

**MODEL PSIKOEDUKASI KELUARGA DAN PENINGKATAN KEMAMPUAN
ACTIVITIES DAILY OF LIVING (ADL) PADA PASIEN
GANGGUAN JIWA: STUDI LITERATUR**

**Sudarwati Safwan^{1*}, Fatkhul Mubin², Amin Samiasih³, Vivi Yosafianti Pohan⁴,
Ernawati⁵**

¹⁻³University of Muhammadiyah Semarang

Email Korespondensi: sudarwatisafwan3@gmail.com

Disubmit: 24 Januari 2026 Diterima: 10 September 2026 Diterbitkan: 01 Oktober 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v6i10.24742>

ABSTRACT

Mental disorders constitute a global health concern that requires family involvement in the recovery process, particularly in supporting patients' ability to perform Activities of Daily Living (ADL). However, limited family knowledge and caregiving skills often hinder home-based care and increase caregiver burden. This review aimed to identify existing family psychoeducation models and analyze their contributions to improving families' capacity to facilitate ADL among patients with mental disorders. This review searched articles in PubMed, ScienceDirect, and Google Scholar. Studies were screened through identification, duplicate removal, title and abstract screening, and full-text assessment. A total of 1,342 records were identified, and 13 articles met the inclusion criteria. Data were analyzed narratively by grouping psychoeducation models, implementation approaches, and their impacts on family outcomes and patients' ADL. The review identified diverse psychoeducation models, including structured face-to-face programs, CBT-, ACT-, and mindfulness-based interventions, peer-led and community-based models, as well as digital and telehealth interventions. Most studies reported improvements in family knowledge, coping, and positive attitudes, accompanied by reductions in caregiver stress and burden. Interventions integrating emotional skills training and social support demonstrated the strongest effects. Although findings on ADL improvement were inconsistent, several studies indicated enhanced family capacity to support daily activities and foster a recovery-supportive home environment. Family psychoeducation contributes significantly to families' readiness to support patients' ADL and should be considered an integral component of mental health services. Combining educational content, coping-skills training, and technology-based platforms is recommended to expand service coverage, particularly in settings with limited workforce and resources. Further research is required to clarify the direct effects of psychoeducation on patients' ADL over the long term.

Keywords: Family Psychoeducation, Activities of Daily Living, Mental Disorders, Caregivers.

ABSTRAK

Gangguan jiwa merupakan isu kesehatan global yang membutuhkan keterlibatan keluarga dalam proses pemulihan pasien, khususnya dalam mendukung kemampuan menjalankan aktivitas sehari-hari (Activities of Daily Living/ADL). Namun, rendahnya pemahaman dan keterampilan keluarga sering menjadi hambatan dalam perawatan di rumah dan berdampak pada beban caregiver. Tinjauan ini bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai model psikoedukasi keluarga yang telah digunakan serta menganalisis kontribusinya dalam meningkatkan kapasitas keluarga untuk memfasilitasi ADL pada pasien dengan gangguan jiwa. Tinjauan ini dilakukan dengan menelusuri database PubMed, ScienceDirect, dan Google Scholar. Artikel disaring melalui tahapan identifikasi, penghapusan duplikasi, seleksi judul dan abstrak, serta pembacaan teks lengkap. Sebanyak 1.342 artikel ditemukan, dan 13 memenuhi kriteria inklusi. Data dianalisis secara naratif berdasarkan model psikoedukasi, metode implementasi, dan dampaknya terhadap keluarga dan ADL pasien. Tinjauan menunjukkan variasi model psikoedukasi yang meliputi pendekatan tatap muka terstruktur, intervensi berbasis CBT, ACT, dan mindfulness, model peer-led dan berbasis komunitas, serta intervensi digital dan telehealth. Mayoritas studi melaporkan peningkatan pengetahuan, coping, dan sikap positif keluarga, diikuti penurunan stres dan beban caregiving. Intervensi berbasis keterampilan emosional dan dukungan sosial menunjukkan dampak paling kuat. Meskipun hasil terkait perbaikan ADL pasien tidak seragam, beberapa studi menunjukkan peningkatan kapasitas keluarga untuk mendampingi aktivitas harian dan menciptakan lingkungan yang mendukung pemulihan. Psikoedukasi keluarga terbukti berkontribusi terhadap kesiapan keluarga dalam mendampingi pasien menjalankan ADL dan dapat menjadi bagian integral pelayanan kesehatan jiwa. Kombinasi edukasi, keterampilan coping, dan pemanfaatan platform berbasis teknologi perlu diprioritaskan untuk memperluas jangkauan layanan, khususnya pada wilayah dengan keterbatasan tenaga dan fasilitas. Penelitian lanjutan diperlukan untuk mengevaluasi hubungan langsung antara psikoedukasi dan peningkatan ADL pasien dalam jangka panjang.

Kata Kunci: Psikoedukasi Keluarga, Aktivitas Sehari-Hari, ODGJ, Caregiver.

PENDAHULUAN

Gangguan kesehatan jiwa merupakan isu global yang terus meningkat. WHO (2016; 2017) melaporkan bahwa sekitar 450 juta orang di dunia mengalami gangguan jiwa, termasuk 322 juta depresi, 60 juta bipolar, 21 juta skizofrenia, dan 264 juta kecemasan, dengan angka prevalensi yang terus bertambah tiap tahun (Mustakima et al., 2023) (Mustakima et al., 2023). Di Indonesia, situasi serupa terlihat dengan 20% penduduk berisiko mengalami gangguan jiwa dan prevalensi depresi serta kecemasan

mencapai 6-9% setelah pandemi COVID-19 (Kemenkes, 2021). Kondisi ini memperlihatkan bahwa gangguan jiwa bukan hanya masalah individu, tetapi persoalan sosial yang berdampak pada keluarga, komunitas, dan sistem pelayanan kesehatan.

ODGJ sering mengalami penurunan fungsi kognitif, sosial, dan emosional yang memengaruhi kemampuan menjalankan Activities of Daily Living (ADL), seperti mandi, makan, berpakaian, dan menjaga kebersihan diri. Penurunan

kemampuan ini menyebabkan pasien kehilangan kemandirian dan bergantung pada keluarga untuk memenuhi kebutuhan dasar (Prabhawidyaswari et al., 2022). Rehabilitasi psikiatri—sebagaimana dijelaskan Hawari (2007) serta Stuart & Sundeen (1998) ditekankan untuk meminimalkan kekambuhan dan meningkatkan fungsi mandiri pasien melalui penguatan kemampuan ADL (George et al., 2015). Dalam perspektif keagamaan, gangguan kemampuan berpikir juga diyaki (Budiono et al., 2021; Prabhawidyaswari et al., 2022). Ini berdampak langsung pada kemampuan beraktivitas dan keberfungsian hidup seseorang (Sahabuddin et al., 2020).

Dalam konteks Indonesia, keluarga menjadi sistem pendukung utama ODGJ, terutama setelah pasien pulang dari rumah sakit. Namun, penelitian menunjukkan bahwa hanya 51,5% keluarga memiliki kemampuan memadai dalam merawat ODGJ, termasuk dalam memfasilitasi kebutuhan ADL (Ragland et al., 2020). Sulawesi Selatan bahkan mencatat sekitar 10.968 ODGJ dengan banyak pasien tidak mendapatkan perawatan optimal akibat keterbatasan pengetahuan keluarga, minimnya tenaga profesional, serta stigma sosial.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa psikoedukasi keluarga merupakan strategi efektif untuk meningkatkan pengetahuan, kepedulian, dan keterampilan keluarga dalam merawat pasien gangguan jiwa (Budiono et al., 2021; Prabhawidyaswari et al., 2022). psikoedukasi yang dilakukan dalam bentuk penyuluhan, demonstrasi, dan pendampingan terbukti mampu meningkatkan pemahaman keluarga hingga 80% (Susanti et al., 2023), menurunkan kekambuhan, dan memperkuat kemandirian pasien di

rumah (Liza et al., 2019; Ma et al., 2020). Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga berdampak langsung pada kemampuan keluarga dalam membantu pasien menjalankan ADL secara mandiri.

Namun demikian, keberhasilan psikoedukasi keluarga tidak hanya ditentukan oleh efektivitas program, tetapi juga oleh kemampuan keluarga mengakses intervensi tersebut. Gibbs et al. (2022) menegaskan bahwa hambatan struktural dan ketidaksetaraan sosial, termasuk akses layanan, literasi kesehatan, serta faktor budaya, dapat mengurangi keterlibatan keluarga dalam program psikoedukasi (Gibbs et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun psikoedukasi terbukti dapat meningkatkan kemampuan perawatan keluarga, penerapannya harus mempertimbangkan konteks sosial dan kebutuhan spesifik setiap keluarga. Belum banyak penelitian yang merangkum dan membandingkan berbagai model psikoedukasi tersebut khususnya terkait peningkatan ADL pasien. Karena itu, tinjauan literatur ini disusun dengan tujuan untuk mengidentifikasi model-model psikoedukasi keluarga yang telah digunakan dan menganalisis kontribusinya terhadap peningkatan kemampuan keluarga dalam memfasilitasi ADL pada pasien gangguan jiwa.

KAJIAN PUSTAKA

Gangguan jiwa sering berdampak pada penurunan fungsi sosial dan kemandirian individu, termasuk dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari atau Activities of Daily Living (ADL). Keterbatasan dalam merawat diri, mempertahankan rutinitas, dan

berinteraksi dengan lingkungan menjadikan keluarga sebagai pihak utama yang bertanggung jawab dalam perawatan jangka panjang pasien. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa caregiver keluarga kerap mengalami beban fisik, emosional, sosial, dan finansial yang signifikan ketika merawat anggota keluarga dengan gangguan mental kronis (Cham et al., 2022; Navidian et al., 2012). Beban ini tidak hanya memengaruhi kesejahteraan keluarga, tetapi juga dapat berdampak pada keberlangsungan perawatan pasien di rumah.

Sebagai respons terhadap tantangan tersebut, psikoedukasi keluarga berkembang sebagai salah satu pendekatan penting dalam layanan kesehatan jiwa. Psikoedukasi dipahami sebagai intervensi terstruktur yang bertujuan meningkatkan pemahaman keluarga mengenai penyakit, pengobatan, tanda kekambuhan, serta strategi komunikasi dan coping adaptif (Sin et al., 2017). Intervensi ini tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga diarahkan untuk memperkuat regulasi emosi caregiver dan meningkatkan kepercayaan diri keluarga dalam menjalankan peran perawatan. Sejumlah kajian melaporkan bahwa psikoedukasi mampu menurunkan beban caregiver dan memperbaiki kesejahteraan psikologis keluarga pasien gangguan jiwa (Navidian et al., 2012; Sharma et al., 2021).

Dalam perkembangannya, model psikoedukasi keluarga tidak lagi terbatas pada sesi tatap muka tradisional di fasilitas kesehatan, tetapi mulai mencakup pendekatan berbasis kelompok, peer-support, komunitas, serta platform digital dan telehealth. Pendekatan ini dianggap penting terutama di wilayah dengan keterbatasan akses

terhadap tenaga profesional dan tingginya stigma sosial terhadap gangguan jiwa. Intervensi berbasis teknologi memungkinkan keluarga memperoleh informasi dan dukungan secara fleksibel, berkelanjutan, serta lebih privat, sehingga berpotensi meningkatkan keterlibatan *caregiver* dalam proses rehabilitasi pasien (Okafor & Monahan, 2023; Tessier et al., 2023).

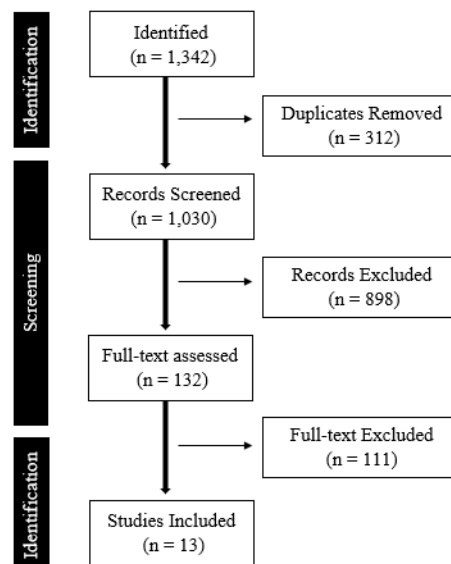
Meskipun berbagai penelitian telah mengevaluasi manfaat psikoedukasi terhadap kesejahteraan keluarga, temuan yang dilaporkan masih beragam, khususnya terkait dampak langsung terhadap peningkatan ADL pasien. Sebagian studi menekankan bahwa peningkatan pengetahuan dan coping caregiver merupakan prasyarat penting bagi terciptanya lingkungan rumah yang mendukung pemulihan fungsional, namun perubahan kemampuan aktivitas harian pasien sering kali dipengaruhi oleh faktor lain seperti keparahan gejala, dukungan rehabilitasi, dan durasi intervensi. Variasi desain penelitian, konteks budaya, serta format pelaksanaan psikoedukasi juga menyulitkan penarikan kesimpulan mengenai model yang paling efektif. Sehingga muncul rumusan pertanyaan yaitu model psikoedukasi keluarga apa saja yang telah digunakan dalam perawatan pasien gangguan jiwa, dan bagaimana kontribusinya terhadap peningkatan kemampuan keluarga dalam memfasilitasi ADL pasien.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain tinjauan literatur untuk mengidentifikasi berbagai model psikoedukasi keluarga dan perannya dalam meningkatkan kemampuan *Activities of Daily Living* (ADL) pada pasien gangguan jiwa. Artikel ilmiah dikumpulkan dari beberapa database

daring yang mudah diakses dan relevan dengan kesehatan jiwa, yaitu *Google Scholar*, *PubMed*, dan *ScienceDirect*. Pencarian dilakukan menggunakan kombinasi kata kunci *psychoeducation model*, *schizophrenia*, dan *activities of daily living (ADL)* dengan bantuan operator Boolean (*AND* dan *OR*) untuk memperluas hasil penelusuran. penelusuran literatur pada database *PubMed*, *ScienceDirect*, dan *Google Scholar* menghasilkan 1.342 artikel terkait psikoedukasi keluarga dan ADL. Selanjutnya dilakukan penyaringan judul dan abstrak untuk memilih studi yang memenuhi kriteria inklusi sehingga menghasilkan 13 artikel yang di *review*.

Artikel yang dimasukkan dalam tinjauan ini harus memenuhi kriteria: (1) membahas psikoedukasi keluarga pada ODGJ, (2) melibatkan keluarga atau pasien sebagai subjek intervensi, (3) menyebutkan dampak terhadap ADL atau kemampuan keluarga memfasilitasi kemandirian pasien, (4) tersedia dalam bentuk full text, dan (5) dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir dalam bahasa Indonesia atau Inggris. Artikel yang tidak memenuhi kriteria, seperti penelitian yang hanya berfokus pada edukasi pasien, tidak menyebutkan aspek ADL, atau berupa editorial dan laporan non-penelitian, dikeluarkan dari analisis. Proses seleksi studi divisualisasikan menggunakan diagram alir PRISMA seperti ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. PRISMA Flow Chart

Setelah artikel ditemukan, proses seleksi dilakukan melalui penyaringan judul, penilaian abstrak, dan pembacaan teks lengkap. Artikel yang memenuhi kriteria digabungkan dan dianalisis secara naratif deskriptif dengan mengelompokkan temuan berdasarkan jenis model psikoedukasi, pendekatan

implementasi, serta dampaknya terhadap kemampuan keluarga dalam mendukung aktivitas harian pasien. Hasil analisis kemudian disintesis untuk memberikan gambaran model psikoedukasi yang efektif dalam meningkatkan ADL pada pasien gangguan jiwa.

HASIL PENELITIAN

Hasil Sintesis Literature Review

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebanyak tiga belas artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis dan dibandingkan berdasarkan model psikoedukasi, cara pelaksanaan, serta dampaknya terhadap kemampuan keluarga dalam mendukung aktivitas harian pasien. Secara umum, temuan menunjukkan bahwa psikoedukasi keluarga memiliki variasi bentuk yang luas, mulai dari model tatap muka langsung, berbasis komunitas, hingga intervensi daring berbasis aplikasi dan telehealth. Meskipun menggunakan pendekatan yang berbeda, sebagian besar studi melaporkan peningkatan kapasitas keluarga dalam memahami kondisi pasien, mengelola stres, dan memberikan dukungan fungsional dalam kehidupan sehari-hari.

Psikoedukasi yang mengombinasikan edukasi dengan keterampilan psikologis (seperti *Cognitive Behavioral Therapy*, *Acceptance and Commitment Therapy*, *mindfulness*, atau pelatihan *coping*) menunjukkan hasil yang paling konsisten dalam menurunkan stres dan beban emosional keluarga. Studi-studi tersebut menggarisbawahi bahwa peningkatan kesejahteraan emosional caregiver sangat berpengaruh terhadap kemampuan mereka mendampingi pasien menjalankan aktivitas sehari-hari, meskipun perubahan ADL pasien tidak selalu langsung terukur. Di sisi lain, model *peer-led* dan berbasis komunitas, seperti *Family-to-Family* atau *Family Mental Health Cafés*,

memperlihatkan efektivitas dalam mengurangi stigma, meningkatkan penerimaan keluarga, dan memperluas jejaring dukungan sosial, yang merupakan prasyarat penting agar perawatan dapat berlanjut di rumah.

Model digital dan *telehealth* muncul sebagai pendekatan yang paling adaptif dan mudah diakses, terutama di wilayah dengan keterbatasan tenaga kesehatan jiwa. Program seperti Tele-Savvy, ACT daring, serta modul psikoedukasi berbasis aplikasi memberikan hasil yang setara dengan tatap muka, dan bahkan lebih unggul dalam fleksibilitas dan tingkat kesinambungannya. Studi-studi tersebut memberi bukti bahwa psikoedukasi tidak harus diberikan secara langsung di rumah sakit; intervensi jarak jauh dapat tetap efektif dalam membangun pengetahuan dan kepercayaan diri keluarga untuk mendukung pasien.

Beberapa studi yang menilai dampak secara langsung terhadap kemampuan ADL menunjukkan hasil bervariasi. Sebagian intervensi, terutama yang bersifat praktis dan melibatkan pelatihan perawatan di rumah atau intervensi dyadik, menunjukkan perbaikan dalam fungsi harian pasien dan keterlibatan keluarga. Namun, terdapat pula studi yang tidak menemukan peningkatan ADL yang signifikan, menunjukkan bahwa perubahan kemampuan fungsional mungkin membutuhkan waktu lebih lama atau intervensi tambahan seperti terapi okupasi.

Tabel 1. Hasil Sintesis Literature Review

N o	Penulis & Tahun	Negara/ Setting	Model Psikoedukasi yang Digunakan	Peserta & Sampel	Durasi/ Bentuk Intervensi	Outcome yang Diukur	Temuan Utama
1	Mueser et al., 2022	Amerika Serikat - Klinik Psikiatri	Telehealth-Based Family Psychoeducation (program FIRST)	Pasien dengan skizofrenia awal & caregiver (n=148)	Sesi psikoedukasi dilakukan secara virtual melalui telehealth; diarahkan pada edukasi penyakit, coping, dan dukungan keluarga	- Relaps & rawat inap - Illness Management and Recovery (IMR) - Beban caregiver - Gejala klinis pasien	Tidak ada perbedaan signifikan antara kelompok psikoedukasi dan layanan standar dalam relaps, beban caregiver, atau IMR. Namun studi menegaskan pentingnya keterlibatan keluarga dalam dukungan awal dan menunjukkan potensi psikoedukasi teknologi sebagai intervensi alternatif
2	Hepburn et al., 2022 — Tele-Savvy	USA, multicenter, online	Savvy Caregiver Online (Tele-Savvy) — sinkron + asinkron	261 caregiver pasien demensia	7 sesi virtual + 36 video selama 43 hari	Mastery caregiver, stres, depresi, reaksi terhadap perilaku pasien	Meningkatkan mastery & kesejahteraan caregiver secara signifikan dibanding kontrol;

							efektivitas moderat-besar. Tidak signifikan pada burden. Sangat relevan terhadap kemampuan mendukung ADL
3	Abouk ahla et al., 2024	Mesir, Outpatient hospital	Virtual Social Network- Based Psychoed ucation (Telegra m group sessions)	41 caregi ver pasien skizofr enia	12 sesi, 60-90 menit, 12 minggu	Harapan (AHS), Beban (CBI), Pengetahu an & skill (KSCS)	Harapan meningka t signifikan ; beban menurun; pengetah uan & keterampi lan meningka t; efek bertahan 1 bulan setelah intervensi ; psikoeduk asi virtual direkome ndasikan masuk standar layanan
4	Ragla nd et al., 2020	USA	Family Psychoed ucation Worksho p + Retrieval Practice (testing during learning)	20 pasien early psych osis + 20 kontro l sehat	Worksh op tatap muka 40 menit, slide FPE + latihan recall vs re- study, follow-	Retensi materi psikoeduk asi (cued recall), hubungan gejala negatif	Retrieval practice menghasil kan retensi informasi lebih baik dibanding re-study. Pasien psychosis tetap mendapat

					up 1 minggu		manfaat signifikan . Memori lebih kuat jika gejala negatif ringan
5	Lo et al., 2019	Hong Kong - Community Mental Health Centre	Mindfulness-Based Family Psychoeducation (MBFPE)	Caregiver & patient episode psychosis pertama (FEP), total ±300 peserta	6 sesi psikoedukasi + pelatihan mindfulness, tatap muka kelompok	Beban caregiver, distress psikologis, kemampuan coping, family functioning, recovery pasien, expressed emotion, gejala psikotik	MBFPE meningkatkan kemampuan coping dan fungsi keluarga, menurunkan distress emosional caregiver, dan mendukung pemulihan pasien. Efektif terutama dalam konteks budaya Asia dan relevan untuk memperkuat dukungan aktivitas sehari-hari pasien
6	Domínguez - Martínez et al., 2017	Mexico City - Community family program	Family-to-Family (FTF) peer-led psychoeducation	230 kerabat pasien dengan gangguan mental berat	12 sesi minggu an, 3 jam, diajarkan keluarga terlatih (peer-led)	Expressed Emotion (kritik & overinvolvement), pengetahuan subjektif tentang gangguan	FTF menurunkan kritik & overinvolvement caregiver, meningkatkan pengetahuan dan sikap emosional

							positif keluarga; menunjukkan efektivitas model peer-led untuk memperkuat perawatan dan dukungan keluarga dalam aktivitas sehari-hari
7	Chiang et al., 2016	Hong Kong / ICU rumah sakit besar	Brief Cognitive Behavioral Psycho-Education (B-CBE) - berbasis CBT, Ellis Model ABC, Automatic Thought, Five-Steps Emotion Management	45 Main Family Caregivers (MFCs) (24 intervensi, kontrol)	1 sesi 2 jam; mini talk, diskusi, CBT skills, latihan relaksasi; follow-up call hari ke-5	Stress, Anxiety, Depression (DASS-21); Family Need Satisfaction (CCFNI); Automatic Thoughts (AT)	Intervensi meningkatkan kepuasan informasi ($p < 0.05$) dibanding kontrol. Kedua kelompok mengalami penurunan stress, anxiety, dan depression, namun B-CBE lebih stabil dalam mempertahankan coping dan informasi, terutama pada fase kritis ICU.
8	Han et al., 2025	USA - Telehealth, caregiver	Videoconference-delivered ACT +	33 caregiver depre	10 sesi ACT (1 jam/minggu)	Depresi, kecemasan, stres, psikologi	ACT menurunkan depresi,

		home setting	psychoed ucation materials	si; 16 ACT, 17 kontro l	online + 1 booste r; semua meneri ma materi psikoe dukasi	cal QoL, burden, grief, guilt, experienti al avoidance , values- driven action	kecemasa n, stres, dan burden signifikan ; QoL meningka t; efek bertahan 3 bulan. Kontrol hanya sedikit membaik. Model sangat relevan dalam meningka tkan kesiapan keluarga menduku ng aktivitas harian pasien.
9	Zhang et al., 2025	China - Hemodial ysis center, tertiary hospital	Dyadic Psychoed ucational Interventi on (Double ABC-X Model)	80 dyads (40 pasien + 40 caregi ver)	4 minggu ; tatap muka kelomp ok & individ ual; bookle t + discuss ion + proble m- solving + relaxat ion + homew ork	QOL pasien (KDQOL- 36), burden caregiver (ZBI), anxiety/d epression, coping (BCS), social support	Intervensi meningka tkan kualitas hidup pasien secara signifikan hingga 3 bulan pasca intervensi ; menurunk an burden, kecemasa n, depresi caregiver; meningka tkan adaptive coping dan menurunk

							an maladapti ve coping. Efek bertahan waktu. Sangat relevan memperk uat kemampu an perawata n keluarga dalam aktivitas sehari- hari.
1 0	Willia ms et al., 2025	Kanada - 5 kota, komunitas , CMHA	Family Mental Health Cafés (psikoedu kasi berbasis komunita s + dialog interaktif + anti- stigma)	67 pesert a (diagn osed indivi duals, caregi vers, servic e provid ers)	1-3 pertem uan café; diskusi kelomp ok berbasi s World Café model; pertuk aran pengal aman & strateg i	Persepsi stigma, isolasi keluarga, keterlibat an komunitas , kepuasan peserta	88% peserta merekom endasikan program; mayoritas melapork an berkurang nya rasa isolasi, meningka tnya jaringan dukungan , & manfaat saling berbagi strategi perawata n; pendekat an ini membant u keluarga mengatasi stigma dan meningka tkan kesiapan

							menduku ng pasien dalam kehidupa n sehari- hari
1 1	Suhar tono et al., 2025	Indonesia - UPT Bina Laras Pasuruan, rehab mental/di sabilitas	Psychoed ucation + Home- Based Care Training + Family Support Groups (integrat ed family involvem ent model)	5 keluar ga + staf + benefi ciary sebag ai inform an (multi - stakeh older)	Bulana n psikoe dukasi, pelatih an perawa tan di rumah, dukung an kelomp ok; blende d with tech (Whats App, teleme dicine)	Pengetahu an caregiver, kesiapan merawat, keterlibat an keluarga, stigma, komunikas i, akses layanan	Intervensi meningka tkan pengetah uan dan kepercaya an diri keluarga, memperk uat keterlibat an dalam aktivitas perawata n harian, menguran gi stigma, serta menamba h kesiapan reintegras i pasien; dukungan teknologi memperk uat komunika si dan menduku ng keterlibat an keluarga
1 2	Novot ni et al., 2024	North Macedoni a (communi ty/home- based)	Interprof essional psychoed ucation + personaliz ed care plan (NOMAD Model)	120 dyads: pasien deme nsia + caregi ver (60 interv ensi, 60	4 kunjun gan rumah selama ±6 bulan + e-learnin g + manual	ADL (B- ADL), burden (ZBI), depresivit as caregiver (PHQ-9), NPI, RUD, QoL caregiver	Psychoed ucation menurunk an depresi caregiver dan gejala neuropsik iatrik serta pengguna an

				kontro l)	caregiv er	(C- DEMQOL)	layanan kesehatan ; ADL tidak meningka t signifikan , namun ada arah perbaikan
1 3	Cheng & Ng, 2024	Global online setting; home- based via website/a pp	Positive Dementia Caregivin g in 30 Days (PDC30) — self- guided psychoed ucation with psychoth erapeutic compone nts + AI chatbot + coping tools	200 caregi ver deme nsia (rando mized 1:1)	10 modul edukas i digital + diary, breathi ng, though t modifi cation, benefit - finding activiti es; 100% self- paced	Depresi (primer), kecemasa n, burden, positive gains; coping; self- efficacy	PROTOKO L: Menguji efektivita s; diharapka n menurunk an beban dan depresi caregiver serta meningka tkan coping dan positive gains. Menjadi inovasi psikoeduk asi berbasis teknologi global tanpa terapis

PEMBAHASAN

Tinjauan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi keluarga memiliki variasi desain dan format implementasi yang luas. Program psikoedukasi yang berfokus pada penyampaian informasi dasar mengenai penyakit dan peran keluarga tetap memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan keterlibatan keluarga (Mueser et al., 2022; Ragland et al., 2020).

Namun, kedua studi tersebut juga menunjukkan bahwa penyampaian informasi saja tidak selalu menghasilkan perubahan signifikan dalam relaps, beban caregiver, atau perubahan fungsi harian, sehingga psikoedukasi konvensional perlu diperkaya dengan komponen tambahan agar menghasilkan dampak yang lebih kuat terhadap perawatan pasien.

Studi yang menggabungkan psikoedukasi dengan keterampilan psikoterapeutik seperti CBT, ACT, dan mindfulness menunjukkan efek yang lebih konsisten dalam menurunkan distress emosional dan meningkatkan kemampuan coping keluarga. Chiang et al. (2016) menunjukkan manfaat psikoedukasi berbasis CBT dalam mempertahankan penurunan stres dan kecemasan, sementara Han et al. (2025) menemukan bahwa ACT berbasis telehealth dapat meningkatkan kualitas hidup caregiver dan mengurangi beban secara signifikan (Han et al., 2025). Demikian pula, Lo et al. (2019) mendemonstrasikan bahwa mindfulness-based psychoeducation mampu menurunkan distress psikologis dan meningkatkan fungsi keluarga (Lo et al., 2019). Temuan ini mendukung argumen bahwa regulasi emosional keluarga merupakan mediator penting dalam efektivitas psikoedukasi, terutama ketika keluarga menjadi pendamping utama aktivitas harian pasien di rumah.

Selain pendekatan psikoterapeutik, intervensi berbasis komunitas dan peer-support memperlihatkan kontribusi penting dalam keberhasilan dukungan keluarga. Model peer-led Family-to-Family (Domínguez-martínez et al., 2017) secara signifikan menurunkan *expressed emotion* keluarga, sementara program Family Mental Health Cafés (Williams, 2019) mampu mengurangi rasa isolasi dan meningkatkan jejaring sosial keluarga pasien. Psikoedukasi komunitas ini menunjukkan bahwa keberhasilan perawatan tidak hanya ditentukan oleh kapasitas individu caregiver, tetapi juga oleh keterhubungan sosial dan lingkungan yang mendukung — aspek yang sangat relevan untuk konteks budaya kolektif di Indonesia.

Kemunculan intervensi berbasis digital dan telehealth merupakan tren yang menonjol dalam sintesis literatur ini. Program Tele-Savvy (Hepburn et al., 2022) dan Telegram-based psychoeducation (Ahmed et al., 2024) menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan caregiver, sementara ACT berbasis video (Han et al., 2025) dan model hybrid yang melibatkan komunikasi berkelanjutan (Suhartono et al., 2025) menciptakan ruang pendampingan tanpa batas geografi (Suhartono et al., 2025). Bahkan, program mandiri berbasis aplikasi dengan dukungan AI (Cheng & Ng, 2024) memperlihatkan potensi besar untuk menjangkau keluarga yang enggan atau tidak mampu mengakses layanan kesehatan jiwa formal (Cheng, 2024). Hal ini memperlihatkan bahwa psikoedukasi tidak lagi terikat pada ruang klinis, dan transformasi digital memungkinkan akses lebih luas dan berkelanjutan.

Beberapa studi dalam tinjauan ini menunjukkan peningkatan keterlibatan keluarga dalam mendukung aktivitas harian pasien, seperti pada intervensi dyadik berbasis Double ABC-X (Zhang et al., 2025) dan model pelatihan perawatan rumah (Suhartono et al., 2025). Namun, ada pula studi yang tidak menunjukkan perubahan ADL signifikan secara statistik (Novotni et al., 2024), menegaskan bahwa peningkatan kemampuan fungsional mungkin memerlukan intervensi jangka panjang atau penguatan rehabilitatif lainnya. Meskipun demikian, seluruh studi konsisten menunjukkan bahwa psikoedukasi berperan memperkuat fondasi pengetahuan, sikap, serta coping yang memungkinkan keluarga menciptakan lingkungan suportif bagi pasien.

Asumsi peneliti menegaskan bahwa psikoedukasi keluarga yang efektif harus bersifat multidimensi, menggabungkan edukasi, dukungan coping, pemberdayaan sosial, serta keterlibatan aktif keluarga. Ketika komponen-komponen tersebut diterapkan secara simultan, psikoedukasi tidak hanya meningkatkan kesiapan keluarga, tetapi juga berkontribusi pada pemulihan fungsional dan aktivitas harian pasien dalam jangka panjang. Dengan demikian, psikoedukasi keluarga perlu dipahami sebagai elemen inti dari model perawatan berbasis rumah yang berorientasi pada kemandirian pasien dan penurunan risiko kekambuhan.

KESIMPULAN

Tinjauan ini menegaskan bahwa psikoedukasi keluarga merupakan komponen penting dalam perawatan pasien gangguan jiwa dan berperan dalam meningkatkan kesiapan keluarga untuk mendukung aktivitas kehidupan sehari-hari. Beragam model yang dianalisis—baik tatap muka, berbasis komunitas, maupun digital—secara konsisten meningkatkan pengetahuan, kemampuan coping, dan efikasi diri caregiver, meskipun besarnya dampak langsung terhadap ADL pasien masih bervariasi antar studi. Pendekatan psikoedukasi yang mengintegrasikan pelatihan regulasi emosi dan dukungan sosial menunjukkan hasil yang paling menjanjikan, sehingga layak diprioritaskan dalam praktik layanan kesehatan jiwa.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain longitudinal dan uji acak terkontrol dengan ukuran sampel yang lebih besar guna mengevaluasi dampak jangka panjang psikoedukasi terhadap ADL pasien secara langsung. Selain itu, diperlukan

pengukuran ADL yang lebih terstandar, eksplorasi peran mediator seperti penurunan beban caregiver atau peningkatan coping keluarga, serta evaluasi efektivitas model digital dan hybrid dalam konteks budaya yang berbeda, termasuk di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, M., Aboukahla, A., & Lecturer, A. (2024). Effect Of Virtual Social Network-Based Psychoeducation Intervention On Level Of Hope And Caregiving Burden Among Family Caregivers Of Patients With Schizophrenia. *Asnj*, 26(4), 317-330.
- Budiono, W., Kantono, K., Kristianto, F. C., Avanti, C., & Herawati, F. (2021). Psychoeducation Improved Illness Perception And Expressed Emotion Of Family Caregivers Of Patients With Schizophrenia Recruitment Post-Screening Allocation Analysis. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(7522), 1-9. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147522>
- Cham, C. Q., Ibrahim, N., Siau, C. S., Kalaman, C. R., Ho, M. C., Yahya, A. N., Visvalingam, U., Roslan, S., Nazri, F., Rahman, A., & Lee, K. W. (2022). Caregiver Burden Among Caregivers Of Patients With Mental Illness: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Healthcare*, 10(2423), 1-16. <https://doi.org/10.3390/Healthcare10122423>
- Cheng, S. (2024). Positive Dementia Caregiving In 30 Days (Pdc30): Study Protocol Of A

- Randomized Controlled Trial Of A Self-Guided Automated Online Training Program. *Research Square*, 1-18. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4740440/v1>
- Domínguez-Martínez, T., Ph, D., Rascon-Gasca, M. L., Ph, D., Alcántara-Chabelas, H., & Sc, B. (2017). Effects Of Family-To-Family Psychoeducation Among Relatives Of Patients With Severe Mental Disorders In Mexico City. *Psychiatric Services*, 68(4), 415-418. <https://doi.org/10.1176/Appi.Ps.201500457>
- George, L. S., Sharma, P., & Nair, S. (2015). *Effect Of Psycho-Education On Knowledge, Attitude And Burden Among Caregivers Of Persons With Bipolar Disorder - Randomized Controlled Trial*. <https://api.semanticscholar.org/Corpusid:74741407>
- Gibbs, J. S., Kriegsman, S., & Brown, H. E. (2022). Dismantling Racial Inequities In Early Psychosis Family Psychoeducation. *Psychiatric Services*, 73(9), 1065-1068. <https://doi.org/10.1176/Appi.Ps.202100459>
- Han, A., Oster, R., Yuen, H., Jenkins, J., & Hawkins, J. (2025). Videoconference-Delivered Acceptance And Commitment Therapy For Family Caregivers Of People With Dementia: Pilot Randomized Controlled Trial Corresponding Author: *Jmir Formative Research*, 9, 1-16. <https://doi.org/10.2196/67545>
- Liza, R. G., Loebis, B., & Camellia, V. (2019). Efektivitas Intervensi Psikoedukasi Keluarga Terhadap Kekambuhan Pasien Skizofrenia. *Majalah Kedokteran Andalas*, 42(3), 128-136. <https://doi.org/10.25077/Mka.V42.I3.P128-136.2019>
- Lo, H. H., Ho, W., Lau, E. N., Lo, C., Mak, W. W. S., Ng, S., Wong, S. Y., Wong, J. O., Lui, S. S. Y., Lo, C. S., Lin, E. C., Poon, M., Choi, K., & Potharst, E. S. (2019). A Brief Mindfulness-Based Family Psychoeducation Intervention For Chinese Young Adults With First Episode Psychosis: A Study Protocol. *Frontiers In Physiology*, 10(March), 1-13. <https://doi.org/10.3389/Fpsyg.2019.00516>
- Ma, Q., Zhang, X., & Zou, L. (2020). The Mediating Effect Of Alexithymia On The Relationship Between Schizotypal Traits And Sleep Problems Among College Students. *Frontiers In Psychiatry*, 11(March), 1-7. <https://doi.org/10.3389/Fpsyg.2020.00153>
- Mueser, K. T., Achtyes, E. D., Gogate, J., Mancevski, B., Kim, E., & Starr, H. L. (2022). Telehealth-Based Psychoeducation For Caregivers: The Family Intervention In Recent-Onset Schizophrenia Treatment Study Corresponding Author: *Jmir Mental Health*, 9(4), E32492. <https://doi.org/10.2196/32492>
- Mustakima, K., Saputri, M. E., & Rifiana, A. J. (2023). Analisis Faktor Perawatan Keluarga Dengan Klien Orang Dengan Gangguan Jiwa (Odgj) Di Rsud Depok Jawa Barat. *Journal Of Nursing Innovation*, 2(1), 28-35.
- Navidian, A., Kermansaravi, F., & Rigi, S. N. (2012). The

- Effectiveness Of A Group Psycho-Educational Program On Family Caregiver Burden Of Patients With Mental Disorders. *Bmc Research Notes*, 5(399), 1-7.
- Novotni, G., Taneska, M., Novotni, A., Fischer, J., Iloski, S., Ivanovska, A., Dogan, V., Grimmer, T., & Kurz, A. (2024). North Macedonia Interprofessional Dementia Care (Nomad) - Personalized Care Plans For People With Dementia And Caregiver Psychoeducation Delivered At Home By Interprofessional Teams. *Frontiers In Dementia*, 3(1391471), 1-21. <https://doi.org/10.3389/frdem.2024.1391471>
- Okafor, A. J., & Monahan, M. (2023). Effectiveness Of Psychoeducation On Burden Among Family Caregivers Of Adults With Schizophrenia : A Systematic Review And Meta-Analysis. *Hindawi Nursing Research And Practi*, 2023, 1-16. <https://doi.org/10.1155/2023/2167096>
- Prabhawidyaswari, N. M. C., Darmawan, I. P. E., Putu, N., Yanti, E., Saraswati, W. S., Putu, N., Puspitasari, R., Ayu, D., & Mas, W. (2022). Hubungan Karakteristik Keluarga Terhadap Frekuensi Kekambuhan Pada Pasien Dengan Skizofrenia. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 15(1), 15-26. <https://doi.org/10.1979-2697>; E-ISSN: 2721-1797
- Ragland, J. D., Liu, X. L., Williams, A. B., Tully, L. M., Niendam, T. A., Carter, C. S., & Ranganath, C. (2020). Retrieval Practice Facilitation Of Family Psychoeducation In People With Early Psychosis. *Schizophrenia Research*, xxxx. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2020.07.016>
- Sahabuddin, E., Agustang, A., Manda, D., & Oruh, S. (2020). Partisipasi Sosial Dalam Pemenuhan Activity Daily Living (Adl) Orang Dengan Gangguan Jiwa Di Kota Makassar (Studi Kasus Di Rumah Sakit Khusus Daerah Dadi Provinsi Sulawesi Selatan). *Phinisi Integration Review*, 3(2), 290-296.
- Sharma, M., Srivastava, S., & Pathak, A. (2021). Family Psychoeducation As An Intervention Tool In The Management Of Schizophrenia And The Psychological Wellbeing Of Caregivers. *Indian Journal Of Community Medicine*, 46, 304-308. <https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm>
- Sin, J., Gillard, S., Cornelius, V., Chen, T., & Henderson, C. (2017). Effectiveness Of Psychoeducational Interventions For Family Carers Of People With Psychosis : A Systematic Review And Meta-Analysis. *Clinical Psychology Review*, 56(November 2016), 13-24. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.05.002>
- Suhartono, D., Albab, U., & Chakraborty, B. (2025). International Journal Of Social Science And Improving Social Rehabilitation Services For Physical Disabilities Through Technology And Family Involvement At East Java Provincial Social Service. *International Journal Of Social Science And Humanity*, 2(4), 61-70. <https://doi.org/10.62951/ijss.v2i4.519>

- Susanti, Gustini, S., Husaini, M., & Rahmi, C. (2023). Edukasi Pada Keluarga Tentang Pengaturan Jadwal Kemandirian Aktivitas Daily Living (Adl) Pada Pasien Gangguan Jiwa Di Puskesmas Suak Ribee Kabupaten Aceh. *E-Join: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(9), 995-1000.
- Tessier, A., Roger, K., Gregoire, A., Desnavailles, P., Misdrahi, D., & Luciano, M. (2023). Family Psychoeducation To Improve Outcome In Caregivers And Patients With Schizophrenia : A Randomized Clinical Trial. *Frontiers In Psychiatry*, June, 1-9.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1171661>
- Williams. (2019). The Family Mental Health Cafés: A Psychoeducation Intervention To Diminish Stigma And Isolation For Families Living With Mental Illness. *European Psychiatry*, 253-254.
<https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2025.561>
- Zhang, L., Chen, Y., Tang, W., Wang, Q., & Zou, L. (2025). Effects Of Dyadic Psychoeducational Interventions For Haemodialysis Patients And Their Family Caregivers : A Randomised Controlled Trial. *Bmc Nursing*, 24(244), 1-17.
<https://doi.org/10.1186/s12912-025-02835-1>