

**Jatuh Bangun dan Bangkit:
Studi Fenomenologis Pengalaman Resiliensi Penyintas
Skizofrenia dalam Proses Pemulihan**

*Falling Down and Rising Up: A Phenomenological Study of
Resilience among Schizophrenia Survivors*

Yasmin Shidqiyah Syahrazad Falabiba¹, Subandi²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada

e-mail: yasminshidqiyahsyahrazadfalabiba@mail.ugm.ac.id, subandi@ugm.ac.id

Abstract. Resilience has been identified as an important factor in sustaining long-term recovery among individuals with schizophrenia. However, understanding the meaning of resilience from the perspective of schizophrenia survivors in Indonesia remains limited. Therefore, this study aims to explore the experiences and meanings of resilience among schizophrenia survivors in their recovery process, as well as the factors perceived to influence it. A qualitative phenomenological approach was employed through semi-structured interviews and Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Three schizophrenia survivors in symptomatic remission participated in this study. The findings revealed five main themes: (1) Crisis and rebirth, (2) Rising from adversity, (3) Survival efforts, (4) Holding onto purpose, and (5) Support system as challenge. This study emphasizes the importance of interventions that recognize resilience as a dynamic continuum-shaped process, focusing on strengthening internal strengths while managing external supports and challenges in the recovery of schizophrenia survivors.

Keywords: *recovery, resilience, schizophrenia survivors*

Abstrak. Resiliensi diidentifikasi menjadi faktor penting dalam mempertahankan pemulihan jangka panjang pada individu dengan skizofrenia. Namun pemahaman mengenai makna resiliensi dari perspektif penyintas skizofrenia di Indonesia masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi pengalaman dan pemaknaan resiliensi pada penyintas skizofrenia dalam proses pemulihan, serta hal-hal yang dirasa mempengaruhinya. Metode yang digunakan adalah kualitatif fenomenologis melalui wawancara semi-terstruktur dan analisis *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Tiga penyintas skizofrenia dalam fase remisi gejala berpartisipasi dalam penelitian ini. Hasil penelitian mengungkap lima tema utama: (1) Krisis dan kelahiran kedua, (2) Bangkit dari keterpurukan, (3) Usaha bertahan, (4) Berpegang teguh pada tujuan, dan (5) *Support system* sebagai tantangan. Penelitian ini menegaskan pentingnya intervensi yang memperhatikan resiliensi sebagai proses dinamis berbentuk kontinum, dengan memperkuat kekuatan internal serta mengelola dukungan dan tantangan eksternal dalam pemulihan penyintas skizofrenia.

Kata kunci: pemulihan, penyintas skizofrenia, resiliensi