

ABSTRAK

Efektivitas Model Intervensi Kelompok Swabantu Reduksi Stres Berbasis Komunitas terhadap Stres *Caregiver* Orang dengan Skizofrenia (ODS)

Latar belakang: Stres merupakan salah satu masalah psikologis yang ditemukan pada *caregiver* ODS. Masalah stres *caregiver* tersebut perlu ditangani agar tidak menimbulkan masalah kesehatan jiwa lebih lanjut yang membahayakan. Dibutuhkan model intervensi kelompok swabantu yang membantu *caregiver* mengelola stres *caregiver* yang dialaminya.

Tujuan penelitian: mengembangkan dan menguji efektivitas model intervensi kelompok swabantu reduksi stres berbasis komunitas terhadap stres *caregiver* ODS.

Metode: menggunakan rancangan *research and development*, yang terdiri dari 2 tahap. Tahap pertama penelitian kualitatif deskriptif untuk mengeksplorasi *stressor*, stres, upaya *caregiver* dan pelayanan kesehatan untuk mengelola stres *caregiver* ODS serta mengembangkan model intervensi kelompok swabantu reduksi stres berbasis komunitas. Tahap kedua penerapan model yang terbentuk dan menguji efektivitas model dengan menggunakan metode kuantitatif rancangan *quasy experimental* pada 80 responden (40 responden kelompok intervensi 1 dan 40 responden kelompok Intervensi 2) analisis menggunakan uji beda dan multivariat. Variabel bebas penelitian tahap kedua adalah tindakan edukasi merawat ODS, tindakan keperawatan stres individu dan tindakan keperawatan stres kelompok (swabantu reduksi stres) pada *caregiver*; dan dampaknya variabel terikat adalah pada tingkat stres dan kadar kortisol.

Hasil: sebagian besar *caregiver* ODS mengalami stres (95%), terbentuk model intervensi kelompok swabantu. Kemampuan *caregiver* dalam merawat ODS meningkat secara bermakna menjadi 79,40%; mengelola stres *caregiver* meningkat secara bermakna menjadi 72,50%; tingkat stres menurun secara bermakna menjadi 10,55%; dan kadar kortisol menurun secara bermakna sebesar 7,88.

Kesimpulan: model intervensi kelompok swabantu reduksi stres efektif meningkatkan kemampuan *caregiver* merawat ODS, mengelola stres *caregiver*, menurunkan tingkat stres dengan *p-value* 0,000 dan menurunkan kadar kortisol.

Kata Kunci : kelompok swabantu reduksi stres, *research and development*, *caregiver*.

ABSTRACT

Effectiveness of Community-Based Stress Reduction Self-Help Group Intervention Model on Caregiver Stress of Individuals with Schizophrenia (IWS)

Background: *Stress is one of the psychological problems found in ODS caregivers. The problem of caregiver stress needs to be addressed so that it does not cause further harmful mental health problems. A self-help group intervention model is needed that helps caregivers manage the stress caregivers experience.*

Research objectives: *to develop and test the effectiveness of a community-based stress reduction self-help group intervention model on ODS caregiver stress.*

Method: *using a research and development design, which consists of 2 stages. The first stage was descriptive qualitative research to explore stressors, stress, caregiver efforts and health services to manage ODS caregiver stress and to develop a community-based stress reduction self-help group intervention model. The second stage was the implementation of the model formed and testing the effectiveness of the model using a quasy-experimental quantitative design method on 80 respondents (40 respondents in the intervention group 1 and 40 respondents in the Intervention group 2) analysis using different and multivariate tests. The independent variables of the second phase of the research were educational measures to treat ODS, individual stress nursing actions and group stress nursing actions (stress reduction self-help) to caregivers; and the impact of the dependent variable is on stress levels and cortisol levels.*

Results: *most ODS caregivers experience stress (95%), a self-help group intervention model is formed. The caregiver's ability to care for ODS significantly increased to 79.40%; managing caregiver stress increased significantly to 72.50%; stress level decreased significantly to 10.55%; and cortisol levels decreased significantly by 7.88.*

Conclusion: *the stress reduction self-help group intervention model is effective in increasing the caregiver's ability to care for ODS, managing caregiver stress, reducing stress levels with a p-value of 0.000 and reducing cortisol levels.*

Keywords: *stress reduction self-help groups, research and development, caregivers*