



JURNAL PSIKOHUMANIKA

<http://ejournal.setiabudi.ac.id/ojs/index.php/psikohumanika>

MAWAS DIRI: DINAMIKA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PENGASUH ORANG DENGAN GANGGUAN JIWA DALAM PERSPEKTIF KAWRUH JIWA

Husain Ali As-Syafi'i¹, Arizal Primadasa^{2*}, Innayah Kusuma Dewi³, Nanik Prihartanti⁴

^{1,2,3,4}Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

ARTICLE INFO ABSTRACT

Article History

Be accepted:

Dec 2023

Approved:

Dec 2024

Published:

Dec 2024

Keywords :

family as caregiver;
individuals with
mental disorders;
kawruh jiwa;
psychological well-
being.

Families play a critical role as primary caregivers for individuals with mental disorders (ODGJ). Caring for ODGJ can pose significant challenges to the psychological well-being of family caregivers. Therefore, research on the psychological well-being of caregivers for ODGJ family members is essential. Moreover, studies exploring psychological well-being from an indigenous perspective remain limited. This study aims to understand the dynamics of psychological well-being in caregivers of ODGJ family members from the perspective of kawruh jiwa. The research employs a qualitative method with a phenomenological approach. Participants were selected through purposive sampling, resulting in three primary caregivers. Data were collected using semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis. The findings reveal three main themes: (1) interpreting well-being, (2) barriers to achieving well-being, and (3) efforts to attain well-being. The dynamics of psychological well-being begin with participants' interpretation of well-being as catatan and karep (desires). When these elements are misaligned, obstacles arise, prompting mawas diri to restore well-being. This study provides insights into the psychological well-being of caregivers for ODGJ family members through an indigenous perspective, contributing theoretically within a sociocultural context.

Alamat Korespondensi:

Jl. Garuda Mas No. 3-7, Jawa Tengah , Indonesia,
57169

p-ISSN: 1979-0341

e-ISSN : 2302-0660

E-mail:

husainaliassyafii@gmail.com

arizalprimadasa22@gmail.com (correspondence)

innayadewi123@gmail.com

nprihartanti@gmail.com

INFO
ARTIKEL**ABSTRAK****Sejarah Artikel****Diterima :**

Desember 2023

Disetujui:

Desember 2024

Dipublikasikan:

Desember 2024

Kata Kunci:*kawruh jiwa;*
kesejahteraan
psikologis; keluarga
sebagai pengasuh;
orang dengan
gangguan jiwa.

Keluarga merupakan pengasuh utama yang sangat dibutuhkan oleh Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). Pengasuhan ODGJ dapat menjadi tantangan terhadap kesejahteraan psikologis anggota keluarga yang mengasuh. Oleh karena itu, penelitian mengenai kesejahteraan psikologis pengasuh anggota keluarga ODGJ perlu dilakukan. Selain itu, penelitian mengenai kesejahteraan psikologis dengan perspektif *indigenous* masih terbatas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami dinamika kesejahteraan psikologis pada pengasuh anggota keluarga ODGJ ditinjau dari perspektif *kawruh jiwa*. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan penelitian diambil menggunakan *purposive sampling* yang terpilih sebanyak tiga. Pengumpulan data menggunakan wawancara semi-terstruktur. Analisis data dilakukan dengan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan tiga tema utama, yaitu: (1) memaknai kesejahteraan; (2) hambatan mencapai kesejahteraan; dan (3) upaya mencapai kesejahteraan. Dinamika kesejahteraan psikologis partisipan diawali dengan pemaknaan kesejahteraan sebagai *catatan* dan *karep* (keinginan). Ketika keduanya tidak selaras, muncul hambatan yang mendorong partisipan untuk *mawas diri* demi mencapai kesejahteraan. Penelitian ini memberikan ulasan kesejahteraan psikologis pada pengasuh anggota keluarga ODGJ dengan perspektif *indigenous* yang dapat berkontribusi secara teoritis sesuai dengan konteks sosiokultural.

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa saat ini merupakan salah satu isu kesehatan yang semakin serius karena jumlah penderitanya yang terus meningkat. Dilansir dari laman Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), 6,1% atau 19 juta penduduk berusia diatas 15 tahun menderita gangguan kesehatan mental sehingga dapat dikatakan bahwa Indonesia sedang berada dalam kondisi darurat kesehatan mental. Meski termasuk pada golongan jenis Penyakit Tidak Menular (PTM) (Listiana et al., 2023), gangguan jiwa tetap merupakan penyakit kronis karena proses penyembuhannya yang memakan waktu (Mane et al., 2022). Tingginya prevalensi gangguan jiwa saat ini dapat disebabkan oleh berbagai tantangan dalam kehidupan seperti konflik maupun krisis ekonomi yang menyebabkan beragam masalah kesehatan mental seperti stres dan depresi (Muliani & Yanti, 2021).

Berbeda dengan penyakit lainnya, Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) sangat bergantung pada orang lain untuk dapat menjaga kualitas hidup dan melakukan kegiatan sehari-hari melalui pengasuhan. ODGJ tidak hanya membutuhkan pengobatan saja, tetapi juga memerlukan sistem dukungan sosial yang mencakup dukungan emosional dan instrumental (Rinawati & Alimansur, 2016). Salah satu bentuk dukungan untuk memberikan kehidupan yang lebih layak bagi ODGJ yaitu melalui proses pengasuhan. Proses tersebut dilakukan untuk membantu orang lain yang tidak mampu melakukan sendiri secara holistik yang meliputi fisik, mental, emosional, dan sosial. Pengasuhan memerlukan karakter tertentu seperti pengaturan emosi, keterampilan, pengetahuan, waktu, dan hubungan emosional dengan yang menerima perawatan (Hermanns & Smith, 2012).

Keluarga sebagai sistem yang terdekat dengan ODGJ memiliki peran penting sebagai pengasuh ODGJ. Keluarga sebagai pengasuh memiliki beberapa peran dalam pengasuhan seperti bantuan tugas rumah tangga, perawatan diri, penyediaan dukungan emosional dan sosial, serta koordinasi perawatan kesehatan (Schulz & Eden, 2016). Menurut Hendrawati et al. (2023), keluarga berperan sebagai pengambil keputusan dan penjagaan lingkungan kesehatan bagi

ODGJ. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pengasuhan keluarga merupakan faktor utama untuk meningkatkan kualitas hidup ODGJ sehingga dapat mencapai kesembuhan (Jayanti et al., 2021; Oktaviana & Ratnawati, 2022; Sanchaya et al., 2018) dan mencegah kambuhnya gangguan kesehatan mental (Hayat & Kusuma, 2021).

Pengasuhan oleh keluarga membawa tantangan yang dapat mengancam kesejahteraan psikologis pengasuh. Meskipun tampak serupa, perbedaan individu penting dalam memahami keluarga sebagai pengasuh (Steenfeldt et al., 2021). Ketika tidak siap secara emosional, intelektual, atau fisik, pengasuh berisiko menghadapi masalah kesehatan serius serta penurunan kognitif dan emosional (Sherman, 2019). Liu et al. (2020) mengemukakan bahwa beban pengasuhan dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis baik bagi individu yang diasuh maupun pengasuh sehingga penting untuk memahami sifat dan dampaknya secara mendalam. Penelitian menunjukkan bahwa keluarga sering mengalami kebingungan, kelelahan, kesulitan menerima realita, serta kejenuhan dan putus asa seiring waktu selama mengasuh ODGJ (Marbun & Santoso, 2021; Pandjaitan & Rahmasari, 2020; Rasmawati et al., 2019).

Berbagai teori tentang kesejahteraan psikologis dari Barat telah dikembangkan oleh beberapa ahli. Carol Ryff mengemukakan kesejahteraan psikologis eudamonis yang menekankan pada aspek pengembangan diri dan pemenuhan potensi sebagai landasan kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989; Ryff & Singer, 2008). Sementara itu, Ed Diener mengembangkan konsep kesejahteraan psikologis subjektif yang ditandai dengan kebahagiaan dan kepuasan hidup (Diener, 1984; Kahneman et al., 1999). Di sisi lain, Martin Seligman menekankan konsep PERMA (Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, Achievement) sebagai elemen penting dalam kesejahteraan yang mencakup aspek positif dalam emosi, hubungan, makna, dan pencapaian (Seligman, 2011; 2018). Ketiga teori Barat tersebut memaknai kesejahteraan psikologis dengan pendekatan yang berbeda-beda.

Salah satu pendekatan *indigenous* yang dapat digunakan untuk mengulas kesejahteraan psikologis adalah perspektif *kawruh jiwa* yang dipaparkan oleh Ki Ageng Suryomentaram. Ki Ageng Suryomentaram, yang bernama asli Bendoro Raden Mas Kudiarmaji, adalah pangeran Kesultanan Yogyakarta dan putra Sri Sultan Hamengku Buwono VII. Setelah menerima pendidikan modern, ia merasa tidak puas dengan pemahaman terhadap kejiwaan dan kebahagiaan manusia yang mendorongnya untuk melepaskan status bangsawan dan mencari pemahaman lebih dalam tentang jiwa manusia (Atmosutidjo, 2012). Ia mengembangkan *kawruh jiwa* untuk menjawab kurangnya pemahaman tentang ilmu jiwa pribadi yang dihadapi individu, keluarga, dan masyarakat (Atmosutidjo, 2015) dan disebarluaskan untuk menguji nilai universalnya (Sugiarto, 2015). Perspektif ini berkaitan erat dengan kebahagiaan, kesejahteraan psikologis, serta nilai-nilai budaya Jawa.

Perspektif *kawruh jiwa* sangat relevan dengan kesejahteraan psikologis. *Kawruh jiwa* adalah suatu konsep yang mengarah pada pertumbuhan dan perkembangan manusia untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang digambarkan sebagai *manungso tanpo tenger* (manusia tanpa ciri) yaitu indikasi dari pribadi yang sehat (Prihartanti, 2019). Tujuan utama dari *kawruh jiwa* adalah mencapai kondisi *manungso tanpo tenger* yang mencakup kesejahteraan psikologis dan spiritual. Kesejahteraan psikologis dalam perspektif *kawruh jiwa* dipahami sebagai suatu kondisi yang bergerak dari *kramadangsa* (non-optimal) menuju *manungso tanpo tenger* (optimal) (Prihartanti et al., 2003). Pada kondisi *manungso tanpo tenger* inilah seseorang akan merasakan kepuasan sejati dan mencapai kesejahteraan psikologis dan spiritual. Pelupessy (2021) menyatakan bahwa *manungso tanpo tenger* adalah kondisi seseorang mampu mengelola perasaan dirinya, memilah, melepaskan *kramadangsa* diri sendiri, dan memahami *kramadangsa* orang lain.

Manusia harus melalui empat dimensi atau tahapan untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang ditandai dengan *manungso tanpo tenger* (Suryomentaram, 1993). Pertama, dimensi I juru catat (fungsional fisik), yaitu manusia mempersepsi realitas melalui panca indera lalu menghasilkan catatan-catatan sebagai hasil dari persepsi terhadap dunia sekitar. Kedua, dimensi II kumpulan catatan (fungsional emosi), yaitu manusia mengaitkan catatan (pengalaman) dengan emosi. Pada tahap ini, catatan-catatan yang diperoleh diolah dan direnungkan sehingga menghasilkan *raos* (perasaan) dan *karep* (keinginan). Ketiga, dimensi III *si tukang pikir* (kesadaran intelektual), yaitu proses mempertimbangkan secara rasional keinginan yang muncul dari kumpulan catatan tersebut, baik untuk kepuasan *kramadangsa* (egoistik) maupun untuk tujuan *mawas diri* (altruistik). Keempat, dimensi *manungso tanpo tenger* (kesadaran intuitif), yaitu keberhasilan dalam melakukan *mawas diri* dan mencapai kesejahteraan psikologis.

Kesejahteraan psikologis berdasarkan *kawruh jiwa* terletak pada keberhasilan upaya rasionalisasi (*mawas diri*) terhadap *catatan* dan *karep* (keinginan) yang muncul di dimensi III (*si tukang pikir*) (Prihartanti, 2019). Keberhasilan memenuhi *karep* akan mendatangkan perasaan *bungah* (senang), sementara kegagalan memenuhi *karep* akan mendatangkan perasaan *susah* (sedih). Proses *mawas diri* untuk mencapai kesejahteraan psikologis terletak pada kemampuan seseorang untuk paham bahwa *susah* dan *bungah* hanyalah bersifat *mulur mungkret* (mengembang mengempis) sehingga seseorang tetap mampu melihat sisi positif dari realita dan mendapatkan kesejahteraan.

Meskipun sudah ada banyak penelitian terkait kesejahteraan psikologis pengasuh anggota keluarga ODGJ di Indonesia, penelitian yang menggunakan pendekatan psikologi *indigenous* masih jarang digunakan. Berbagai penelitian terdahulu seperti penelitian menggunakan pendekatan teori Barat saat mengulas kesejahteraan psikologis pengasuh anggota keluarga ODGJ (Maulidah & Cholilah, 2023; Qudwatunnisa et al., 2018; Ramadhan et al., 2024). Pendekatan *indigenous* penting untuk dilakukan karena adanya keterkaitan erat antara kesejahteraan psikologis dengan latar belakang sosiokultural seseorang (VanderWeele et al., 2020). Lebih lanjut, VanderWeele et al. (2020) menyatakan bahwa penelitian tentang kesejahteraan psikologis yang mengabaikan keunikan sosiokultural seseorang berisiko menimbulkan bias dan kehilangan elemen penting yang khas dari budaya tersebut. Keunikan budaya, nilai, dan hubungan sosial dalam keluarga dengan ODGJ memerlukan pendekatan *indigenous* untuk pemahaman yang komprehensif (Primadasa et al., 2024).

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika kesejahteraan psikologis pengasuh anggota keluarga ODGJ melalui perspektif *kawruh jiwa*. Oleh karena itu, pertanyaan penelitian yang diajukan yaitu ‘Bagaimana dinamika kesejahteraan psikologis pengasuh anggota keluarga ODGJ berdasarkan perspektif *kawruh jiwa*?’. Penelitian ini penting karena kesejahteraan psikologis pengasuh anggota keluarga ODGJ perlu mendapat perhatian, mengingat berbagai tantangan yang mereka hadapi. Dengan menggunakan perspektif *kawruh jiwa* sebagai pendekatan *indigenous*, penelitian ini bertujuan mengungkap dinamika kesejahteraan psikologis yang sesuai dengan konteks sosiokultural.

METODE

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami dinamika kesejahteraan psikologis pengasuh anggota keluarga ODGJ berdasarkan perspektif *kawruh jiwa*. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria partisipan dalam penelitian ini, yaitu: (1) merupakan anggota keluarga dari ODGJ; (2) merupakan pengasuh utama; (3) suku Jawa; dan (4) menyetujui untuk menjadi partisipan. Proses rekrutmen partisipan

dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan relawan program Desa Sehat Jiwa di Sukoharjo, Jawa Tengah dengan menggunakan data Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) untuk mengidentifikasi calon partisipan yang memenuhi kriteria penelitian. Jumlah partisipan yang telah memenuhi kriteria sebanyak tiga orang.

Pengumpulan data dengan teknik wawancara mendalam semi-terstruktur dengan pertanyaan terbuka (*open-ended*) dengan pertanyaan utama sebagai berikut: (1) Apa makna kesejahteraan bagi Anda selama mengasuh?; (2) Menurut Anda, apa yang membuat anda kurang sejahtera selama mengasuh?; dan (3) Bagaimana upaya Anda mencapai sejahtera?. Pertanyaan probing juga dilakukan untuk lebih menggali makna dan esensi ungkapan partisipan secara mendalam. Sebelum proses wawancara, lembar kesediaan partisipan disampaikan kepada partisipan berupa kesediaan berpartisipasi, tujuan dan durasi wawancara, kerahasiaan identitas dan data, serta hak untuk menolak pertanyaan sensitif atau menarik diri. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari semua partisipan. Pengumpulan data dilakukan secara tatap muka di rumah partisipan dengan durasi 45-60 menit berdasarkan kesepakatan bersama. Pengumpulan data dilakukan selama bulan Mei 2023. Proses wawancara direkam dan dilakukan transkrip dalam bentuk verbatim.

Analisis data dilakukan dengan analisis tematik. Creswell dan Creswell (2017) memaparkan proses analisis data kualitatif sebagai berikut (1) organisasi dan persiapan data; (2) membaca seluruh data; (3) pengkodean data; (4) menghasilkan deskripsi dan tema; dan (5) representasi deskripsi dan tema. Kredibilitas pada penelitian ini menggunakan teknik *member-checking* dan triangulasi peneliti. *Member-checking* adalah teknik mengirim kembali hasil data kepada partisipan untuk menangkap suara mereka, merefleksikan pengalaman, dan memberikan umpan balik jika ada ketidaksesuaian (Candela, 2019; Korstjens & Moser, 2018). Triangulasi peneliti melibatkan lebih dari satu peneliti untuk mengumpulkan, menganalisis, dan memverifikasi data secara bersama-sama untuk meningkatkan validitas hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data wawancara diperoleh dari tiga partisipan yang telah sesuai dengan kriteria partisipan. Karakteristik partisipan dapat dilihat lebih lanjut pada Tabel 1 sebagai berikut

Tabel 1.
Karakteristik Partisipan

No	Partisipan (Label)	Jenis Kelamin	Usia	Hubungan dengan ODGJ	Lama Mengurus ODGJ	Status Pernikahan	Pekerjaan
1.	Partisipan 1	Perempuan	70	Ibu	20 tahun	Janda	Penjual Mainan
2.	Partisipan 2	Perempuan	50	Istri	21 tahun	Menikah	Penjual Sayur
3.	Partisipan 3	Perempuan	58	Kakak Ipar	20 tahun	Menikah	Penjual Ayam

Ketiga partisipan dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia 50-70 tahun dan telah mengasuh anggota keluarga ODGJ selama 20-21 tahun. Partisipan 1 berperan sebagai ibu, Partisipan 2 sebagai istri, dan Partisipan 3 sebagai kakak ipar. Partisipan 1 berstatus janda, sementara Partisipan 2 dan 3 berstatus menikah. Ketiga partisipan berasal dari latar belakang ekonomi menengah ke bawah dan bekerja sebagai penjual dengan barang dagangan yang berbeda.

Tema 1. Memaknai Kesejahteraan

Tema ini mengungkap lima subtema yang menjadi makna kesejahteraan psikologis bagi ketiga partisipan selama mengasuh anggota keluarga ODGJ, yaitu: (1) memiliki anak yang baik; (2) kecukupan finansial; dan (3) dukungan keluarga.

Memiliki anak yang baik. Ketiga partisipan memaknai kesejahteraan dalam bentuk memiliki anak yang taat dan suka membantu mereka. Ketiga partisipan merasa bahwa anak-anak mereka merupakan sumber hiburan dan kesenangan selama mengasuh ODGJ.

“Ya apa ya anak anak saya yang bantu itu yang menghibur yang anu cerita ini ini ngandani gini gini, gitu. Anak mbarep mantu itu. Mengarah-ngarahkan. Ya sampai di akhirat kan nanti anak anak yang mendoakan to orang tua itu, mendoakan orang tua tu anak semoga doa doanya sampai di surga bisa kumpul lagi.” (W.P1)

“Anake mboten nakal nakal ngoten niku wes sejahtera ... dadine kan anu wes krungu cita cita anake ngoten niku mpun seneng.” (W.P2)

“Anak saya alhamdulillah kerjanya di bank dadine yo rada esoh bantu gitu. Jadine anak saya kemaren bantu biaya SMP, SMA, kuliah hee. Tapi ini udah kerja semua.” (W.P3)

Partisipan 1 memaknai kesejahteraan sebagai memiliki anak yang akan mendoakan orang tua di akhirat. Bagi Partisipan 2, memiliki anak berperilaku dan cita-cita yang baik juga merupakan makna kesejahteraan psikologis. Berikutnya, Partisipan 3 melihat keberhasilan anaknya bekerja dan membantu orang tua sebagai kesejahteraan. Hasil ini sejalan dengan karakteristik ketiga partisipan yang semuanya telah atau masih menikah dan memiliki anak.

Kecukupan finansial. Kesejahteraan dimaknai ketiga partisipan sebagai kondisi finansial yang tercukupi sehingga mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari. Mengacu pada latar ekonomi menengah kebawah, ketiga partisipan memaknai rasa kesejahteraan dengan mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari untuk keluarga, membayar hutang, dan mampu bekerja.

“Wong sedikit sedikit wes pokoke anu itu dapat sepuluh dua puluh kan ya bisa beli apa, beras buat masak ya sak-sake gitu lho. Soalnya alhamdulillah sangkan paran alhamdulillah banyak, trus kula nggih ngoten, kula nggih alhamdulillah pinjaman maap tepat waktu nggih jek dipercoyo kula ngoten dadike duwe jangka umpamane tak ambil tiga tahun.” (W.P1)

“Biarpun dodolan tapi urip ora kekurangan, bahagia yo jajan jajan lungo lungo ngoten nggih Mas. Kula mikire ngeten og, selagi aku masih punya kebutuhan yo paling jajan jajan ntok sekeluarga pulang tu dah bahagia kalau gur pergi pergi

setahun dua kali niku pergi.” (W.P2)

“Ekonomi alhamdulillah ya tercukupi. Saya golek, pak e yo golek, anak e yo kerja semua. Jadine kan yo ayem, padane iki kurang kan malah njaluk anake.” (W.P3)

Partisipan 1 memandang kesejahteraan dalam bentuk mampu mencukupi kebutuhan sehari-hari dan membayar hutang tepat waktu. Sementara itu, Partisipan 2 memandang kemampuan berbelanja dan rekreasi sebagai makna kesejahteraan. Partisipan 3 memaknai kesejahteraan dalam bentuk mampu bekerja untuk memenuhi kebutuhan.

Dukungan keluarga. Ketiga partisipan memaknai kesejahteraan selama mengasuh anggota keluarga ODGJ dengan memiliki keluarga yang memberi dukungan dalam memenuhi kebutuhan.

“Ada yang bantu bantu adik adik saya kirim kirim apa ra ketang panganan-panganan opo gitu.” (W.P1)

“Kalau sekarang kan ini ya keluarganya ini persatuannya baik Mas, kalau nggak baik mana mungkin mau urunan obat itu. Obat itu anu lho Mas satu kotak e isine lima papat itu dua setengah itu urunan sedulure sing dadi pegawai pegawai.” (W.P2)

“Ya masalahe sedulure i gur sini Mbak, sini sama belakang itu, tapi kan sudah meninggal jadine yo saya tok. Tapi kan yo penak jadine gur ngawasi sepintas tok. Dulu ya sama mbak saya ya, tapi terus meninggal, terus ta sopo meneh la saya yoan, sedulure urunan nggo hidup e mbak e.” (W.P3)

Partisipan 1 memaknai kesejahteraan sebagai kesatuan keluarga yang saling mendukung dalam memenuhi kebutuhan seperti. Sementara itu, Partisipan 2 memenuhi obat-obatan untuk ODGJ. Partisipan 3 seperti memandang bantuan finansial yang diberikan keluarga sebagai bentuk kesejahteraan.

Tema 2. Hambatan Mencapai Kesejahteraan

Ketiga partisipan menyebutkan beberapa hal yang menjadi hambatan bagi mereka untuk mencapai kesejahteraan selama mengasuh anggota keluarga ODGJ dalam tiga subtema, yaitu: (1) perilaku ODGJ yang menyulitkan; (2) keterbatasan finansial; dan (3) permasalahan dengan tetangga.

Perilaku ODGJ yang menyulitkan. Ketiga partisipan mengungkapkan bahwa kesejahteraan mereka terhambat karena beberapa perilaku menyulitkan yang dilakukan anggota keluarga ODGJ selama dirawat di rumah.

“Awalnya ya gitu tadi ngamuk-ngamuk gitu. Dulu itu pergi trus jajan-jajan di mana nggak bayar.” (W.P1)

“Niku to bojone ijek mendem ngoten malah nggrantes Mas. Yen kuwi emang ngoten kan emang dia punya kekurangan. Nggih ngoten niku wes detik-detik barang opo ra nganggo rusak kula nggih ngoten.” (W.P2)

“Sek dewe yo risih Mbak, kuping e risih, nek kono ngomel-ngomel, terus opo-opo dikepruki sek dewe.” (W.P3)

Partisipan 1 menyebutkan anggota keluarga ODGJ mengamuk dan tidak membayar saat makan di warung. Partisipan 2 menghadapi anggota keluarga ODGJ yang mabuk dan suka melempar barang. Sementara itu, anggota keluarga ODGJ yang dirawat oleh Partisipan 3 selalu mengomel dan memukul. Semua partisipan juga menyebutkan bahwa ODGJ yang dirawat sering mengamuk sehingga membuat mereka terhambat mencapai kesejahteraan.

Keterbatasan finansial. Ketiga partisipan menyatakan keterbatasan kondisi finansial mereka sebagai hal yang menghambat kesejahteraan selama mengasuh anggota keluarga ODGJ.

“Dulu nggak berobat itu yo wes, mung nggak punya uang nggak berobat yo wes, karepe ben dee anu pit-pitan kemana-mana jajan-jajan gitu, ning nggak bayar. Pengen yang tercukupi semuanya gitu to ketoke, punya apa apa punya mobil punya apa apa punya.” (W.P1)

“Ya serba sulit ya Mas, tapi kesulitan yo harta gitu. Yo ora tapi kan aku anu Mas, umpama kesulitan kula dodolan, terus kula umpamane dodolan entek, kula utang bank.” (W.P2)

“Tidak sejahtera yo kalau ra nde det Mba. Ya dulu tu sebulan pulang, dua bulan pulang, yen pulang yo bawa uang banyak nggo nukokne anak-anake itu pakaian, pit.” (W.P3)

Ketiga partisipan mengungkap hal yang menghambat kesejahteraan ketika tidak mampu memenuhi kebutuhan pokok sehari-hari yang berbeda karena kekurangan finansial. Partisipan 1 tidak mampu membeli obat untuk ODGJ ketika tidak memiliki uang. Sementara itu, Partisipan 2 merasa kurang sejahtera ketika harus berhutang di bank untuk berjualan. Partisipan 3 merasa tidak sejahtera ketika tidak punya uang untuk membelikan pakaian anaknya.

Permasalahan dengan tetangga. Bagi ketiga partisipan, tetangga yang bersikap negatif merupakan hal yang menghambat kesejahteraan selama mengurus anggota keluarga ODGJ.

“Anak-anak kecil ngeceni, anak kecil kan yo belum tahu, ning nek sing orang dewasa dewe dah tahu maklum. Cuma ya mas e gitu nggak apa-apa, baik semua.” (W.P1)

“Sing ra seneng ngelok-ngelokke ngoten niku kula nggih nangis. Yen krungu sing menyedihkan ngoten niku, nggih yen ra seneng nadane ben kula nggih nangis. Kula nggih ngantek nangis mosok Bu RT ngeten ‘Oh bojo kok ngono, dadi bojone kok betah-betah e ngeram’ dingetenke.” (W.P2)

“Ya kalo tetangga sih sudah maklum kalo bengak bengok gitu yaudah ga digagas gitu lo ... iya keras, la yo itu bagus e ga ngerusuhin tonggo gitu ya malah ra penak.” (W.P3)

Ketiga partisipan mendapatkan perlakuan negatif yang berbeda dari lingkungan sekitarnya. Partisipan 1 merasa sedih karena anak-anak tetangganya mengejek anaknya yang mengalami gangguan jiwa. Sementara itu, tetangga Partisipan 2 mengejek partisipan secara langsung. Sementara itu, Partisipan 3 merasa malu pada tetangga karena ODGJ yang dirawat sering berteriak pada tetangga meski tetangganya telah memaklumi.

Tema 3. Upaya Mencapai Kesejahteraan

Ketiga partisipan telah melakukan beberapa upaya untuk mencapai kesejahteraan sebagai respon terhadap hambatan yang dialami selama mengasuh anggota keluarga ODGJ, yaitu: (1) berserah diri pada Tuhan; (2) meningkatkan ibadah, dan (3) refleksi diri.

Berserah diri pada Tuhan. Ketiga partisipan berusaha mencapai kesejahteraan berkaitan erat dengan mempercayai Tuhan dan janji-janjinya selama mengasuh anggota keluarga ODGJ.

“Ya jauh dulu kan itu mikir anu, terus mikir paribasan dunia. Kepengen gini-gini kan sekarang enggak. Akhirat, jatuhnya ini sing penting waras sehat itu dah terima. Allah ki belum ngasihi terbaik ngono yo sudah, sudah terima, itu kan hatinya terus adem” (W.P1)

“Tapi saya nggak pernah dapat bantuan apa-apa. Malah sing sugeh sugeh niku malah angsal. Tapi aku yo oh ndak papa, alah rezeki soko Gusti Allah kula ngoten, harus bisa maklumi gitu itu semakin aku sabar, semakin anu Mas, kayak e semakin sembuh.” (W.P2)

“Akhir-akhir niki pun mboten enten bayangan nopo-nopo niku, mung mugo-mugo yen esoh kan Gusti Allah ndang paringi tamba senjata e sui koyo opo, yen pancen takdire gusti Allah ubah gampang mawon” (W.P3)

Partisipan 1 bersikap menerima dan merasa tenang meski belum mendapatkan yang terbaik dari Tuhan dengan fokus lebih pada akhirat daripada urusan duniawi. Partisipan 2 mampu terus bersabar menghadapi masalah finansial karena meyakini Tuhan sebagai pengatur rezeki. Sementara itu, Partisipan 3 mampu mengurangi rasa khawatir karena yakin takdirnya di tangan Tuhan.

Meningkatkan ibadah. Selain berserah diri pada Tuhan, Partisipan 1 dan 2 berusaha meningkatkan ibadah mereka sebagai upaya mencapai kesejahteraan selama mengasuh anggota keluarga ODGJ.

“Ada, target itu. Puasa itu ya tiga juz, ning kalau ini satu juz, paling minim satu juz. Alhamdulillah masih tua-tua tapi saya pada lihat Mas e remeng gitu lho Mas. Ning baca Qur'an masih jelas.” (W.P1)

“Ya umpamane semakin tua semakin ngibadahe apik. Ya sekarang kan anu ngaji ngoten niku kan yo mung ngaji ngoten niku kan dapat penceramah, hidup ini memang sudah diatur mas.” (W.P2)

Kedua partisipan memfokuskan diri untuk meningkatkan ibadah-ibadah yang mudah

dilakukan sesuai kondisi fisik mereka. Partisipan 1 berusaha untuk berpuasa dan mengaji minimal 1 juz tiap hari. Sementara itu, Partisipan 2 tidak hanya mengaji, melainkan juga mengikuti ceramah.

Refleksi diri. Ketiga partisipan juga mengungkapkan upaya untuk merefleksikan sikap dan kondisi dirinya sendiri selama mengurus anggota keluarga ODGJ. Ketiga partisipan berusaha melakukan refleksi diri untuk memunculkan perasaan positif.

“Saya orangnya pokoknya saya anu Mas terima lah, menerima anaknya nggak ada apa apa. Nerima carane Jawa nerima opo-opo ing pandum, menerima apa apa yang udah terjadi. Sampai ini itu penting kita berusaha berusaha, berusaha berdoa terus.” (W.P1)

“Sini harus bisa maklumi gitu itu semakin aku sabar semakin anu Mas kayake semakin sembuh. Lha kan semakin menyadari terus kula mikir piyambak, anu orang itu butuh kesabaran lebih untuk kan yen kula sambat terus ra duwe duit ngoten niku deke pusing.” (W.P2)

“Positif e yo opo ya Mbak, oh ya lebih sabar ae Mbak. Lebih sabar gitu ngurus mbak e. Sabar momong anak bojo. Padane enek masalah sitik langsung diatasi, ga berlarut-larut gitu penak.” (W.P3)

Partisipan 1 berupaya melakukan refleksi diri agar dapat memunculkan rasa penerimaan terhadap hasil dari usaha yang sudah dilakukan, Sementara itu, Partisipan 2 dan 3 memfokuskan refleksi diri dalam bentuk sabar menghadapi permasalahan yang muncul selama merawat anggota keluarga ODGJ

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami dinamika kesejahteraan psikologis pengasuh anggota keluarga ODGJ berdasarkan perspektif *kawruh jiwa*. Dinamika psikologis dalam *kawruh jiwa* terletak di dimensi III (*si tukang pikir*) (Atmosutidjo, 2012). Pada dimensi ini, seseorang akan melalui proses yang dinamakan *mawas diri* untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis di dimensi IV (*manungso tanpo tenger*). *Mawas diri* mengacu pada proses rasionalisasi hasil dari dimensi II (*kumpulan catatan*) berupa *raos* (perasaan) dan *karep* (keinginan) terhadap realita yang sedang dihadapi. Dengan kata lain, seseorang yang berhasil melakukan *mawas diri* akan dapat menyesuaikan keinginannya dengan realita yang dihadapi menjadi *mulur mungkret* (fleksibel). Semua orang memiliki *karep* yang bersifat *kramadangsa* (egoistik) yang bersifat *susah-bungah* (bahagia jika terpenuhi dan merasa susah jika tidak terpenuhi). Pada dimensi III ini, keberhasilan *mawas diri* membantu seseorang menyesuaikan *karep* dengan realita sehingga tetap merasa bahagia meskipun realita tidak sesuai harapan, hal ini sekaligus mendukung tercapainya kesejahteraan psikologis secara menyeluruh.

Karep (keinginan) terbentuk dalam dimensi II (dimensi *kumpulan catatan*), atau yang disebut fungsional emosi, yaitu seseorang mengaitkan sekelompok pengalaman dengan emosi tertentu. Pada dimensi II ini, catatan-catatan dikumpulkan untuk direnungkan sehingga terbentuk berbagai *raos* (rasa) dan *karep* (keinginan) yang melekat pada realita yang ditangkap panca indera tersebut. Ketiga partisipan memaknai kesejahteraan psikologis sebagai berikut: (1) memiliki anak yang baik dan keluarga yang mendukung (*catatan keluarga*); dan (2) kecukupan finansial (*catatan semat*). Pemaknaan tersebut merupakan bentuk *karep* yang

dimiliki ketiga partisipan selama mengasuh ODGJ.

Prihartanti (2019) menyebutkan bahwa *kawruh jiwa* tidak hanya berfokus pada kesejahteraan pribadi, tetapi kesejahteraan psikologis dan spiritual yang hanya bisa diraih melalui pertumbuhan sikap altruistik dalam berhubungan dengan orang lain. Berdasarkan dimensi II (*kumpulan catatan*) (Suryomentaram, 1993), *raos* (perasaan) terhadap catatan keluarga merupakan faktor yang penting bagi kebahagiaan seseorang. Atmosutidjo (2012) menyebutkan bahwa keluarga merupakan aspek penting bagi kehidupan masyarakat Jawa. Keluarga dianggap memiliki peranan penting dalam hidup sehingga muncul *karep* (keinginan) untuk memiliki keluarga yang bahagia, baik, terhormat, dan dipuji. Suryomentaram (1993) menyebutkan bahwa ketentraman dapat diperoleh dari keluarga jika terjadi saling pengertian baik terhadap diri sendiri maupun sesama. Hasil wawancara ketiga partisipan yang memaknai kesejahteraan dengan memiliki anak yang baik dan keluarga yang mendukung mencerminkan pentingnya catatan keluarga bagi mereka. Suprayitno et al. (2018) menunjukkan adanya nilai filosofi sosial pada gotong royong sebagai jalan tercapainya tercapainya kedamaian dan kerukunan bagi masyarakat Jawa. Menurut Setyawan dan Nuro'in (2021), tradisi gotong royong ini penting pada masyarakat Jawa karena fungsinya sebagai penguat tali persaudaraan untuk menciptakan kehidupan sosial yang lebih baik.

Ketiga partisipan memaknai kesejahteraan dengan ketercukupan finansial (*catatan semat*). Suryomentaram (1993) mengatakan *catatan semat* dengan pemaknaan akan kegunaan atau kebermanfaatannya dari harta atau finansial yang dimiliki. Sesuai dengan pandangan Prihartanti (2019), hasil wawancara ketiga partisipan yang memaknai kesejahteraan sebagai ketercukupan finansial dalam bentuk mampu memenuhi kebutuhan keluarga mereka sehari-hari.

Hasil wawancara menunjukkan adanya beberapa catatan atau kondisi realita yang dianggap ketiga partisipan sebagai hambatan dalam mencapai kesejahteraan psikologis selama merawat anggota keluarga ODGJ, yaitu: (1) perilaku ODGJ yang menyulitkan; (2) keterbatasan finansial; dan (3) permasalahan dengan tetangga. Perspektif *kawruh jiwa* menjelaskan bahwa pemaknaan hambatan ini berasal dari kesulitan ketiga partisipan dalam melakukan *mawas diri* antara *karep* (keinginan) mereka dengan *catatan* (realita) mereka di dimensi III atau dimensi *si tukang pikir* (kesadaran intelektual).

Anggota keluarga ODGJ yang diasuh oleh ketiga partisipan menunjukkan perilaku menyulitkan dapat menghambat mereka dalam mencapai kesejahteraan. Widiharto (2022) menyebutkan bahwa kegagalan dalam *mawas diri* antara *karep* (keinginan) dengan realita catatan keluarga akan memunculkan perasaan tidak sejahtera karena ketidakmampuan untuk menerima kenyataan yang tidak sesuai dengan keinginan. Kondisi tersebut dapat dilihat pada hasil wawancara ketiga partisipan merasa kesulitan karena perilaku-perilaku anggota keluarga ODGJ seperti mengamuk dan mengganggu lingkungan sekitar.

Ketiga partisipan juga mengungkapkan bahwa keterbatasan finansial yang mereka hadapi merupakan tantangan dalam mencapai kesejahteraan selama mengasuh anggota keluarga ODGJ. Menurut Zharifa et al. (2023), keberhasilan dalam proses *mawas diri* membantu mengarahkan *karep catatan semat* (keinginan terkait harta) agar sesuai dengan kebutuhan dan mampu menyesuaikan *karep* (keinginan) saat keinginan material tidak terpenuhi sehingga menghasilkan rasa syukur. Sebaliknya, kegagalan dalam proses *mawas diri* akan mengarah pada keinginan untuk memuaskan keinginan *kramadangsa* (egoistik) yang menimbulkan rasa *susah* (sedih) jika tidak terpenuhi. Kondisi tersebut dirasakan oleh ketiga partisipan yang mengaitkan hambatan mencapai kesejahteraan karena keterbatasan finansial sehingga tidak bisa membeli barang-barang yang diinginkan seperti mobil (Partisipan 1), belanjaan dan rekreasi (Partisipan 2), dan

pakaian untuk anak (Partisipan 3).

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa memiliki masalah dengan tetangga merupakan hambatan lain dalam mencapai kesejahteraan selama mengurus anggota keluarga ODGJ. Partisipan 1 dan 2 mendapatkan perlakuan negatif berupa ejekan dari tetangga selama merawat ODGJ, sementara Partisipan 3 merasa malu dengan tetangga karena perilaku ODGJ. Atmosutidjo (2012), mengemukakan bahwa kebahagiaan yang sebenarnya dalam *kawruh jiwa* adalah bahagia bersama dalam *guyub* atau hidup sosial yang rukun, tentram, damai, dan bahagia bersama. *Guyub* berasal dari keberhasilan dalam pengertian diri sendiri, orang lain, dan lingkungan tanpa memaksakan *karep* (keinginan) pribadi. Jika *karep* pribadi dipaksakan, akan muncul rasa angkuh dan keinginan untuk menang sendiri yang akan menimbulkan kesusahan jika tidak terpenuhi. Kondisi ini dirasakan oleh ketiga partisipan yang mengungkapkan kurangnya *guyub* dengan tetangga mereka sehingga menghambat kesejahteraan.

Kesulitan ketiga partisipan dalam melakukan *mawas diri* pada *catatan semat* dan *catatan keluarga* dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman sehingga mereka melakukan beberapa upaya untuk mencapai kesejahteraan secara internal. *Kawruh jiwa* menekankan bahwa kondisi jiwa yang sejahtera berasal dari ketentraman batin yang diperoleh dengan cara memahami diri sendiri dan melepaskan *kramadangsa* (egoistik) yang mengikat emosi berlebihan. Proses tersebut terjadi pada dimensi III (*si tukang pikir*). Gambaran pendekatan ini sesuai dengan upaya-upaya yang telah dilakukan ketiga partisipan untuk mencapai kesejahteraan selama menghadapi realita yang tidak sesuai dengan *karep* (keinginan) selama mengurus anggota keluarga ODGJ. Berdasarkan hasil wawancara, ketiga partisipan berupaya mencapai kesejahteraan melalui upaya-upaya internal yang mengarah pada nilai-nilai religiusitas berupa refleksi diri, berserah pada Tuhan, dan meningkatkan ibadah. Berdasarkan perspektif *kawruh jiwa*, *catatan kebatinan* (keimanan) dikaitkan dengan kemampuan seseorang untuk pasrah pada kehendak Tuhan dan melepaskan diri dari keinginan duniawi. Kemampuan ini adalah salah satu indikator seseorang dalam mencapai kebahagiaan (Saputro, 2012).

Keberhasilan dalam melakukan *mawas diri* terhadap catatan kebatinan akan mengarah pada pandangan positif terhadap realita yang dihadapi sebagai takdir terbaik Tuhan, dan keyakinan akan bantuan dan imbalan yang dijanjikan oleh Tuhan sehingga muncul perasaan lega dan tenang dalam menghadapi kehidupan (Waringah, 2015). Sebaliknya, kegagalan *mawas diri* terhadap catatan kebatinan akan mengarah pada persepsi takdir yang sempit sehingga memunculkan perasaan takut dan putus asa terhadap masa depan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa upaya meningkatkan kesejahteraan melalui *mawas diri* terhadap catatan kebatinan ini memberikan dampak positif bagi ketiga partisipan berupa ketenangan, meningkatkan kesabaran, penerimaan, dan mengurangi rasa khawatir selama merawat anggota keluarga ODGJ.

Pemaknaan dan hambatan kesejahteraan psikologis yang diungkapkan oleh ketiga partisipan tidak hanya sejalan dengan perspektif *kawruh jiwa*, tetapi juga sesuai dengan penelitian terdahulu. Hasil penelitian kuantitatif di negara Jepang, Amerika, Spanyol, Tunisia menunjukkan bahwa dimensi hubungan interpersonal baik dari keluarga maupun anak yang positif merupakan salah satu dimensi yang paling mempengaruhi kesejahteraan psikologis (Bahri, 2023; Karasawa et al., 2011; Matud et al., 2019). Selain itu, penelitian di negara Spanyol dan Amerika menunjukkan bahwa kondisi ekonomi berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis (Navarro-Carrillo et al., 2020; Wanberg et al., 2020). Temuan ini juga sejalan dengan hasil penelitian di Polandia dan Iran yang menunjukkan bahwa spiritualitas berperan terhadap kesejahteraan psikologis (Bożek et al., 2020; Khashab et al., 2015). Pemahaman kesejahteraan psikologis melalui perspektif *kawruh jiwa* yang dialami partisipan menunjukkan keselarasan

dengan temuan dalam penelitian di berbagai negara.

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika kesejahteraan psikologis terdapat pada keluarga pengasuh anggota keluarga ODGJ melalui perspektif *kawruh jiwa*. Penelitian ini mengemukakan tiga tema dalam memahami kesejahteraan psikologis pengurus ODGJ, yaitu: (1) memaknai kesejahteraan; (2) hambatan kesejahteraan; dan (3) upaya mencapai kesejahteraan. Dinamika ketiga tema ini bermula dari dimensi II (*kumpulan catatan*) di mana ketiga partisipan memunculkan *karep* (keinginan) atas *catatan* (realita) kehidupan mereka selama mengurus anggota keluarga ODGJ yang melandasi pemaknaan kesejahteraan mereka, yaitu: memiliki anak yang baik dan dukungan keluarga (*catatan* keluarga), dan kecukupan finansial (*catatan semat*). Berikutnya, pada dimensi III (*si tukang pikir*), ketiga partisipan dihadapkan oleh *catatan* (realita) yang tidak sesuai dengan *karep* (keinginan) sehingga melewati proses *mawas diri* dalam upaya mencapai kesejahteraan. Kesulitan yang dirasakan ketiga partisipan dalam proses ini memunculkan persepsi adanya hambatan untuk mencapai kesejahteraan bagi mereka, yaitu: (1) perilaku ODGJ yang menyulitkan, (2) keterbatasan finansial, dan (3) masalah dengan tetangga. Ketiga partisipan berupaya mencapai kesejahteraan pada dimensi III dengan melakukan *mawas diri* melalui berserah diri kepada Tuhan, refleksi diri, dan peningkatan ibadah. Penelitian ini memiliki implikasi teoritis bahwa dinamika pemaknaan, hambatan, dan upaya dalam mencapai kesejahteraan psikologis dapat diulas dari perspektif *indigenous* dengan hasil yang sejalan dengan penelitian internasional yang menggunakan pendekatan Barat. Lebih lanjut, implikasi praktis penelitian ini adalah sebagai landasan penyusunan intervensi berbasis *indigenous* yang lebih sesuai dengan budaya pengasuh anggota keluarga ODGJ. Penelitian ini memiliki keterbatasan seperti jumlah partisipan yang terbatas sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi dan fokus pada konteks budaya Jawa yang mungkin tidak mewakili pengalaman budaya lain. Penelitian selanjutnya dapat menambah jumlah partisipan dan mengeksplorasi konteks budaya lain untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif tentang kesejahteraan psikologis dengan perspektif *indigenous*.

DAFTAR PUSTAKA

- Afif, A. (2020). *Psikologi Suryomentaraman*. IRCISOD.
- Atmosutidjo, K. P. (2012). *Kebahagiaan bersama dalam pandangan kawruh jiwa. In Matahari dari mataram: Menyelami spiritualitas jawa rasional Ki Ageng Suryomentaram*. Kepik.
- Atmosutidjo, K. P. (2015). *Ki Ageng Suryomentaram masa pencarian makna hidup, ide dan pemikiran awal. In Handbook: Ilmu kawruh jiwa Suryomentaram, riwayat, dan jalan menuju bahagia*. Dinas Kebudayaan Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Bahri, N. (2023). The psychological well-being of male and female students in Tunisia using the Ryff scales of psychological well-being. *International Journal of Social Science Research and Review*, 6(6), 397–404. <https://doi.org/10.47814/ijssrr.v6i6.1150>
- Bożek, A., Nowak, P. F., & Blukacz, M. (2020). The relationship between spirituality, health-related behavior, and psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01997>
- Candela, A. G. (2019). Exploring the function of member checking. *The qualitative report*, 24(3), 619-628. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2019.3726>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Hayat, F., & Kusuma, A. N. (2021). Faktor dukungan keluarga terhadap pencegahan kekambuhan gangguan jiwa Kecamatan Padarincaang Kabupaten Serang. *IAKMI Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(3), 111–118. <https://doi.org/10.46366/ijkmi.2.3.111-118>
- Hendrawati, Amira, I., Sumarni, N., Rosidin, U., & Maulana, I. (2023). Peran keluarga dalam merawat orang dengan gangguan jiwa: A scoping review. *HJK: Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(7), 575–588. <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i7.12741>
- Hermanns, M., & Smith, B. M. (2012). Caregiving: A qualitative concept analysis. *The Qualitative Report*, 17, 1–18. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2012.1727>
- Jayanti, D. M. A. D., Ekawati, N. L. P., & Mirayanti, N. K. A. (2021). Psikoedukasi keluarga mampu merubah peran keluarga sebagai caregiver pada pasien skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 16(1), 1. <https://doi.org/10.26630/jkep.v16i1.1884>
- Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.). (1999). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. Russell Sage Foundation.
- Karasawa, M., Curhan, K. B., Markus, H. R., Kitayama, S. S., Love, G. D., Radler, B. T., & Ryff, C. D. (2011). Cultural perspectives on aging and well-being: A comparison of Japan and the United States. *The International Journal of Aging and Human Development*, 73(1), 73–98. <https://doi.org/10.2190/AG.73.1.d>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023, Oktober 12). Menjaga kesehatan mental para penerus bangsa. Sehat Negeriku. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20231012/3644025/menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa/>
- Khashab, A. S., Khashab, A. M., Mohammadi, M. R., Zarabipour, H., & Malekpour, V. (2015). Predicting dimensions of psychological well being based on religious orientations and spirituality: an investigation into a causal model. *Iran Journal Psychiatry*, 10(1), 50–55. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26005481/>
- Korstjens, I., & Moser, A. (2018). Series: Practical guidance to qualitative research. Part 4: Trustworthiness and publishing. *European Journal of General Practice*, 24(1), 120-124. <https://doi.org/10.1080/13814788.2017.1375092>
- Listiana, I., Veri, V., Pratiwi, R. D., Yanti, R., Aulia, A. N., Deastuti, D. T., Rosyadah, S. N., Maulana, M. A., & Tania, M. (2023). Pemeriksaan dini penyakit tidak menular dan skrining orang dengan gangguan kejiwaan. *JAM: Jurnal Abdi Masyarakat*, 4(1), 117–124. <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/JAM/article/view/595>
- Liu, Z., Heffernan, C., & Tan, J. (2020). Caregiver burden: A concept analysis. *International Journal of Nursing Sciences*, 7(4), 438–445. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2020.07.012>
- Mane, G., Sulastien, H., & Kuwa, M. K. R. (2022). Gambaran stigma masyarakat pada orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 185. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.185-192>
- Manganelli, L., & Forest, J. (2022). Spending Motives Matter: Using Self-Determination Theory to Explore the Effects of Motives for Spending on Psychological Health. *Trends in Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00201-7>
- Marbun, T. P. K., & Santoso, I. (2021). Pentingnya motivasi keluarga dalam menangani orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 9(3), 1131–1141. <https://doi.org/10.23887/jpku.v9i3.41121>
- Matud, M. P., López-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and psychological well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(19), 3531. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193531>
- Maulidah, L., & Cholilah, I. R. (2024). Psychological well-being keluarga yang memiliki kerabat orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) di Desa Tempursari Kabupaten Lumajang. *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research*, 3(1), 27-40. <https://doi.org/10.12345/psychospiritual.v3i1.18>
- Miñarro, S., Reyes-García, V., Aswani, S., Selim, S., Barrington-Leigh, C. P., & Galbraith, E. D. (2021). Happy without money: Minimally monetized societies can exhibit high subjective well-being. *PLOS ONE*, 16(1), e0244569. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0244569>
- Muliani, N., & Yanti, T. R. (2021). Pengetahuan tentang gangguan jiwa berhubungan

- dengan sikap masyarakat pada penderita gangguan jiwa. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(4), 23–31. <https://doi.org/10.30651/jkm.v6i4.10209>
- Navarro-Carrillo, G., Alonso-Ferres, M., Moya, M., & Valor-Segura, I. (2020). Socioeconomic status and psychological well-being: Revisiting the role of subjective socioeconomic status. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01303>
- Oktaviana, M., & Ratnawati, R. (2022). Faktor yang mempengaruhi keberhasilan pengobatan orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(02), 170–176. <https://doi.org/10.33221/jikm.v11i02.1091>
- Pandjaitan, E. A. A., & Rahmasari, D. (2020). Resiliensi pada caregiver penderita skizofrenia. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(3), 155–166. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/36327>
- Pelupessy, M. K. R. (2021). Karakteristik kepribadian Nusantara dan relevansinya mengatasi perilaku negatif. *Dialog*, 44(2), 166–177. <https://doi.org/10.47655/dialog.v44i2.460>
- Prihartanti, N. (2019). *Kepribadian lintas indigenous lintas budaya*. Muhammadiyah University Press.
- Prihartanti, N., Suryabrata, S., Prawitasari, J. E., & Wibisana, K. (2003). Kualitas kepribadian ditinjau dari konsep rasa Suryomentaram dalam perspektif psikologi. *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 18(3), 229–247. <https://anima.ubaya.ac.id/index.php?menu=articles&eid=1350456899&actsub=yes&eidsub=1359082440>
- Primadasa, A., As-Syafi'i, H. A., Dewi, I. K., & Prihartanti, N. (2024). Dukungan emosional keluarga terhadap anggota keluarga dengan gangguan jiwa: Psikoedukasi berbasis indigenous. *Social Engagement: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(4), 226-237. <https://doi.org/10.37253/se.v2i4.9855>
- Qudwatunnisa, F., Yamin, A., & Widiarti, E. (2018). Gambaran kesejahteraan psikologis pada family caregiver orang dengan skizofrenia di instalasi rawat jalan GRHA ATMA Bandung. *Nurseline journal*, 3(1), 21-29. <https://doi.org/10.19184/nlj.v3i1.6908>
- Ramadhan, Y. A., Kusumadewi, A., Wondo, A. M. I., Paskahlia, Y. S., Agustina, S. R., Ananda, A. S., & Yuliarta, Z. N. (2024). Gambaran kesejahteraan psikologis pada pengasuh Yayasan Joint Adulam Ministry (JAM) Samarinda. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 2(4), 1791-1803. <https://doi.org/10.60126/maras.v2i4.488>
- Rasmawati, R., Yulis, R., & Hardianti, H. (2019). Studi kasus manajemen beban keluarga dalam merawat anggota keluarga gangguan jiwa repasung. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 10(2), 37. <https://doi.org/10.32382/jmk.v10i2.1323>
- Rinawati, F., & Alimansur, M. (2016). Analisa faktor-faktor penyebab gangguan jiwa menggunakan pendekatan model adaptasi stres Stuart. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 34. <https://doi.org/10.32831/jik.v5i1.112>

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Sanchaya, K. P., Sulistiowati, N. M. D., & Yanti, N. P. E. D. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup orang dengan gangguan jiwa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 1(2), 87. <https://doi.org/10.32584/jikj.v1i2.151>
- Saputro, M. E. (2012). Kawruh Jiwa dalam jagat spiritualitas Jawa. In Matahari dari mataram: Menyelami spiritualitas jawa rasional Ki Ageng Suryomentaram. Kepik.
- Sartana, & Wusana, S. W. (2015). *Mawas diri. In Handbook: Ilmu kawruh jiwa Suryomentaram, riwayat, dan jalan menuju bahagia*. Gosyen Publishing.
- Schulz, R., & Eden, J. (2016). Families caring for an aging American. The National Academies Press. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK396398/>
- Seligman, M. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 13(4), 333–335. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1437466>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- Setyawan, B. W., & Nuro'in, A. S. (2021). Tradisi jimpitan sebagai upaya membangun nilai sosial dan gotong royong masyarakat Jawa. Diwangkara: *Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Dan Budaya*, 1(1), 7–15. <https://jurnal.stkipgriponorogo.ac.id/index.php/DIWANGKARA/article/view/104>
- Sherman, D. W. (2019). A review of the complex role of family caregivers as health team members and second-order patients. *Healthcare*, 7(2), 63. <https://doi.org/10.3390/healthcare7020063>
- Steenfeldt, V. O., Agerup, L. C., Jacobsen, A. H., & Skjodt, U. (2021). Becoming a family caregiver to a person with dementia: A literature review on the needs of family caregivers. *SAGE Open Nursing*, 7, 1–14. <https://doi.org/10.1177/23779608211029073>
- Sugiarto, R. (2015). *Ki Ageng Suryomentaram dari Yogyakarta untuk dunia: Riwayat dan jalan penemuan ilmu kawruh jiwa. In Handbook: Ilmu kawruh jiwa Suryomentaram, riwayat, dan jalan menuju bahagia*. Dinas Kebudayaan Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Suprayitno, E., Rois, S., Harmanto, B., & Iman, N. (2018). Representasi falsafah Jawa dalam cerita rakyat “Eradinya erowonan ir ane.” *Madah: Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 9(2), 231–244. <https://doi.org/10.31503/madah.v9i2.71>

- Suryomentaram, K. A. (1993). *Kawruh jiwa: Wejanganipun Ki Ageng Suryomentaram*. CV. Haji Masagung.
- VanderWeele, T. J., Trudel-Fitzgerald, C., Allin, P., Farrelly, C., Fletcher, G., Frederick, D. E., Hall, J., Helliwell, J. F., Kim, E. S., Lauinger, W. A., Lee, M. T., Lyubomirsky, S., Margolis, S., McNeely, E., Messer, N., Tay, L., Viswanath, V., Węziak-Białowolska, D., & Kubzansky, L. D. (2020). Current recommendations on the selection of measures for well-being. *Preventive Medicine*, 133, 106004. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106004>
- Wanberg, C. R., Csillag, B., Douglass, R. P., Zhou, L., & Pollard, M. S. (2020). Socioeconomic status and well-being during COVID-19: A resource-based examination. *Journal of Applied Psychology*, 105(12), 1382–1396. <https://doi.org/10.1037/apl0000831>
- Waringah, S. (2015). *Kramadangsa dan cara mengenal diri: Catatan-catatan kawruh jiwa pada anak-anak. In Matahari dari mataram: Menyelami spiritualitas jawa rasional Ki Ageng Suryomentaram*. Dinas Kebudayaan Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Widiharto, C. A. (2022). Reduksi bullying di sekolah dengan konsep karep Suryomentaram. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(2), 1–12. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i2.60834>
- Widyarini, N. (2008). Kawruh jiwa Suryomentaram: Konsep emik atau etik? *Buletin Psikologi*, 16(1), 46–57. <https://doi.org/10.22146/bpsi.7496>
- Zharifa, F. S., Magistravia, E. G. R., Febrianti, R. A., Jati, R. P. K. A., & Maharani, S. D. (2023). Dynamics of quarter life crisis in the perspective of kawruh jiwa Ki Ageng Suryomentaram. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 6(3), 328–336. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JFI/article/view/52079>