahwa hanya 12 artikel yang benar-benar memenuhi kriteria inklusi.

Selanjutnya, untuk menentukan kelayakan metodologis secara lebih mendalam, ke-12 artikel tersebut disaring ulang menggunakan *Joanna Briggs Institute* (JBI) *Critical Appraisal Checklist. Checklist* ini digunakan untuk mengevaluasi validitas internal dan potensi bias dalam desain penelitian.

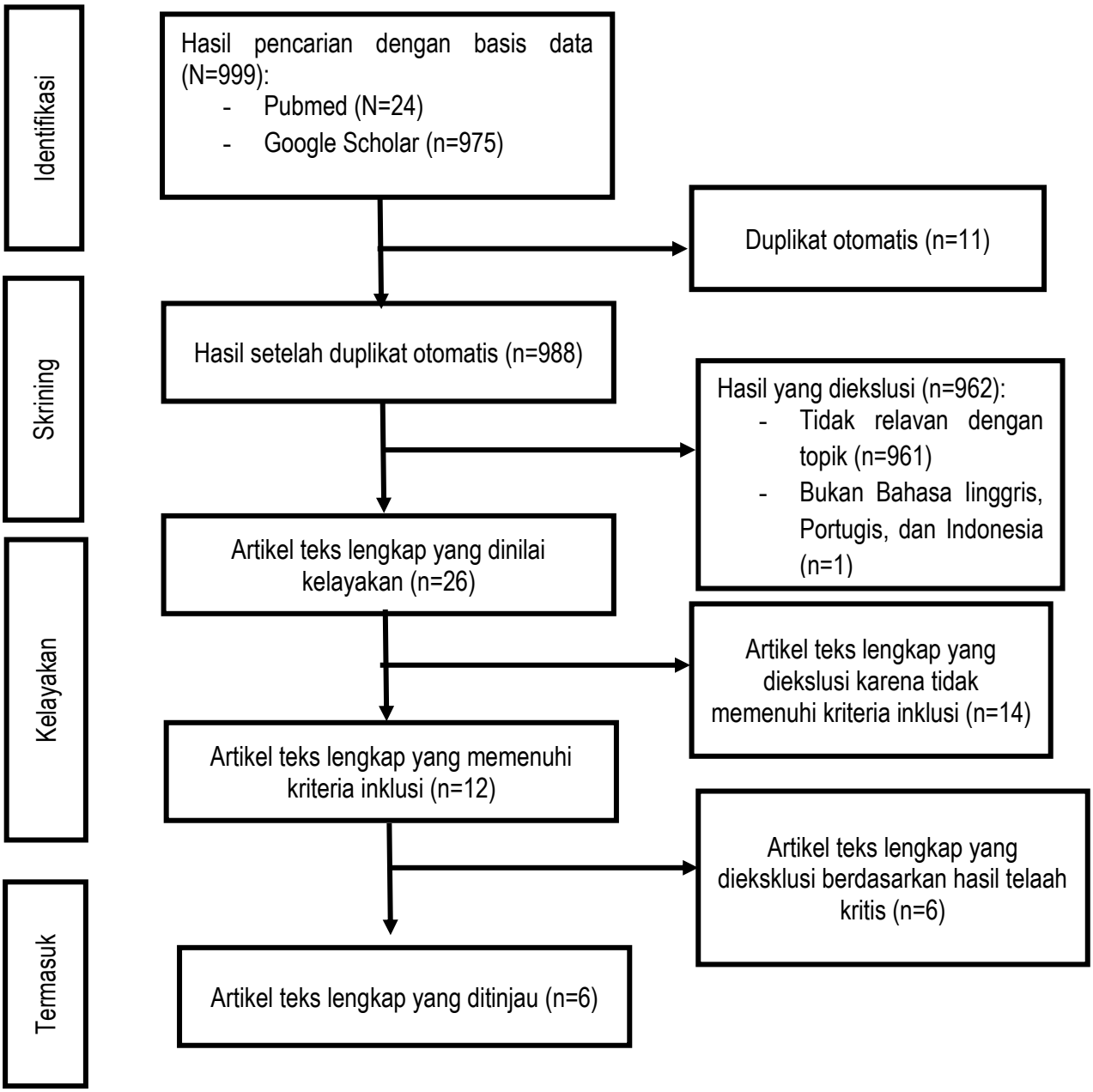
Berdasarkan hasil penilaian dengan JBI *checklist*, hanya 6 artikel yang memenuhi standar kelayakan dan kualitas metodologis yang memadai untuk dianalisis lebih lanjut dalam tinjauan literatur ini. Dengan demikian, total akhir studi yang ditinjau secara menyeluruh dalam kajian ini berjumlah 6 artikel.

Jose Arcanjo da Costa Correia*, Yossie Susanti Eka Putri, Novy Helena Chatarina Daulima

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
Korespondensi penulis: Jose Arcanjo da Costa Correia. *Email: josearcanjo392@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2245

HASIL



Gambar Diagram Alir PRISMA

Jose Arcanjo da Costa Correia*, Yossie Susanti Eka Putri, Novy Helena Chatarina Daulima

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
Korespondensi penulis: Jose Arcanjo da Costa Correia. *Email: josearcanjo392@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2245

Tabel Hasil Pemetaan Data Artikel

(Penulis)(Negara)	Tujuan	Desain	Sampel	Hasil
(Keshavarzpir et al., 2020) (Iran)	Untuk menentukan efek psikoedukasi terhadap stigma diri pada pasien rawat inap dengan gangguan bipolar.	Kuasi eksperimen	76 pasien dengan gangguan bipolar	Analisis uji-t independen menunjukkan, bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah pemberian psikoedukasi pada subskala keterasingan ($p<0.05$), diskriminasi yang dirasakan ($p<0.05$), ketahanan terhadap stigma ($p<0.001$), dan skor total stigma ($p<0.05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi psikoedukasi efektif dalam menurunkan stigma diri pada individu dengan gangguan jiwa.
(Abdel-Aziz et al., 2023) (Mesir)	Untuk menilai efek program psikoedukasi terhadap fungsi sosial dan stigma diri pada pasien skizofrenia.	Kuasi eksperimen	50 pasien dengan skizofrenia	Skor total fungsi sosial meningkat secara signifikan dari pra-intervensi ke pasca-intervensi (153.7±24.8), dan tetap tinggi pada masa tindak lanjut (151,1±19,8) dengan nilai p = 0.0001. Sementara itu, skor total stigma diri menurun secara signifikan setelah intervensi (58.6±12.09) dan terus menunjukkan penurunan pada masa tindak lanjut (57.3±11.04), juga dengan nilai p = 0.0001. Temuan ini mengindikasikan bahwa psikoedukasi merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan fungsi sosial serta mengurangi stigma diri pada individu dengan skizofrenia.

Jose Arcanjo da Costa Correia*, Yossie Susanti Eka Putri, Novy Helena Chatarina Daulima

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
Korespondensi penulis: Jose Arcanjo da Costa Correia. *Email: josearcanjo392@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2245

(Uchino et al., 2012) (Jepan)	Untuk menyelidiki stigma diri pada orang dengan skizofrenia di Jepang dalam konteks klinis yang umum dan menjelaskan efek psikoedukasi terhadap stigma diri.	Kuasi eksperimen	56 pasien dengan skizofrenia dan skizoafektif	Psikoedukasi efektif dalam mengurangi jarak sosial dengan meningkatkan pengetahuan individu tentang gangguan jiwa.
(Vaghee et al., 2015) (Iran)	Untuk membandingkan efektivitas *In Our Own Voice–Family* dan psikoedukasi dalam mengurangi stigma pada keluarga pasien skizofrenia.	Uji acak terkontrol	90 keluarga pasien dengan skizofrenia	*In our own voice–family* lebih efektif daripada psikoedukasi dalam menurunkan subskala diskriminasi dan penarikan sosial ($p < 0.05$), namun tidak berbeda signifikan dalam subskala keterasingan dan stereotip ($p > 0.05$).
(Lucksted et al., 2017) (Amerika Serikat)	Untuk menguji efektivitas intervensi psikoedukasi *Ending Self-Stigma* (ESS) dalam membantu individu dewasa dengan gangguan mental berat mengurangi stigma diri serta dampaknya.	Uji acak terkontrol	268 pasien dengan gangguan jiwa	*Ending self stigma* (ESS) efektif dalam menurunkan penerimaan stigma (termasuk persetujuan terhadap stereotip dan *self-concurrence*), mengurangi perasaan keterasingan, meningkatkan ketahanan terhadap stigma, serta memperkuat orientasi pemulihan dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p < 0.05$), namun efeknya tidak bertahan setelah enam bulan.
(Bahrami & Khalifi, 2022) (Iran)	Untuk menyelidiki efek psikoedukasi terhadap stigma afiliasi pada pengasuh keluarga penderita gangguan bipolar.	Kuasi eksperimen	64 keluarga pasien dengan bipolar	Psikoedukasi menurunkan stigma afiliasi secara signifikan pada kelompok intervensi ($p < 0.001$), sementara tidak ada perubahan signifikan pada kelompok kontrol.

Jose Arcanjo da Costa Correia*, Yossie Susanti Eka Putri, Novy Helena Chatarina Daulima

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
Korespondensi penulis: Jose Arcanjo da Costa Correia. *Email: josearcanjo392@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2245

PEMBAHASAN

Hasil tinjauan sistematis ini mencakup 6 studi dengan total 604 partisipan, terdiri dari 450 pasien dengan gangguan jiwa (skizofrenia, gangguan bipolar, dan gangguan jiwa berat lainnya) serta 154 anggota keluarga sebagai pengasuh utama. Dari 6 studi yang telah dikaji, 4 studi memfokuskan intervensi pada pasien (Uchino, Maeda, & Uchimura, 2012; Lucksted, Drapalski, Brown, Wilson, Charlotte, Mullane, & Fang, 2017; Keshavarzpir, Seyedfatemi, Mardani-Hamooleh, Esmaeeli, & Boyd, 2020; Abdel-Aziz, Abdel-Aziz, Kotb, & Zaki, 2023). Sementara itu, 2 studi lainnya menargetkan keluarga pasien sebagai penerima intervensi (Vaghee, Salarhaji, & Vaghei, 2015; Bahrami & Khalifi, 2022).

Psikoedukasi pada 6 artikel yang dianalisis umumnya dilaksanakan dalam bentuk sesi kelompok dengan durasi per pertemuan antara 60 menit hingga 4 jam, dengan frekuensi 2-9 sesi dalam rentang waktu 1–6 minggu (Abdel-Aziz et al., 2023; Bahrami & Khalifi, 2022; Lucksted et al., 2017; Vaghee et al., 2015). Beberapa studi tidak secara spesifik melaporkan durasi tiap sesi (Keshavarzpir et al., 2020; Uchino et al., 2012). Fasilitator psikoedukasi berasal dari berbagai latar belakang, seperti profesor keperawatan jiwa; dosen dan asisten dosen keperawatan; perawat jiwa serta terapis terlatih, sementara artikel ini tidak merinci fasilitatornya.

Hasil penelaahan terhadap 6 penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi merupakan intervensi yang efektif dalam mengurangi berbagai bentuk stigma, baik yang dialami langsung oleh pasien maupun oleh anggota keluarga sebagai pengasuh. Psikoedukasi secara signifikan menurunkan stigma yang diinternalisasi pada pasien rawat inap dengan gangguan bipolar, terutama dalam aspek keterasingan, diskriminasi yang dirasakan, dan resistensi terhadap stigma (Keshavarzpir et al., 2020). Temuan serupa menunjukkan penurunan stigma diri dan peningkatan pengetahuan di antara pasien dengan skizofrenia dan gangguan skizoafektif (Uchino et al., 2012). Sementara lainnya, melaporkan peningkatan fungsi sosial dan penurunan signifikan dalam stigma diri setelah psikoedukasi, dengan efek positif yang tetap terlihat dalam tindak lanjut (Abdel-Aziz et al., 2023).

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat bermanfaat bagi keluarga pasien. Selain itu, psikoedukasi secara efektif mengurangi stigma afiliasi yaitu stigma yang dirasakan oleh keluarga karena hubungan mereka dengan individu yang mengalami gangguan bipolar (Bahrami & Khalifi, 2022). Sebuah penelitian membandingkan efektivitas psikoedukasi dengan IOOV, dan menemukan bahwa meskipun psikoedukasi memberikan dampak positif terhadap penurunan stigma, diskriminasi, dan penarikan sosial, IOOV yang bersifat partisipatif dan berbasis pengalaman nyata terbukti lebih efektif (Vaghee et al., 2015). Namun demikian, temuan lain menunjukkan bahwa meskipun psikoedukasi seperti *ending self-stigma* (ESS) dapat menurunkan stigma diri, efek jangka panjangnya masih terbatas (Lucksted et al., 2017).

Stigma terhadap gangguan jiwa merupakan fenomena kompleks yang melibatkan interaksi antara faktor sosial, kultural, dan psikologis. Salah satu manifestasi yang paling merusak adalah stigma diri, yakni ketika individu dengan gangguan jiwa menginternalisasi stereotip negatif dari masyarakat. Internalitas ini bukan sekadar membentuk rasa tidak berharga, tetapi juga menciptakan siklus disfungsional berupa menarik diri dari lingkungan sosial, ketakutan akan stigma tambahan terkait penggunaan obat psikiatrik, serta kekhawatiran terhadap masa depan pekerjaan dan relasi sosial. Kondisi ini secara langsung berimplikasi pada perilaku menunda atau menghindari pencarian bantuan profesional, yang pada akhirnya memperburuk prognosis kesehatan jiwa (Chen, 2023; Herdiyanto, Tobing, & Vembriati, 2017).

Penelitian sebelumnya mempertegas, bahkan ketika stigma sosial relatif rendah, dampaknya tetap signifikan terhadap perilaku pencarian bantuan, terutama pada individu dengan pengetahuan terbatas mengenai kesehatan jiwa (Wong, Tong, Daud, Aziz, & Midin, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa stigma bukan hanya masalah intensitas, tetapi juga terkait dengan kerentanan individu dalam mengolah informasi. Sementara itu, keluarga ODGJ juga menanggung beban psikososial yang tidak kecil. Tekanan sosial berupa gosip, penilaian negatif, dan perlakuan diskriminatif menjadikan keluarga mengalami rasa malu, distres emosional, hingga depresi yang berkepanjangan (Chen, 2023; Herdiyanto et al., 2017). Dengan demikian, stigma terhadap gangguan jiwa bersifat sistemik yaitu menekan individu sekaligus membebani sistem dukungan terdekat, yang seharusnya berfungsi sebagai sumber utama resiliensi dan pemulihan.

Dalam konteks inilah psikoedukasi memainkan peran strategis. Psikoedukasi tidak sekadar menyampaikan informasi tentang masalah kesehatan jiwa, tetapi juga berfungsi sebagai strategi dalam merubah paradigma. Dengan meningkatkan pemahaman tentang gangguan jiwa, intervensi ini dapat menurunkan stigma baik pada pasien maupun keluarga,

Jose Arcanjo da Costa Correia*, Yossie Susanti Eka Putri, Novy Helena Chatarina Daulima

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
Korespondensi penulis: Jose Arcanjo da Costa Correia. *Email: josearcanjo392@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2245

serta memperkuat motivasi untuk mengakses layanan kesehatan mental secara teratur dan berkelanjutan (Herdiyanto et al., 2017).

Salah satu bentuk psikoedukasi yang menonjol dari hasil tinjauan ini adalah pendekatan berbasis pengalaman, seperti program IOOV. Metode ini menerapkan psikoedukasi berbasis pengalaman dimana keluarga dari pasien gangguan jiwa berbagi kisah melalui video testimoni dan diskusi kelompok terfasilitasi (Vaghee et al., 2015). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan ini memiliki dampak lebih besar dalam mengurangi stigma, terutama dalam bentuk diskriminasi dan penarikan sosial, dibandingkan dengan metode psikoedukasi konvensional seperti ceramah atau pembelajaran pasif. Temuan ini memperlihatkan bahwa kombinasi video testimoni pengalaman nyata dan diskusi terfasilitasi mampu meningkatkan pemahaman keluarga tentang gangguan jiwa, memperkuat penerimaan diri dan anggota keluarga serta mengurangi perasaan isolasi sosial.

Namun demikian, penting dicermati bahwa efektivitas psikoedukasi tidak selalu bertahan dalam jangka panjang. Penelitian lain menunjukkan bahwa, meskipun intervensi psikoedukasi seperti ESS terbukti efektif dalam mengurangi stigma internalisasi, meningkatkan fungsi psikososial, dan memperkuat orientasi pemulihan, dampak positif tersebut tidak dapat bertahan lama (Lucksted et al., 2017). Oleh karena itu, psikoedukasi memerlukan strategi lanjutan, baik berupa sesi pemeliharaan, integrasi dengan intervensi berbasis komunitas, maupun dukungan digital untuk memastikan keberlanjutan dampaknya.

Keterbatasan metodologis dalam studi yang ditinjau juga menjadi catatan penting. Misalnya penelitian yang sudah ditelaah, tidak menyertakan kelompok kontrol, sehingga sulit memastikan apakah penurunan stigma benar-benar dihasilkan oleh intervensi atau dipengaruhi faktor eksternal (Abdel-Aziz et al., 2023). Sementara itu, studi lainnya juga tidak melakukan tindak lanjut pasca-intervensi, yang membatasi pemahaman mengenai durabilitas efek psikoedukasi (Keshavarzpir et al., 2020; Uchino et al., 2012). Tanpa adanya desain longitudinal dan evaluasi berulang, kesimpulan mengenai efektivitas jangka panjang masih lemah dan rawan bias.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya perlu diarahkan pada desain longitudinal dengan periode tindak lanjut yang memadai. Evaluasi jangka panjang sangat penting untuk menilai sejauh mana psikoedukasi mampu mempertahankan efektivitasnya dalam menurunkan stigma, baik pada pasien maupun keluarga. Lebih jauh, studi di masa depan juga perlu membandingkan efektivitas berbagai format psikoedukasi tatap muka, digital, maupun berbasis pengalaman nyata untuk mengidentifikasi pendekatan yang paling sesuai dengan kebutuhan populasi yang beragam. Integrasi psikoedukasi dalam sistem pelayanan primer dan program berbasis komunitas menjadi strategi yang menjanjikan untuk memastikan dampak intervensi tidak hanya bersifat sementara, tetapi berkelanjutan, luas, dan mampu mengubah paradigma masyarakat tentang gangguan jiwa secara mendasar.

SIMPULAN

Psikoedukasi efektif menurunkan stigma terhadap gangguan jiwa, baik stigma internalisasi pada pasien maupun stigma afiliasi pada keluarga. Intervensi ini terbukti meningkatkan pengetahuan, memperkuat fungsi sosial, serta mengurangi diskriminasi dan keterasingan. Pendekatan berbasis pengalaman langsung, seperti *in our own voice-family* (IOOV), menghasilkan dampak lebih kuat dibandingkan metode konvensional. Namun, efektivitas psikoedukasi cenderung bersifat jangka pendek, sehingga dibutuhkan strategi lanjutan dan penelitian longitudinal untuk memastikan keberlanjutan dampaknya dalam konteks praktik keperawatan jiwa.

DAFTAR PUSTAKA

Abdel-Aziz, R. A., Abdel-Aziz, H. I., Kotb, F. N., & Zaki, S. M. (2023). Effect of psycho-educational program on social functioning among schizophrenic patients. *Minia Scientific Nursing Journal*, *13*(1), 126-134.

Bahrami, R., & Khalifi, T. (2022). The effect of psycho-education on the affiliate stigma in family caregivers of people with bipolar disorder. *SAGE open nursing*, *8*, 23779608221132166.

Bonsack, C., Rexhaj, S., & Favrod, J. (2015). Psychoéducation: définition, historique, intérêt et limites. In *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique, 173*(1), 79-84). Elsevier Masson.

Castaldelli-Maia, J. M., & Bhugra, D. (2022). Analysis of global prevalence of mental and substance use disorders within countries: focus on sociodemographic characteristics and income levels. *International review of psychiatry*, *34*(1), 6-15.

Jose Arcanjo da Costa Correia*, Yossie Susanti Eka Putri, Novy Helena Chatarina Daulima

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
Korespondensi penulis: Jose Arcanjo da Costa Correia. *Email: josearcanjo392@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2245

Chang, C. C., Chen, Y. M., Liu, T. L., Hsiao, R. C., Chou, W. J., & Yen, C. F. (2020). Affiliate stigma and related factors in family caregivers of children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(2), 576.

Chaudhari, K. S., Dhapkas, M. P., Kumar, A., & Ingle, R. G. (2024). Mental disorders–a serious global concern that needs to address. *Int J Pharm Qual Assur*, *15*(02), 973-978.

Chen, M. (2023). Stigma on People with Mental Illness. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*, *7*(1), 513–518. https://www.researchgate.net/publication/371358991_Stigma_on_People_with_Mental_Illness

Drapalski, A. L., Lucksted, A., Perrin, P. B., Aakre, J. M., Brown, C. H., DeForge, B. R., & Boyd, J. E. (2013). A model of internalized stigma and its effects on people with mental illness. *Psychiatric services*, *64*(3), 264-269.

Ekhtiari, H., Rezapour, T., Aupperle, R. L., & Paulus, M. P. (2017). Neuroscience-informed psychoeducation for addiction medicine: A neurocognitive perspective. *Progress in brain research*, *235*, 239-264.

Herdiyanto, Y. K., Tobing, D. H., & Vembriati, N. (2017). Stigma terhadap orang dengan gangguan jiwa di Bali. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *8*(2), 121-132.

Keshavarzpir, Z., Seyedfatemi, N., Mardani-Hamooleh, M., Esmaeeli, N., & Boyd, J. E. (2020). The effect of psychoeducation on internalized stigma of the hospitalized patients with bipolar disorder: A quasi-experimental study. *Issues in mental health nursing*, *42*(1), 79-86.

Louis, R. (2022). The Global Socioeconomic Impact of Mental Health. *SocioEconomic Challenges, 6*(2), 50-56.

Lucksted, A., Drapalski, A. L., Brown, C. H., Wilson, C., Charlotte, M., Mullane, A., & Fang, L. J. (2017). Outcomes of a psychoeducational intervention to reduce internalized stigma among psychosocial rehabilitation clients. *Psychiatric services*, *68*(4), 360-367.

Ntsayagae, E. I., Myburgh, C., & Poggenpoel, M. (2019). Experiences of family caregivers of persons living with mental illness: A meta-synthesis. *Curationis*, *42*(1), 1-9.

Phillips, R., Durkin, M., Engward, H., Cable, G., & Iancu, M. (2023). The impact of caring for family members with mental illnesses on the caregiver: a scoping review. *Health promotion international*, *38*(3), daac049.

Rahma, Y., Prasetiadi, A., & Wibowo, M. (2022). Identification Of Mental Ilness From Patient Diseases Using Knn And Levenshtein Distance Algorithm. *Jurnal Teknik Informatika (Jutif)*, *3*(5), 1363-1372.

Uchino, T., Maeda, M., & Uchimura, N. (2012). Psychoeducation may reduce self-stigma of people with schizophrenia and schizoaffective disorder. *The Kurume medical journal*, *59*(1.2), 25-31.

Vaghee, S., Salarhaji, A., & Vaghei, N. (2015). Comparing the effect of in our own voice-family with psychoeducation on stigma in families of schizophrenia patients. *Nursing Practice Today*, *2*(4), 139-151.

Wong, D. T. L., Tong, S. F., Daud, T. I. M., Aziz, S. A., & Midin, M. (2020). Factors influencing professional help-seeking behavior during first episode psychosis in schizophrenia: an exploratory study on caregivers' perspective. *Frontiers in Psychiatry*, *10*, 962.

World Health Organization. (2022). *Mental disorders*. Diakses dari: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders

Jose Arcanjo da Costa Correia*, Yossie Susanti Eka Putri, Novy Helena Chatarina Daulima

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
Korespondensi penulis: Jose Arcanjo da Costa Correia. *Email: josearcanjo392@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i2.2245