

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman komunikasi keluarga dalam mendukung pemulihan pasien gangguan bipolar dengan menggunakan pendekatan fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan pasien, *caregiver*, dan informan ahli serta dianalisis dengan menggunakan paradigma konstruktivis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi pasien pada fase manik dan hipomanik cenderung impulsif, sementara pada fase depresi cenderung menarik diri dan tidak banyak bicara. Faktor personal, lingkungan, dan perilaku berdasarkan teori kognitif sosial Albert Bandura menjadi faktor pembentuk komunikasi keluarga. Komunikasi emosional dan kontrol diri, transparansi dan keterbukaan, identifikasi dan antisipasi, motivasi diri dan pendekatan spiritual, serta pengingat harian dan pengelolaan aktivitas merupakan faktor kunci dalam proses pemulihan pasien. Keluarga yang memiliki pemahaman yang baik tentang gangguan bipolar mampu menyesuaikan strategi komunikasi mereka sesuai dengan fase mood yang dialami oleh pasien, baik dalam fase manik maupun depresi. Lingkungan keluarga yang mendukung dapat menjadi penentu keberhasilan proses pemulihan dan dapat meningkatkan kepercayaan diri pasien gangguan bipolar.

Kata Kunci : Gangguan Bipolar, Komunikasi Keluarga, Pemulihan, Fenomenologi, Teori Kognitif Sosial