ABSTRAK

Skripsi dengan judul *"Pengalaman Resiliensi Penyintas Gangguan Jiwa dalam Menghadapi Riwayat Kekambuhan"* ini ditulis oleh Ade Rahma Suci Febriana, NIM. 1860308222203, dengan pembimbing Ibu Malik Maya Faisati, M.Psi., Psikolog

Kata Kunci: Resiliensi, Penyintas Gangguan Jiwa, Riwayat Kekambuhan, Pemulihan, IPA.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya risiko kekambuhan pada penyintas gangguan jiwa yang kerap menghambat proses pemulihan, sementara penanganan yang ada masih banyak berfokus pada aspek medis semata. Padahal, keberfungsian individu dalam menghadapi tekanan psikologis pascadiagnosis sangat bergantung pada kemampuan resiliensi untuk mempertahankan stabilitas kondisi psikologis. Hal ini menuntut adanya pemahaman terhadap pengalaman subjektif penyintas dalam membangun ketahanan diri, bukan sekadar penilaian klinis terhadap gejala yang tampak dari luar.

Tujuan penelitian ini diharapkan mampu memberi sumbangsih keilmuan tentang (1) pengalaman subjektif penyintas gangguan jiwa dalam membangun resiliensi untuk menghadapi dan mencegah risiko kekambuhan; dan (2) pemaknaan penyintas gangguan jiwa terhadap pengalaman pemulihan yang dijalani setelah mengalami kekambuhan.

Metode penelitian dengan menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, yaitu menjelaskan kajiannya dengan menggali makna pengalaman hidup partisipan secara mendalam dari sudut pandang partisipan itu sendiri. Partisipan penelitian berjumlah tiga penyintas gangguan jiwa peserta Program Pospasiwa di Kota Blitar yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) pengalaman resiliensi penyintas gangguan jiwa dalam menghadapi dan mencegah risiko kekambuhan terbentuk melalui kesadaran terhadap risiko kekambuhan, strategi pengelolaan diri, serta pemanfaatan dukungan sosial sebagai sumber resiliensi, yang selanjutnya mendorong terjadinya transformasi diri dalam proses pemulihan. (2) Pemaknaan penyintas gangguan jiwa terhadap pengalaman pemulihan tidak dipahami sebagai kondisi bebas gejala semata, melainkan sebagai kemampuan untuk menjalani kehidupan secara lebih stabil, tenang, dan bermakna, yang tercermin dari meningkatnya penerimaan diri, rasa syukur, serta harapan terhadap masa depan.

ABSTRACT

This thesis entitled "Resilience Experiences of Individuals with Mental Disorders in Facing the Risk of Relapse" was written by Ade Rahma Suci Febriana, Student ID Number 1860308222203, under the supervision of Malik Maya Faisati, M.Psi., Psychologist.

Keywords: *Resilience, Mental Health Survivors, Relapse Hostory, Recovery, Interpretative Phenomenological Analysis.*

This study was motivated by the high risk of relapse among mental health survivors, which often hinders the recovery process, while existing interventions remain largely focused on medical aspects alone. In fact, an individual's functioning in coping with psychological pressure following diagnosis heavily depends on the capacity for resilience to maintain psychological stability. This calls for an understanding of survivors' subjective experiences in building resilience, rather than merely a clinical assessment of outwardly visible symptoms.

This study aimed to contribute academically to: (1) the subjective experiences of mental health survivors in building resilience to face and prevent the risk of relapse; and (2) the meaning ascribed by mental health survivors to their recovery experiences after having experienced relapse.

This study employed a qualitative method with a phenomenological approach, namely exploring the study through an in-depth examination of the meaning of participants lived experiences from their own perspectives. The participants consisted of three mental health survivors who participated in the Pospasiwa Program in Blitar City and were selected using purposive sampling. Data were collected through semi-structured in-depth interviews and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA).

The findings of this study indicate that: (1) the resilience experiences of mental health survivors in facing and preventing the risk of relapse are formed through awareness of relapse risk, self-management strategies, and the utilization of social support as a source of resilience, which subsequently drives self-transformation in the recovery process. (2) The meaning ascribed by mental health survivors to their recovery experiences is not understood merely as the absence of symptoms, but as the ability to live a more stable, calm, and meaningful life, reflected in increasing self-acceptance, gratitude, and hope for the future.