

# **ANALISIS PENERAPAN SOCIAL SKILL TRAINING DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN INTERAKSI SOSIAL PADA PASIEN ISOLASI SOSIAL**

**Siti Nurafifah Qarimah**

Akper Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh

[afifahqarimah@gmail.com](mailto:afifahqarimah@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Isolasi sosial merupakan suatu kondisi sehat emosional psikologi dan sosial. Seseorang dengan Kesehatan jiwa yang baik mampu melakukan aktivitas-aktivitas yang produktif. Sedangkan seseorang dengan gangguan jiwa mengakibatkan kualitas hidup menurun. Salah satu gangguan yang dapat ditemukan adalah gangguan jiwa dengan isolasi sosial. Isolasi sosial merupakan suatu gangguan jiwa dalam berhubungan yang merupakan mekanisme individu terhadap sesuatu yang mengancam dirinya dengan cara menghindari interaksi dengan orang lain atau lingkungannya. Salah satu terapi yang dapat meningkatkan kemampuan bersosialisasi pada pasien isolasi sosial adalah terapi social skill training. intervensi dalam social skill training dapat berupa bekerjasama dengan individu lain, memberikan pujian dan menukar pengalaman dengan sesama. Adapun tujuan dari penulisan ini adalah untuk menggambarkan analisis penerapan social skill training dalam meningkatkan interaksi sosial pada pasien isolasi sosial berdasarkan studi empiris sepuluh tahun terakhir. Desain penulisan ini menggunakan framework PICO (population/problem, intervention, comparison, dan outcome) sehingga didapatkan empat artikel yang sesuai dengan topik penelitian. Hasil literature review ini didapatkan bahwa adanya peningkatan kemampuan interaksi sosial pada pasien isolasi sosial. Dengan demikian diharapkan perawat mampu memberikan terapi social skill training secara maksimal, sehingga pasien dengan isolasi sosial juga mampu berinteraksi dengan cara maksimal.

Kata kunci: Isolasi sosial, Interaksi sosial, *Social skill training*

## **ABSTRACT**

*Mental health is a condition of emotional, psychological, and social health. A person with good mental health can carry out productive activities. Meanwhile, a person with a mental disorder results in decreased quality of life. Mental disorders are manifestations of behavioral deviations due to emotional distortion so, irregularities are found in behavior. One of the disorders found in mental disorders is conducted with social isolation. Social isolation is an inner connected mental disorder that is` an individual mechanism against something that threatens him/her by avoiding interaction with other people or his environment. A therapy that can improve social skills in socially isolated patients is social skills training therapy. Interventions in social skills training can be in the form of collaborating with other individuals, giving praise, and exchanging experiences with others. The objective of this paper was to describe the analysis of the implementation of social skills training in increasing social interaction in socially isolated patients based on empirical studies of the last ten years. This writing design used the PICO framework (population/problem, intervention, comparison, and outcome) so, four articles were obtained according to the research topic. The results of this literature review found that there was an increase in social interaction skills in social sociability patients. Thus, nurses were expected to be able to provide maximum social skill training therapy, so, patients with social isolation were also able to interact in a maximum way.*

*Keywords: social isolation, social skill training, social interaction*

## **PENDAHULUAN**

Kesehatan jiwa merupakan suatu kondisi sehat emosional, psikologis dan sosial yang terlihat dari hubungan interpersonal yang memuaskan, perilaku dan coping yang efektif, konsep diri yang positif dan kestabilan emosional (Videbeck, dalam Prabowo, 2014).

Seseorang dengan kesehatan jiwa yang baik mampu melakukan melakukan aktivitas-aktivitas produktif dalam wilayah hidupnya dan mampu melakukan hubungan interpersonal yang efektif dan efisien dengan orang lain. Sedangkan seseorang dengan gangguan jiwa mengakibatkan kualitas hidup menurun, kesulitan dalam pendidikan, rendahnya produktivitas dan kemiskinan, masalah sosial, rentan terhadap perlakuan salah (abuse) dan masalah kesehatan fisik lainnya (Nisa, 2019).

Gangguan jiwa merupakan manifestasi dari bentuk penyimpangan perilaku akibat adanya distorsi emosi sehingga ditemukan ketidakwajaran dalam bertingkah laku (Muhith, 2015).

Orang dengan gangguan jiwa atau disingkat ODGJ merupakan orang yang mengalami gangguan dalam pikiran, perilaku dan perasaan yang termanifestasi dalam bentuk sekumpulan gejala atau perubahan

perilaku yang bermakna, serta dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsi orang sebagai manusia (Ruswandi, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO, 2020) pada tahun 2019 terdapat 264 juta orang di dunia yang mengalami depresi, 45 juta orang menderita gangguan bipolar, 50 juta orang mengalami demensia dan 20 juta orang mengalami skizofrenia.

Kasus gangguan jiwa di Indonesia berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) meningkat dibandingkan tahun sebelumnya. Peningkatan ini terlihat dari kenaikan prevalensi rumah tangga yang memiliki ODGJ (Orang Dengan Gangguan Jiwa) di Indonesia. Ada peningkatan jumlah menjadi 7/mil rumah tangga. Artinya per 1000 rumah tangga terdapat 7 rumah tangga dengan ODGJ, sehingga jumlahnya diperkirakan sekitar 450 ribu ODGJ berat.

Profil Kesehatan Aceh (2019) menunjukkan bahwa jumlah kasus ODGJ berat di Aceh pada tahun 2019 sebanyak 12,327 kasus atau sebesar 92%. Jumlah kasus tertinggi terdapat di kota Bireuen dengan jumlah kasus sebanyak 2.139 dan yang mendapat

pelayanan kesehatan sebanyak 2.087 kasus.

Skizofrenia merupakan gangguan jiwa yang paling banyak dialami oleh beberapa orang dibandingkan penderita gangguan jiwa lainnya yang umumnya menyerang pada usia produktif dan merupakan penyebab utama distabilitas kelompok usia 15-44 tahun (Isnawati, 2010).

Klien skizofrenia sering mengalami kegagalan dalam menjalankan fungsi sosial, menghadapi masalah yang berhubungan dengan keterampilan interpersonal, memiliki keterampilan sosial yang buruk dan mengalami defisit fungsi kognitif. Isolasi sosial sebagai salah satu respon perilaku negatif yang muncul pada klien skizofrenia ditandai dengan individu mengalami ketidak mampuan berkomunikasi serta ketidak mampuan individu dalam berinteraksi dengan individu di lingkungan sekitarnya. Klien mungkin merasa ditolak, tidak diterima, kesepian dan tidak mampu membina hubungan yang berarti dengan orang lain (Keliat, dalam Yuswatiningsih & Rahmawati, 2020).

Isolasi sosial merupakan suatu gangguan dalam berhubungan yang merupakan mekanisme individu terhadap sesuatu yang mengancam

dirinya dengan cara menghindari interaksi dengan orang lain dan lingkungan (Dalami dkk, 2009).

Salah satu gangguan berhubungan sosial diantaranya perilaku menarik diri yang disebabkan oleh perasaan tidak berharga. Perasaan tidak berharga ini menyebabkan pasien makin sulit dalam mengembangkan hubungan dengan orang lain. Akibatnya pasien menjadi regresi atau mundur, mengalami penurunan dalam aktivitas dan kurangnya perhatian terhadap penampilan dan kebersihan diri (Prabowo, 2014).

Penatalaksanaan yang dapat diberikan pada pasien dengan isolasi sosial meliputi terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi meliputi pemberian obat-obatan chlorpromazine (CPZ), haloperidol (HLP) dan trihexy phenidyl (THP). Sedangkan terapi nonfarmakologi meliputi electro convulsive therapy (ECT), psikoterapi, terapi okupasi dan *social skill training* (Dalami dkk, 2009).

Hasil penelitian Wildan (2018) menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi SST, terjadi peningkatan berinteraksi pasien dengan orang lain. Penerapan terapi social skill training (SST) dilakukan selama kurang lebih 60 menit setiap hari. Penerapan terapi

diberikan dalam SP 1 poin ke 6 memasukkan kegiatan latihan berbincang-bincang ke jadwal kegiatan harian pada hari ke 7 yang menunjukkan pasien dapat berinteraksi dengan orang lain.

Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Sutejo (2013). Setelah dilakukan terapi, hasil yang diperoleh yaitu klien mampu menunjukkan peningkatan keterampilan berkomunikasi secara verbal maupun nonverbal serta mampu melakukan interaksi dengan orang lain yang berada disekitarnya.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Penerapan Social Skills Training dalam Meningkatkan Kemampuan Interaksi sosial pada Pasien Isolasi Sosial”.

## **METODE**

Studi penelitian ini adalah literature review menggunakan framework PICO (*Problem, Intervention, Comparison, Outcome*) google scholar berbentuk jurnal penelitian dalam sepuluh tahun terakhir menggunakan kata kunci yaitu “pasien isolasi sosial” AND “*Social skill training*” AND “interaksi sosial”. Penulis menemukan 43 jurnal yang sesuai dengan kata kunci tersebut.

Jurnal penelitian tersebut kemudian diskruining, sebanyak 12 jurnal di eksklusi karena terbitan tahun 2012 ke bawah. Assessment kelayakan terhadap 31 jurnal, jurnal yang di publikasi dan jurnal yang tidak sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Sehingga di dapatkan 4 jurnal yang dilakukan review.

## **HASIL**

Berdasarkan hasil analisis 4 jurnal, penulis mendapatkan hasil bahwa social skill training berpengaruh terhadap kemampuan interaksi sosial pada pasien interaksi sosial.

Penelitian Latifah & Rahayu (2020) menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Analisis data menggunakan uji wilcoxon dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi social skill training tahap melatih kemampuan berkomunikasi pada pasien skizofrenia. Rata-rata kemampuan berkomunikasi responden sebelum dilakukan terapi social skill training adalah 2,00. Sedangkan rata-rata kemampuan berkomunikasi responden sesudah dilakukan terapi social skill training menjadi 3,64.

Penelitian Sukaesti (2018) yang dilakukan pada 30 responden dengan jenis penelitian quasy eksperimental menggunakan teknik pengambilan

sampel yaitu purposive sampling. Analisis data menggunakan analisis univariat dan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penerapan terjadi penurunan tanda dan gejala secara aspek kognitif sebesar 38,7%, penurunan aspek afektif rata-rata 29,9%, penurunan tanda dan gejala aspek fisiologis 48,8%, aspek perilaku 24,4% dan secara sosial 31,9 %. Setelah dilakukan tindakan social skill training kemampuan klien meningkat sebesar 53,4%, seperti kemampuan dalam berkenalan, sikap tubuh dan menjalin persahabatan.

Penelitian Kirana (2018) yang dilakukan pada 40 responden dengan jenis penelitian deskriptif menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Analisis data menggunakan analisis univariat dan komputer dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tanda dan gejala baik kognitif, afektif, fisiologis, perilaku dan sosial klien. Sebelum terapi terdapat 9 (22,5%) responden yang mampu menunjukkan kemampuan berkenalan, 4 responden (10%) mampu menjalin persahabatan dan 2 responden (5%) mampu bekerja sama dengan kelompok. Sedangkan setelah pemberian terapi, 27 responden

(67,5%) mampu menunjukkan kemampuan berkenalan, 32 responden (80%) mampu menjalin persahabatan dan 28 responden (70%) mampu bekerja sama dengan kelompok. Dari data tersebut jumlah responden tidak dapat ditotal menjadi 40, karena tidak seluruhnya pasien isolasi sosial dapat mengalami peningkatan kemampuan interaksi sosialnya melalui pelaksanaan tiap sesi.

Penelitian Berhimpong., dkk (2018) yang dilakukan pada 30 responden dengan jenis penelitian pra eksperimental menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu total sampling. Analisis data menggunakan uji wilcoxon dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai signifikansi adalah 0,000 atau lebih kecil dari nilai signifikansi 0,05 ( $0,000 < 0,005$ ). Dari nilai tersebut maka  $H_0$  ditolak atau terdapat pengaruh latihan sosialisasi terhadap kemampuan berinteraksi klien isolasi sosial. Sebelum dilakukan terapi sebanyak 27 responden (90%) tidak memiliki kemampuan berinteraksi dan 3 responden (30%) mampu berinteraksi. Setelah dilakukan terapi sebanyak 25 responden (83,3%) memiliki kemampuan berinteraksi dan 5 responden (16,7%) tidak memiliki kemampuan berinteraksi.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil ke empat artikel yang dianalisis oleh penulis menunjukkan bahwa social skill training berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan interaksi sosial pada pasien isolasi sosial. Sebagaimana yang dikatakan Sari (2022) bahwa terapi social skill training dapat menurunkan gejala isolasi sosial dan meningkatkan kemampuan interaksi sosial pada pasien yang mengalami isolasi sosial.

Menurut asumsi penulis, social skill training berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan interaksi sosial pada pasien isolasi sosial. Hal ini dikarenakan social skill training mampu meningkatkan keterampilan interpersonal klien dengan melatih ketrampilan diri yang selalu digunakan dalam hubungan dengan orang lain dan lingkungan.

Menurut Renidayati (dalam Yuswatiningsih dan Rahmawati, 2020) social skills training dirancang untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan keterampilan sosial bagi seseorang yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi meliputi keterampilan meberikan pujian, mengeluh karena tidak setuju, menolak permintaan orang lain, tukar-menukar pengalaman, menuntut hak

pribadi, memberi saran pada orang lain, pemecahan masalah yang dihadapi dan bekerjasama dengan orang lain. Social skills training merupakan hal penting untuk meningkatkan kemampuan seseorang berinteraksi dalam suatu lingkungan. Adanya kemampuan berinteraksi menjadi kunci untuk memperkaya pengalaman hidup, memiliki pertemanan, berpartisipasi dalam suatu kegiatan dan bekerjasama dalam suatu kelompok.

Adapun hasil Analisa penulis terhadap ke empat artikel, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya isolasi sosial diantaranya yaitu, usia, jenis kelamin, Pendidikan.

Usia merupakan salah satu faktor yang menyebabkan seseorang mengalami isolasi sosial. Berdasarkan hasil Analisa penulis dilakukan terhadap artikel kedua yaitu, Kirana (2018) dengan responden memiliki rata rata usia 36 tahun dengan usia terendah 19 tahun dan usia tertinggi 58 tahun. Artikel ke tiga Sukaeti (2018) sebagian besar pasien yang dirawat berusia antara 25-59 tahun. Artikel ke empat yaitu Berhimping, Rompas, Karuneng (2015) sebanyak 13 orang < 40 dan sebanyak 17 orang > 41 tahun.

Menurut asumsi penulis, pada usia dewasa merupakan masa yang

sangat dominan atau memiliki frekuensi tertinggi terjadinya gangguan jiwa dengan isolasi sosial. Hal ini bisa jadi dikarenakan adanya pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan di masa lalu, atau kegagalan seseorang dalam mencapai kematangan perkembangan pada masa remaja.

Hal ini didukung oleh penelitian Rahayu (2022) yang menyatakan bahwa pasien dengan masalah isolasi sosial yang dirawat disalah satu ruang inap intermediate usia paling banyak adalah dewasa 19-35 tahun, dengan faktor predisposisi biologis paling banyak adalah pernah mengalami gangguan jiwa sebelumnya, psikologis paling banyak adalah pengalaman tidak menyenangkan, sedangkan sosial tidak bekerja dan tidak mempunyai teman dekat.

Faktor lain yang menyebabkan terjadinya isolasi sosial pada seorang individu adalah jenis kelamin Terutama pada Laki laki. Berdasarkan hasil Analisa penulis terhadap artikel ke ketiga yaitu, Diah Sukaesti (2018) dengan jenis kelamin yang dirawat 100% laki-laki. Hal ini dikarenakan ruang perawatan khusus laki-laki. Artikel ke empat yaitu, Berhimping dkk (2016) dengan jumlah laki-laki

sebanyak 17 orang dan perempuan sebanyak 13 orang.

Menurut asumsi penulis, jenis kelamin laki laki lebih cenderung terjadinya gangguan isolasi sosial. Hal ini dikarenakan laki-laki lebih cenderung memiliki gejala negatif dibandingkan dengan perempuan, khususnya dalam proses bersosialisasi.

Hal ini didukung oleh penelitian Wakhid dkk (2013), yang menyatakan bahwa laki-laki mungkin lebih memunculkan gejala negative dibandingkan perempuan dan perempuan memiliki fungsi sosial yang lebih baik dibandingkan laki-laki. Selain itu, laki-laki juga lebih banyak mengalami isolasi sosial dibandingkan perempuan disebabkan tuntutan terhadap tanggung jawab atau peran yang harus dipenuhi didalam keluarga, sehingga stressor yang dialami laki-laki lebih banyak.

faktor lain yang dapat menyebabkan seseorang mengalami isolasi sosial adalah Pendidikan. Berdasarkan analisa penulis terhadap artikel ke dua yaitu, Kirana (2018) sebanyak 34 pasien atau sebesar 85% berpendidikan rendah. Pada artikel ke tiga Sukaesti (2018), rata-rata adalah berlatar belakang SMA sebesar 44,9%, SMP sebesar 13,4%, SD sebesar 36,2%, perguruan tinggi

sebesar 4,3%, dan yang tidak sekolah sama sekali sebanyak 4,3%. Selain itu, Pendidikan juga dapat menjadi faktor keberhasilan penerapan sosial skill training pada pasien isolasi sosial. Dimana dapat dilihat pada artikel ke tiga bahwa pasien belatar belakang SMA menjadi pasien yang paling dominan dibandingkan dengan pasien belatar belakang tidak berpendidikan sama sekali, SD, SMP, dan perguruan tinggi.

Menurut asumsi penulis, Pendidikan sangatlah berpengaruh terhadap pengetahuan sosial seseorang. Seseorang yang berpendidikan tinggi tentunya akan memiliki pengetahuan bersosial yang baik, sedangkan yang berpendidikan rendah sebaliknya. Selain itu, seseorang yang berpendidikan tinggi juga dapat menyelesaikan masalah secara positif pula. Namun, tidak selamanya yang berpendidikan rendah memiliki pengetahuan sosial yang buruk, hal ini dikarenakan, pengetahuan sosial dapat dikembangkan oleh setiap individu.

Hal ini didukung oleh Kopelowichz (dalam Wakhid dkk, 2013) yang menyatakan bahwa semakin tinggi Pendidikan dan pengetahuan seseorang akan berkorelasi positif dengan

keterampilan koping yang dimiliki. Pendidikan sebagai landasan koping yang berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk menerima informasi yang dapat membantu mengatasi masalah yang dihadapi seseorang.

Berdasarkan Analisa penulis terhadap ke empat jurnal, didapatkan bahwa lama dirawat juga dapat menjadi faktor keberhasilan sosial skill training pada pasien isolasi sosial. Berdasarkan artikel ke dua yaitu Kirana (2018) lama dirawat lebih banyak pada 1-2 bulan yaitu sebanyak 38 klien atau sebesar 95%. Artikel ke tiga yaitu Sukaesti (2018), lama pasien yang dirawat 5 tahun sebesar 40,5%.

Menurut asumsi penulis, lamanya sakit juga mempengaruhi keberhasilan penerapan sosial skill training pada pasien dengan gangguan isolasi sosial. Hal ini disebabkan semakin lama seseorang mengalami gangguan jiwa, maka semakin menurun pula kemampuan kognitif seseorang. terdapat artikel ke empat yaitu Berhimpong (2016) lama di rawat responden-responden yang di rawat kurang dari 10 tahun adalah sebanyak 25 orang 83,3%, sedangkan responden yang dirawat lebih dari 11 tahun sebanyak 5 orang 16,7%. Hal ini di dukung oleh Surtinigrum (2011)

yang menyatakan bahwa waktu atau lamanya seseorang terpapar stressor akan memberikan dampak terhadap keterlambatan dalam mencapai kemampuan kemandirian.

Berdasarkan hasil Analisa penulis terhadap ke empat artikel yang dianalisa, didapatkan bahwa social skill training dapat meningkatkan kemampuan interaksi sosial pada pasien dengan isolasi sosial. Hal ini dikarenakan intervensi pada social skill training adalah melatih individu mengkomunikasikan perasaan dan keinginannya, agar lebih mampu mencapai keinginannya dalam berhubungan dengan orang lain.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari analisis terhadap empat artikel didapatkan bahwa social skill training berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan interaksi sosial pada pasien isolasi sosial, hal ini dikarenakan social skill training mengajarkan pasien untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan keterampilan sosial bagi seseorang yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi meliputi keterampilan memberikan pujian, mengeluh karena tidak setuju, menolak permintaan orang lain, tukar-menukar pengalaman, menuntut hak pribadi, memberi saran pada orang

lain, pemecahan masalah yang dihadapi dan bekerjasama dengan orang lain.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya isolasi sosial pada seseorang diantaranya usia, jenis kelamin, dan Pendidikan. Selain itu, jenis Pendidikan dan lama sakit juga menjadi faktor keberhasilan daripada penerapan social skill training pada pasien dengan isolasi sosial.

### **SARAN**

Berdasarkan analisa dan kesimpulan penelitian, maka diharapkan bagi pasien isolasi sosial agar dapat meningkatkan pengetahuan dalam meningkatkan kemampuan interaksi sosial dengan tindakan penerapan *social skill training*.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dalami, E., dkk. (2009). Asuhan keperawatan klien dengan gangguan jiwa. Jakarta: Trans Info Media.
- Dinas Kesehatan Aceh. (2019). Profil Kesehatan aceh tahun 2019. (Online). <https://dinkes.acehprov.go.id>. Diakses pada tanggal 20 Maret 2022.
- Kementrian Kesehatan Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018. (<http://www.depkes.go.id>). Diakses pada tanggal 20 Maret 2022.

- Latifah & Rahayu. (2020). Pengaruh terapi social skill training tahap melatih kemampuan berkomunikasi pada pasien skizofrenia. (Online). 5(1): 36-41.
- Muhith, A. (2015). Pendidikan keperawatan jiwa: Teori dan aplikasi. Yogyakarta: Andi offset.
- Nisa, W. I. (2019). Penanganan kesehatan mental berbasis komunitas. Malang: Media Nusa Creative.
- Prabowo, E. (2014). Konsep & aplikasi: Asuhan keperawatan jiwa. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sari. P. (2022). Penerapan terapi social skill training (SST) pada klien dengan isolasi sosial di rumah sakit jiwa tampan riau (Doctoral dissertation, Poltekkes kemenkes riau).
- World Health Organization (WHO). (2019). Mental health. (Online). Diakses tanggal 30 Maret 2022.
- Yuswatningsih, E. & Rahmawati, I. (2020). Terapi social skill training (SST) untuk klien isolasi sosial. (Online).  
<https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/EBook/article/view/661>. Diakses pada tanggal 20 Maret 2022

