

## BAB V

### KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Gambaran Dukungan Keluarga Kepada Keluarga Dokter Dengan Gangguan Mental Bipolar”, kedua subyek telah melakukan tugas fungsi keperawatan keluarga dengan cara memberikan bentuk-bentuk perilaku dukungan keluarga untuk anggota keluarga yang membutuhkan. Bentuk-bentuk perilaku dukungan keluarga tersebut merupakan hasil dari empat jenis dukungan sosial yang dilakukan oleh keluarga yang diteliti dengan indikator-indikator tertentu pada setiap jenisnya dan dua dukungan keluarga lainnya yang tidak terdapat pada fokus penelitian namu dilakukan oleh subyek AT sebagai adik dari dokter dengan gangguan mental bipolar.

Empat jenis dukungan keluarga tersebut adalah dukungan emosional dengan indikator empati, perhatian-kepedulian, dan kasih sayang, dukungan instrumental yang diteliti melalui indikator pemberian finansial dan jasa, dukungan informasional berdasarkan bagaimana keluarga memberikan atau mengetahui informasi-informasi mengenai gangguan bipolar, pemberian saran, pendapat, nasehat, usulan, petunjuk dan motivasi, serta dukungan penilaian yang diberikan subyek dengan cara pemberian *feedback*, penghargaan, dan perbandingan positif. Dua bentuk dukungan keluarga lainnya yang dilakukan oleh AT adalah dukungan *companionship* (Menemani penerima dukungan untuk pergi) dan dukungan *acknowledgement* (Memberikan Penghargaan/Pengakuan) yang diberikan oleh AT (adik).

Dukungan keluarga merupakan salah satu cara pemulihan gangguan bipolar yang penting dilakukan. Subyek AT sebagai adik mengatakan bahwa pemberian terapi farmakologi dan memberikan dukungan keluarga perlu dilakukan untuk proses pemulihan gangguan bipolar. Menurut AT, apabila seseorang tidak mendapatkan dukungan keluarga atau hanya menggunakan terapi farmakologi saja untuk proses

menjadi malas untuk mengonsumsi obat karena tidak adanya orang lain yang mengingatkan (dukungan instrumental) akan tetapi walaupun dukungan keluarga penting, AT memilih terapi farmakologi dibandingkan memberikan dukungan keluarga yang dapat membantu proses pemulihan yang secara signifikan meningkatkan pemulihan gangguan bipolar karena pada terapi farmakologi obat yang dikonsumsi memiliki zat yang dapat mensekresi hormon sehingga dapat lebih membantu proses pemulihan. ES menjelaskan dukungan keluarga adalah hal yang paling penting dilakukan karena semua orang tidak terlepas dari keluarga walaupun seseorang yang diberikan dukungan tersebut lebih mengetahui ilmu tentang gangguan bipolar.

ID sebagai dokter dengan gangguan bipolar mengatakan bahwa dukungan keluarga merupakan pilar pendukung utama untuk proses pemulihan gangguan bipolar dibandingkan dengan terapi farmakologi. Dukungan keluarga dipilih karena walaupun tanpa mengonsumsi obat seseorang yang mengalami gangguan bipolar masih dapat berlangsung proses pemulihannya walaupun fase yang dialami seperti depresi akan lebih berat dan lebih panjang waktunya akan tetapi ID menjelaskan apabila ada yang mendukungnya terutama keluarga, fase-fase gangguan yang dialami akan terasa lebih ringan, sedangkan jika menggunakan terapi farmakologi cara kerja obat akan lebih lama proses pemulihannya yaitu antara satu hingga dua bulan dan akan merasa tidak nyaman apabila tidak mendapatkan dukungan keluarga. TH sebagai sepupu dan seseorang yang juga mengalami gangguan bipolar mengatakan bahwa pemberian dukungan keluarga penting karena dapat meningkatkan motivasi serta kepercayaan diri seseorang terutama yang mengalami gangguan mental bipolar karena pada saat fase depresi akan lebih merasa sedih dan putus asa serta melakukan isolasi sosial. Berikut ini merupakan beberapa bentuk-bentuk perilaku dukungan keluarga yang diberikan oleh subyek pada dokter yang mengalami gangguan bipolar.

#### **5.1.1 Bentuk Dukungan Emosional**

Sebagai seorang adik, AT telah memberikan bentuk-bentuk perilaku dukungan emosional yang telah diberikan sebelum ID didiagnosis mengalami bipolar dan sesudah didiagnosis mengalami gangguan bipolar pada saat fase stabil, depresi, atau hipomania dengan indikator bentuk dukungan emosional yaitu Empati, Perhatian, Kepedulian, dan Afeksi.

ES sebagai ibu juga memberikan dukungan emosional dengan keempat indikator tersebut walaupun pada awalnya ES belum terbuka dengan gangguan bipolar yang dialami oleh anaknya, namun setelah ES menyadari bahwa ID bukan malas karena memiliki badan yang gemuk tetapi karena bipolar, ES ikut serta memberikan dukungan emosional seperti merasa bingung dan kaget mengetahui anaknya mengalami bipolar, ikut merasa sedih apabila ID sedih, merasa senang serta bersyukur saat ID jarang mengalami fase gangguan bipolar, memerhatikan kondisi ID yang sudah mulai stabil, dan memerhatikan gambar yang dibuat oleh ID serta menanyakan maksud dari gambar tersebut.

### **5.1.2 Dukungan Instrumental**

AT dan ES memberikan dukungan instrumental, akan tetapi dukungan instrumental yang diberikan oleh mereka memiliki perbedaan yaitu AT tidak memberikan dukungan instrumental secara finansial karena biaya pengobatan ID diberikan oleh orang tua mereka secara penuh. AT hanya memberikan dukungan berupa jasa seperti pernah menemani ID saat kontrol ke rumah sakit. Pada dukungan instrumental melalui pemberian finansial, ID sebagai penerima dukungan merasa bahwa dukungan finansial adalah bentuk dukungan yang berarti untuknya karena dapat membuat ID *survive*. Perasaan ID tersebut karena ID merasa bahwa walaupun orang tuanya tidak memiliki uang yang cukup untuk biaya kuliah ID pada bidang kedokteran, kedua orang tuanya tidak mengeluh dan tetap berusaha mendapatkan uang walaupun harus berhutang pada bank, selain itu pemberian dukungan finansial juga dapat membuat ID berusaha untuk tidak menyerah karena penyakitnya tersebut karena orang tuanya juga telah mengeluarkan biaya yang mahal untuk obat-obatan dan biaya kontrol ke psikiater.

### **5.1.3 Dukungan Informasional**

Pada dukungan informasional yang telah diberikan oleh anggota keluarga terhadap ID juga menghasilkan kesimpulan penelitian bahwa AT dan ES telah memberikan dukungan informasional, namun sayangnya karena ID merupakan seorang dokter dan mengetahui pengetahuan mengenai gangguan bipolar lebih banyak dibandingkan anggota keluarga lainnya, antara AT dan ES tidak terlalu memberikan informasi mengenai gangguan bipolar kepada ID karena AT dan ES

memiliki pendapat bahwa ID lebih mengetahui mengenai gangguan bipolar. Dukungan informasional yang diberikan lebih kepada bagaimana keluarga memberikan saran atau motivasi seperti yang dilakukan AT yang mengingatkan ID untuk beribadah, mengetahui apa itu gangguan bipolar, serta menasehati ID agar tidak terlalu memikirkan penyakitnya.

#### **5.1.4 Dukungan Penilaian**

Pada dukungan penilaian, pemberian penilaian dapat diberikan melalui pemberian penilaian positif dan penilaian negatif. AT dan ES memberikan dukungan penilaian dengan cara memberikan *feedback* untuk proses pemulihan ID seperti menilai bahwa tingkat pemulihan gangguan bipolar sudah membaik serta dengan cara melakukan perbandingan positif pada orang lain yang mengalami bipolar, dukungan penilaian dengan cara melakukan perbandingan positif dirasakan oleh AT dan ES akan memiliki manfaat yang positif seperti ID akan merasa lebih baik dari orang lain dan dapat melihat bagaimana perkembangan pemulihan pada ID, akan tetapi pendapat tersebut tidak dirasakan sebagai hal yang positif karena menurut ID setiap orang yang mengalami gangguan bipolar akan mengalami kejadian-kejadian yang berbeda pada setiap fasenya karena pada setiap fase gangguan bipolar terdapat beberapa bentuk perilaku yang akan terjadi pada individu yang mengalami. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa perbandingan positif belum tentu akan dirasakan positif bagi yang menerimanya.

#### **5.1.5 Dukungan *Companionship* (Menemani penerima dukungan untuk pergi)**

Dukungan *companionship* mirip dengan dukungan instrumental melalui pemberian jasa, akan tetapi perbedaan antara pemberian jasa pada dukungan instrumental dan dukungan *companionship* terletak pada *setting* suasana maupun waktu saat dilakukan pemberian dukungan. Pada penelitian ini menghasilkan gambaran bahwa AT sebagai adik memberikan bentuk dukungan *companionship* tidak hanya untuk menemani ID melakukan pengobatan ke rumah sakit, AT dan ID juga sering berpergian ke mal maupun untuk melakukan aktivitas lain seperti berenang.

### **5.1.6 Dukungan *Acknowledgement* (Memberikan Penghargaan/Pengakuan)**

Dukungan *Acknowledgement* juga memiliki kemiripan dengan dukungan penilaian berupa pemberian *feedback* dan dukungan informasional berupa pendapat. Pada penelitian ini pada saat subyek AT diberikan pertanyaan tentang dukungan penilaian, subyek AT mengatakan bahwa sebagai adik AT akan tetap sayang kepada ID walaupun ID memiliki gangguan bipolar dan bangga pada ID karena ID dapat menjadi panutan untuk dirinya dalam bidang pendidikan sehingga pernyataan tersebut dapat dimasukkan pada kategori lain dukungan keluarga yang tidak terdapat pada fokus penelitian karena berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Jacobson (1986), terdapat bentuk dukungan sosial yaitu dukungan *acknowledgement*.

Kesimpulan mengenai temuan lapangan pada kedua subyek adalah AT dan ES telah menjalankan perannya masing-masing dalam memberikan bentuk-bentuk perilaku dukungan keluarga untuk mendukung ID dalam proses pemulihan dan pemberian dukungan keluarga adalah salah satu cara yang penting untuk proses pemulihan gangguan bipolar pada ID dengan alasan-alasan tertentu yang telah dijelaskan.

Asuransi swasta dan BPJS belum mencakup semua biaya pengobatan untuk pasien dengan gangguan mental mental sehingga pasien dengan gangguan bipolar harus membeli obat-obat dengan biaya sendiri dan obat-obat tersebut mahal harganya. Pada penelitian ini terdapat penemuan penelitian yang baru yaitu bagaimana dukungan-dukkungan sosial termasuk dukungan yang diberikan oleh keluarga dapat membuat tingkat stress pada ID berkurang saat mengalami gangguan bipolar dan memiliki dampak yang positif terhadap gangguan mental yang dimiliki (Cohen & McKay, 1984).

Pada penelitian ini menggambarkan bagaimana dokter dengan gangguan bipolar pernah melakukan percobaan bunuh diri karena merasa sudah tidak nyaman dengan keadaannya yang mengalami fase-fase gangguan bipolar sehingga membuat aktivitas dan pola pikir yang terganggu, selain kasus percobaan bunuh diri yang dilakukan oleh dokter dengan gangguan bipolar, sepupu dari dokter tersebut yang bekerja pada bidang ilmu pengetahuan psikologi juga pernah melakukan percobaan bunuh diri dengan prevalensi waktu yang sering. Fakta lapangan tersebut sesuai dengan materi tentang bunuh diri yang menjelaskan bahwa percobaan bunuh diri

banyak terjadi pada kalangan dokter dan psikolog yang berjenis kelamin perempuan (Davidson, Neale, & Kring, 2012)

## 5.2 Implikasi

Pemberian bentuk-bentuk perilaku dukungan keluarga penting untuk proses pemulihan gangguan bipolar karena dengan adanya dukungan keluarga dapat meningkatkan pemulihan orang yang mengalami gangguan bipolar seperti berkurangnya stress pada saat depresi, pemberian dukungan informasional yang dapat meningkatkan kondisi kognitif. Pada penelitian ini dokter dengan gangguan bipolar mendapatkan dukungan-dukungan yang diberikan oleh keluarga dan berdampak positif untuk aktivitasnya, salah satu aktivitas yang mendapatkan pengaruh positif adalah bagaimana cara menjalankan perannya sebagai dokter yang memiliki pekerjaan berhadapan dengan pasien saat berobat. Apabila dokter mengalami salah satu fase bipolar saat sedang praktek, maka jasa yang diberikan menjadi kurang maksimal sedangkan dengan adanya pemberian dukungan keluarga, proses pemulihan yang signifikan terjadi, ID juga menjadi lebih bersemangat sehingga dapat *survive* dan fase-fase gangguan bipolar yang dialami berkurang sehingga dapat meningkatkan aktivitas dokter tersebut dalam membantu proses berobat yang dilakukan oleh pasiennya.

Pengetahuan mengenai gangguan bipolar dibutuhkan juga untuk meningkatkan *awareness* serta pembelajaran yang penting kepada setiap individu karena setiap individu memiliki potensi gangguan mental dan pengetahuan bahwa gangguan mental walaupun memiliki kadar yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain, gangguan mental dapat dikontrol melalui terapi-terapi yang dilakukan, dengan adanya pemahaman mengenai gangguan bipolar seperti pada keluarga dapat membantu anggota keluarga yang membutuhkan mendapatkan perilaku dukungan keluarga melalui berbagai cara selain menggunakan indikator-indikator pada penelitian ini.

Salah satu contoh adalah dengan mengikutsertakan anggota yang mengalami gangguan bipolar pada kegiatan rehabilitasi psikososial di rumah sakit apabila diperlukan agar individu yang mengalami gangguan bipolar tetap dapat melaksanakan aktivitas sehari-hari dan menjaga komunikasi dengan orang lain karena bipolar adalah salah satu gangguan mental dan gangguan mental yang dapat mengganggu aktivitas harian pada beberapa individu yang mengalami serta gangguan mental tidak dapat disembuhkan namun hanya dapat dipulihkan.

### **5.3 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian “Gambaran Dukungan Keluarga Kepada Dokter Dengan Gangguan Mental Bipolar”, maka berikut ini adalah saran yang dapat dilakukan untuk pihak-pihak yang terkait:

#### **5.3.1 Bagi Individu dengan Gangguan Bipolar**

Bagi individu dengan gangguan bipolar, salah satu bentuk terapi lain yang dapat digunakan untuk proses pemulihan selain dengan terapi keluarga dan terapi farmakologi adalah dengan mengikuti terapi psikososial. Terapi psikososial dapat dilakukan individu yang mengalami kesulitan untuk berkomunikasi dengan orang lain akibat gangguan bipolar atau yang terganggu aktivitas sosialnya karena dengan menggunakan terapi psikososial dapat meningkat rasa percaya diri. Terapi psikososial dapat melatih individu untuk dapat berhubungan dengan orang lain seperti berkomunikasi tanpa rasa takut atau tidak percaya diri.

Pada penelitian ini, sebagai dokter dengan gangguan bipolar dan merasa memiliki sifat yang *introvert*, aktivitas terapi psikososial seperti *focus group therapy* akan mempermudah kegiatan saat melayani pasien karena adanya aktivitas interaksi dan berdasarkan hobi yang disukai oleh ID yaitu hal-hal yang berhubungan dengan bidang seni maka ID dapat mengikuti *art therapy* atau dengan mengikuti komunitas yang berkontribusi pada bidang seni.

Untuk lebih mengoptimalkan proses pemulihan gangguan bipolar, keluarga perlu memahami dan mengerti apa yang dibutuhkan atau yang dianggap positif bagi individu yang diberikan dukungan agar tidak terjadi kesalahpahaman persepsi yang ditimbulkan saat dukungan-dukungan sosial diberikan seperti pada penelitian ini, individu yang mendapatkan dukungan penilaian dengan cara perbandingan positif

sikap dukungan tersebut adalah sikap yang negatif. Keluarga juga harus memahami penyakit yang dialami oleh anggota keluarga agar tidak salah dalam penanganannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, keluarga kurang memiliki pemahaman yang baik tentang gangguan bipolar sehingga keluarga kurang mampu membantu anggota keluarga yang mengalami gangguan bipolar. Pada penelitian ini istilah fase mania dan hipomania yang diberikan oleh pihak keluarga mengalami *overlap*, padahal antara mania dan hipomania memiliki pengertian dan gejala-gejala yang tidak sama.

### **5.3.2 Bagi Masyarakat**

Bagi masyarakat, pemberian psikoedukasi oleh Departemen Kesehatan, ikatan mahasiswa psikologi atau kedokteran, dan profesi-profesi yang berhubungan dengan bidang kesehatan mental dapat memberikan kontribusi kepada masyarakat sehingga masyarakat akan lebih sadar untuk melakukan kesehatan psikis karena kesehatan psikis adalah salah satu faktor yang penting dalam beraktivitas. Pengecekan kesehatan psikis dapat dilakukan dengan cara berkonsultasi dengan psikolog atau dengan melakukan psikotes sesuai dengan anjuran psikolog. Kesehatan psikis memiliki arti penting yang sama penting dengan kesehatan fisik.

### **5.3.3 Bagi Ilmu Pengetahuan Psikologi dan Ilmu Pengetahuan Kedokteran**

Ilmu pengetahuan Psikologi dan Ilmu pengetahuan Kedokteran adalah bidang ilmu yang penting sebagai pedoman pemulihan gangguan mental, oleh karena itu peningkatan penelitian terhadap gangguan mental perlu dilakukan karena saat ini cara penyembuhan gangguan mental masih belum dapat dilakukan dan teori-teori tentang dukungan keluarga masih sangat sedikit pembahasannya karena berada pada pembahasan dukungan sosial padahal dukungan keluarga dapat menjadi suatu teori yang memiliki pembahasan yang luas karena keluarga memiliki fungsi keperawatan yang dapat diberikan melalui cara memberikan dukungan-dukungan bagi orang yang membutuhkan.

### **5.3.4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Pada Penelitian ini ditemukan penemuan penelitian lain yaitu bunuh diri sehingga untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan memasukkan variabel mengenai bunuh diri pada fenomena profesi kesehatan.

Untuk penelitian selanjutnya, Friedman telah menuliskan pedoman wawancara dan observasi untuk penelitian yang berhubungan dengan kesehatan sehingga peneliti selanjutnya dapat menggunakan pedoman tersebut untuk penelitian. Penelitian mengenai dukungan keluarga dapat dilakukan kepada profesi kesehatan lain seperti psikolog karena pada faktanya gangguan bipolar pada profesi psikolog, bidan, serta profesi kesehatan lainnya karena profesi tersebut berinteraksi dengan orang lain dan berkaitan dengan pengobatan seseorang.