



INTERVENSI SOCIAL SKILLS TRAINING (SST) PADA PASIEN SKIZOFRENIA YANG MENGALAMI ISOLASI SOSIAL: A SYSTEMATIC REVIEW

Wita Oktaviana*, Anna Aprilliana

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani, Pabelan, Kartasura, Sukoharjo, Jawa Tengah 57169 Indonesia

*wo763@ums.ac.id

ABSTRAK

Peningkatan angka kejadian gangguan jiwa sejalan dengan peningkatan Skizofrenia yang salah satu tanda gejalanya adalah terjadi penurunan komunikasi dan kemampuan interaksi. Salah satu masalah keperawatan yang dapat terjadi akibat hal tersebut adalah isolasi social. Social Skills Training (SST) merupakan salah satu terapi yang dapat digunakan pada permasalahan tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intervensi Social Skills Training (SST) pada pasien skizofrenia yang mengalami isolasi social. Metode penulisan menggunakan systematic literature review. Artikel didapat dengan pencarian elektronik dari 7 databased jurnal. Kriteria inklusi yang digunakan adalah subjek manusia, berbahasa inggris, dan free fulltext dari tahun 2014-2023. Artikel yang dianalisis sebanyak 10 artikel. Hasil menunjukkan bahwa intervensi SST berpengaruh dan efektif meningkatkan kemampuan sosialisasi dan interaksi social pada pasien Skizofrenia yang mengalami isolasi social.

Kata kunci: isolasi social; social skills training; skizofrenia

SOCIAL SKILLS TRAINING (SST) INTERVENTION IN SCHIZOPHRENIA PATIENTS WHO EXPERIENCE SOCIAL ISOLATION; A SYSTEMATIC REVIEW

ABSTRACT

The increase in the incidence of mental disorders in line with the increase in schizophrenia, which is one of the symptoms is a decrease in communication and the ability to interact. One of the nursing problems that can occur due to this is social isolation. Social Skills Training (SST) is one therapy that can be used on these problems. The purpose of this study was to determine the effect of Social Skills Training (SST) intervention on schizophrenic patients who experience social isolation. The method of writing uses a systematic literature review. Articles are obtained by electronic searches from 7 databases based on journals. The inclusion criteria used were human subjects, English speaking, and free full text from 2014-2023. The articles analyzed were 10 articles. The results showed that the SST intervention had an effect on and effectively improved socialization and social interaction skills in Schizophrenic patients who experienced social isolation

Keywords: social skills training; social isolation; schizofrenia

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan jiwa saat ini menajadi hal yang cukup tinggi kejadiannya, hal ini juga trejadi di Indonesia. Data WHO tahun 2016 menunjukkan adanya jumlah kisaran sekitar 35 juta orang terkena depresi, 60 juta orang terkena bipolar, 21 juta terkena skizofrenia, serta 47,5 juta terkena dimensia. Beberapa factor di Indonesia yang berkontribusi pada munculnya permasalahan tersebut diantaranya faktor biologis, psikologis dan social. Di Indonesia hal ini erat kaitannya dengan keanekaragaman penduduk, dimana hal ini juga menunjukkan bahwa jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah yang berdampak pada penambahan beban negara dan terjadinya penurunan produktivitas manusia untuk jangka panjang. Data Riset Kesehatan Dasar Indonesia (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai

sekitar 9,8% dari penduduk Indonesia. Sedangkan angka kejadian gangguan jiwa berat, seperti skizofrenia mencapai 7 permil. Data ini menunjukkan bahwa kejadian Skizofrenia di Indonesia sangat tinggi.

Skizofrenia adalah salah satu masalah kesehatan jiwa berat yang dengan tanda gejala penurunan atau ketidakmampuan berkomunikasi (Pratama, 2017), gangguan realitas (halusinasi atau waham), afek tidak wajar, gangguan kognitif, serta kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari (Keliat et al., 2016). Tingkat keparahan pada pasien yang mengalami masalah skizoprenia sangat tergantung pada penyebab dari skizoprenia. (Barrantes-Vidal, Grant, & Kwapil, 2015). Penyebab skizofrenia masih belum diketahui, namun terdapat beberapa penelitian yang menyebutkan bahwa hal ini terjadi akibat adanya pengaruh patofisiologi area otak tertentu, termasuk sistem limbik, korteks frontal, sereblum, dan ganglia basalis. Keempat area ini saling terhubung sehingga disfungsi satu area dapat melewati proses patologi primer ditempat lain. PFaktor lain yang mengindikasikan munculnya skizofrenia salah satunya juga dari pengaruh yang penuh tekanan dalam kehidupan (Townsend & Morgan, 2017).

Terdapat 2 gejala utama pada seseorang yang mengalami skizofrenia, yaitu gejala positif dan negative. Pada gejala positif akan melibatkan terganggunya konsep kognisi sosial, teori pikiran, dan kapasitas mental sangat terkait, karena gejala positif sering melibatkan kesalahan interpretasi terhadap perilaku yang diamati pada orang lain (Muhlisin & Pratiwi, 2017) , dapat dibayangkan bahwa proses yang mengganggu perolehan normal kemampuan mental meningkatkan risiko psikosis (Selten et al., 2017). Sehingga pada skizofrenia akan dapat ditemukan masalah keperawatan isolasi social. Terdapat 100 dari 106 mengalami kesepian dan isolasi social pada penelitian yang dilakukan pada pasien yang mengalami masalah emosional akibat skizofrenia. (Eglit, Palmer, Martin, Tu, & Jeste, 2018). Maramis (2006) dalam Lestari (2014) menyebutkan bahwa 72 % klien yang mnegalami skizofrenia mengalami isolasi sosial. Dalam NANDA (2018) disebutkan bahwa isolasi social merupakan kesendirian yang dialami oleh individu dan dianggap timbul karena orang lain sebagai suatu keadaan negative atau mengancam. Menurut Keliat (2011) isolasi sosial merupakan keadaan seorang individu yang mengalami penurunan atau bahkan sama sekali tidak mampu berinteraksi dengan orang lain di sekitarnya. Pasien mungkin merasa ditolak, tidak diterima, kesepian, dan tidak mampu membina hubungan yang berarti dengan orang lain.

Oleh karenanya, pada pasien yang mengalami isolasi social dibutuhkan keterampilan social. Latihan keterampilan social bisa disebut juga dengan Social Skills Training (SST) merupakan proses belajar dimana seseorang belajar cara fungsional dalam berinteraksi (Carson, 2000). Penelitian yang dilakukan (Jiwa & Sukaesti, 2018) menunjukkan bahwa Social Skills Training (SST) dapat menurunkan tanda gejala isolasi social secara kognitif, afektif, fisiologis, perikalu dan social. Sedangkan penelitian Social Skills Training (SST) yang dikombinasikan dengan terapi suportif, mampu meningkatkan keterampilan sosialisasi pada klien skizofrenia di RSJ Jambi (Harkomah et al., 2018). Berdasarkan studi pendahuluan diatas, penulis ingin mengkaji lebih banyak melalui studi literature untuk mengetahui sejauh mana pengaruh Social Skills Training (SST) terhadap pasien skizorenia yang mengalami masalah keperawatan isolasi sosial dengan tujuan agar kajian ini dapat menjadi referensi bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif khususnya pada pemberian asuhan keperawatan pasien isolasi sosial.

METODE

Artikel yang dibahas dalam kajian literatur ini didapat dengan pencarian elektronik dari 7 databased jurnal, yaitu: EBSCO, Science Direct, ProQuest, Scopus, Sage Publication, Wiley

Online Library dan Taylor & Francis. Kriteria inklusi telaah jurnal ini adalah penelitian pada manusia, free fulltext, berbahasa Inggris, dan dari tahun 2014-2023. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian adalah “(Social Skills Training) AND (Social Isolation) AND (Skizofrenia)”. Dalam pencarian ditemukan 213 yang kemudian direview dengan membaca abstrak. Didapatkan 10 artikel yang relevan tersedia dalam free fulltext dan akan dibahas dalam kajian literature ini.

HASIL

Studi menunjukkan bahwa terdapat banyak permasalahan yang terjadi ketika seseorang mengalami masalah kesehatan jiwa, utamanya ketika sudah berat yaitu skizofrenia. Masalah yang ditemukan salah satunya berkaitan dengan hubungan social dan interaksi social. Berdasarkan 10 artikel yang telah di analisis, penggunaan terapi spesialis khususnya Social Skills Therapy (SST) merupakan salah satu terapi yang efektif pada penderita skizofrenia untuk meningkatkan keterampilan sosialnya dalam bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain maupun lingkungannya. Tabel 1 menggambarkan pemanfaatan SST dalam meningkatkan keterampilan social pada pasien skizofrenia yang mengalami isolasi social.

Tabel 1.
Pengaruh Social Skills Training (SST) pada Pasien Skizofrenia yang Mengalami Isoalasi Sosial

Penulis (Tahun)	Jenis Penelitian	Hasil
(Herman, Shireen, Bromley, Yiu, & Granholm, 2018)	<i>Feasibility study</i>	Pelaksanaan SST yang dikombinasikan dengan terapi perilaku dan kognitif secara signifikan meningkatkan fungsi adaptif partisipan.
(Paper, 2019)	<i>RCT</i>	SST lebih efektif dalam mengurangi gejala negative skizofrenia. SST memiliki potensi untuk aplikasi klinis yang lebih luas dan, sebagai intervensi berbasis kelompok, dapat memberikan alternatif hemat biaya untuk terapi individu mengatasi gejala negatif dan umum.
(Gagen et al., 2017)	<i>RCT</i>	Keterampilan social dan sika empati pada pasien skizofrenia dapat dilatih. Dan kedua hal ini saling berkesinambungan.
(Sheridan et al., 2015)	<i>RCT</i>	SST meningkatkan fungsi sosial dan mengurangi isolasi sosial dan kesepian di antara orang-orang dengan penyakit mental yang berkepanjangan/ skizofrenia kronik.
(Erdiman, 2015)	<i>One group pretest–posttest</i>	Program SST dapat dijadikan sebagai tambahan untuk perawatan selain farmakologis, dan dapat dianggap sebagai terapi modalitas yang signifikan dalam praktik sehari-hari karena pengaruhnya terhadap peningkatan mengetahui gejala, wawasan, dan tingkat fungsi dan mengurangi stigmatisasi internal akibat penyakit yang dialami.
(Singh & Singh, 2018)	<i>quasi experimental</i>	Penelitian menunjukkan SST dan terapi okupasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam perawatan diri, komunikasi dan keterampilan instrumental. Individu meningkatkan keterampilan koping dan komunikasi, mengevaluasi pengalaman anomali lebih objektif
(Rus-calafell, Gutiérrez-maldonado, Ribas-sabaté, & Lemos-giráldez, 2014)	<i>eksperimental</i>	SST yang dilakukan pada penderita skizofrenia mampu meningkatkan beberapa kekurangan dalam keterampilan sosial, fungsi sosial, kognisi dan kompetensi,
(Mann et al., 2017)	<i>Literature review</i>	Kesepian dan isolasi social pada orang yang mengalami masalah mental dapat dikurangi dengan dilakukannya SST dengan melibatkan dukungan social maupun dukungan komunitas secara luas.
(Dodell-feder, Tully, & Hooker, 2015)	<i>Literature review</i>	Gangguan sosial dalam skizofrenia dapat dioptimalkan dengan pelatihan keterampilan social yang perlu ditingkatkan dan diaplikasikan terus menerus.
(Kumar, 2015)	<i>Phenomenology</i>	Pelatihan Keterampilan Sosial untuk orang dengan Skizofrenia Kronis mampu meningkatkan <i>self efficacy</i> sehingga tidak merasa terasingkan sehingga tidak menyendiri dan mengalami isolasi social.

PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan keterampilan sosial meliputi: pelatihan berbicara, ketegasan, pemecahan masalah, manajemen pengobatan dan keterampilan kerja (Chien and Chou, 2003; Seo and Kim, 20017). Kegiatan pelatihan keterampilan sosial bisa dilakukan pada klien skizofrenia (Widodo et al, 2019) dengan masing-masing gejala yang ditimbulkan baik pada gejala positif atau gejala negative, namun pada kasus-kasus isolasi social tanda gejala yang ditunjukkan biasanya mengarah pada gejala negative.(Herman et al., 2018). Seperti penelitian yang dilakukan oleh Paper (2019), disini peneliti membandingkan efektifitas dari pelatihan keterampilan social dengan obat-obatan pada pasien gangguan psikotik. Dan hasil yang didapat adalah pelatihan keterampilan social memiliki efektifitas yang sebanding dengan obat-obatan dalam menurunkan gejala negative skizofrenia. Dampak positif dari dilakukannya pelatihan keterampilan social adalah meningkatnya kemampuan pasien dalam berkegiatan social. Selain itu, penelitian yang dilakukan Sheridan et al (2015) menunjukkan bahwa SST ini juga berdampak pada peningkatan fungsi social, mengurangi isolasi social dan kesepian, karena pada pelaksanaan SST dilakukan secara berkelompok, sehingga saat sudah mulai bisa berinteraksi maka pasien tidak akan merasa sendiri.

Penelitian Gagen et al (2017) menunjukkan bahwa dengan meningkatnya keterampilan social pasien maka rasa empati dengan sesama penderita skizofrenia akan meningkat. Stigma yang didapat oleh pasien skizofrenia pun akan menurun ketika keterampilan social mulai berjalan baik dan terbentuk interaksi yang baik antar individu dengan lingkungan (Lin & Wang, 2016). Hal ini dikarenakan dukungan oleh dari orang sekitar, keluarga, lingkungan dan komunitas secara luas akan membantu meningkatkan self efficacy yang mampu meningkatkan kepercayaan diri pasien dan terbentuklah hubungan terapeutik. (Mann et al., 2017) Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, dapat tergambar bahwa pelaksanaan Social Skills Therapy (SST) meningkatkan respon afektif, kognitif, fisiologis dan perilaku yang sebelumnya mengalami penurunan atau berkurang, dan pada akhirnya tergambar bahwa terjadi penurunan tanda dan gejala isolasi social. Penggunaan metode SST ini sebagian besar yang digunakan termasuk model pelatihan dasar, model pelatihan pemecahan masalah dan model pelatihan fokus pada perhatian untuk pengulangan remediasi (Chien and Chou, 2003). Dan terdapat dua metode bisa diaplikasikan pada klien untuk meningkatkan keterampilan sosial dengan menggabungkan model pelatihan pemecahan masalah dan model pelatihan fokus perhatian.(Kang,et al, 2016)

Pada pelaksanaannya, SST dapat dilakukan bersamaan dengan terapi lainnya. Seperti pada penelitian yang dilakukan (Herman et al., 2018) pelaksanaan SST digabungkan dengan Cognitive-Behaviour pada populasi pasien psikosis. Dan dihasilkan bahwa kedua terapi ini berdampak pada sifat adaptif responden dalam meningkatkan keterampilan social. Penelitian yang dilakukan Lestari (2014) pada pasien skizofrenia yang rawat inap di RSMM Bogor dan mengalami isolasi social, dilakukan tindakan keperawatan spesialis Social Skills Therapy (SST) dan family psychoeducation. Penelitian ini menunjukkan dampak pada klien isolasi social terjadi penurunan tanda gejala dan peningkatan kemampuan. Penelitian ini dilakukan juga karena pasien yang mengalami isolasi social membutuhkan bantuan dan perawatan yang intensif, dan manusia merupakan makhluk social yang tidak bisa hidup sendiri sehingga dibutuhkan kemampuan untuk menjalin interaksi.

Berdasarkan terapi di atas dapat dijelaskan bahwa pelaksanaan Social Skills Therapy (SST) bisa digunakan untuk proses rehabilitasi pada pasien skizofrenia kronik yang mengalami isolasi sosial. Tidak terbatas hanya pelaksanaan Social Skills Therapy (SST) saja, namun dapat pula ditambahkan terapi lain yang sesuai dengan masalah pasien saat ini, misalnya dengan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) ataupun dengan family psychoeducation dimana terapi-terapi ini

semakin baik bila diberikan bersamaan (Isal Laili & Yuniartika, n.d.) (Oktaviana & Aprilliana, 2024) dalam waktu yang terukur dan monitoring evaluasi yang baik.

SIMPULAN

Angka kejadian masalah kesehatan jiwa terus meningkat tiap tahunnya, sejalan pula dengan semakin meningkatnya penderita gangguan mental berat yaitu skizofrenia. Skizofrenia ditandai dengan penurunan atau ketidakmampuan berkomunikasi, gangguan realitas (halusinasi atau waham), afek tidak wajar, gangguan kognitif (tidak mampu berpikir abstrak) serta kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari. Salah satu masalah keperawatan yang dapat terjadi akibat hal tersebut adalah isolasi sosial yang merupakan keadaan seorang individu yang mengalami penurunan atau bahkan sama sekali tidak mampu berinteraksi dengan orang lain di sekitarnya. Salah satu terapi yang dapat diberikan dalam permasalahan tersebut adalah terapi keterampilan sosial (SST) untuk membantu mengembalikan fungsi seharusnya, dan berdasarkan penelitian-penelitian dibuktikan bahwa SST efektif dalam menurunkan masalah isolasi sosial pada pasien skizofrenia.

DAFTAR PUSTAKA

- Barrantes-Vidal, N., Grant, P., & Kwopil, T. R. (2015). The role of schizotypy in the study of the etiology of schizophrenia spectrum disorders. *Schizophrenia Bulletin*, 41(suppl_2), S408-S416.
- Chien, Hui-Ching, Kuei-Ru Chou. (2003). Effects of social skills training on improving social skills of patients with schizophrenia. *Archives of Psychiatric Nursing* 17: 228-236.
- Dodell-feder, D., Tully, L. M., & Hooker, C. I. (2015). Social impairment in schizophrenia : new approaches for treating a persistent problem, 28(3), 236–242. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000154>
- Eglit, G. M. L., Palmer, B. W., Martin, A. S., Tu, X., & Jeste, V. (2018). Loneliness in schizophrenia : Construct clarification , measurement , and clinical relevance, 1–20.
- Erdiman, S. (2015). Effect of Psychosocial Skills Training on Disease Symptoms , Insight , Internalized Stigmatization , and Social Functioning in Patients with Schizophrenia, 341–348. <https://doi.org/10.1002/rnj.195>
- Gagen, E. C., Gibson, C. M., Elliott, T. L., Smedley, K. L., Fredrik, L., Pedersen, C. A., & Penn, D. L. (2017). Are Social Skill and Empathy Separable Constructs ? A Psychometric Evaluation of a New Role-play Assessment of Empathy for Individuals with Schizophrenia, 8(2), 175–191. <https://doi.org/10.5127/jep.050715>
- Harkomah, I., Arif, Y., Keperawatan, F., Andalas, U., Barat, S., Keperawatan, F., ... Supportif, T. (2018). Pengaruh Terapi Social Skills Training (Sst) Dan Terapi Suportif Terhadap Keterampilan, 02(01), 61–65.
- Herman, Y., Shireen, H., Bromley, S., Yiu, N., & Granholm, E. (2018). Original Article Cognitive-behavioural social skills training for first-episode psychosis : a feasibility study, 863–868. <https://doi.org/10.1111/eip.12379>
- Jiwa, J. K., & Sukaesti, D. (2018). Social Skill Training In Social Insulation Clients, 6(1).
- Kang, Ruiying; wu, Yeqing; li, Zhiwu; Jiang, Jun; Gao, Qi; Yu, Yuncui; Gao, Keming; Yan,

- Yuxiang; he, Y. (2016). Effect of Community-Based Social Skills Training and Tai-Chi Exercise on Outcomes in Patients with Chronic Schizophrenia : A Randomized , One-Year. <https://doi.org/10.1159/000448195>
- Keliat, B.A, Akemat, Daulima, NHC., & Heni, N. (2011). Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas CMHN (Basic Course). Jakarta :EGC
- Kumar, B. (2015). Efficacy of Social Skills Training for the Persons with Chronic Schizophrenia Efficacy of Social Skills Training for the Persons with Chronic, 20(5), 660–696.
- Laili, L., & Yuniartika, W. (2023). Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Sebagai Terapi Tingkat Stress Pada Lansia. *Hijp : Health Information Jurnal Penelitian*, Volume 15, Suplemen, 2023.
- Lin, C., & Wang, J. (2016). Dynamic Changes of Self-Stigma , Quality of Life , Somatic Complaints , and Depression Among People With Schizophrenia : A Pilot Study Applying Kernel Smoothers, 1(1), 29–43.
- Lestari,A., Keliat,B.A., & Putri, Y.S.E. (2014). Penerapan terapi social skill training dan family psychoeducation terhadap diagnosis isolasi sosial di Ruang Arimbi RSMM Bogor tahun 2013.FIK UI. Tidak dipublikasikan.
- Mann, F., Bone, J. K., Johanna, B. L., Pinfold, V., Ma, R., Wang, J., & Johnson, S. (2017). A life less lonely : the state of the art in interventions to reduce loneliness in people with mental health problems. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52(6), 627–638. <https://doi.org/10.1007/s00127-017-1392-y>
- Muhlisin, A., & Pratiwi, A. (2017). Community-based participatory research to improve primary mental health services. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 5(6), 2524. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20172441>
- Nanda. (2018). *Diagnosis Keperawatan Definisi & Klasifikasi 2018-2010*. Edisi 11 editor T Heather Herdman, Shigemi Kamitsuru. Jakarta: EGC
- Oktaviana, W., & Aprilianna, A. (2024). Pengaruh Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Pada Remaja Yang Mengalami Harga Diri Rendah: A Systematic Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol 12, No 1 (2024), <https://doi.org/10.26714/jkj.12.1.2024.89-96>.
- Paper, C. A. (2019). Social skills training shows comparable effectiveness with other interventions , including medications , for reducing negative symptoms in people with psychotic disorders, 121–122. <https://doi.org/10.1111/1440-1630.12545>
- Pratama, B. D. (2017). Hubungan Pengetahuan dengan Efikasi Diri pada Caregiver Keluarga Pasien Gangguan Jiwa. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 4(1), 34–56. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/53826>
- Rus-calafell, M., Gutiérrez-maldonado, J., Ribas-sabaté, J., & Lemos-giráldez, S. (2014). Social Skills Training For People With Schizophrenia : What Do We Train ? □, 22, 461–477.
- Selten, J.-P., Booij, J., Buwalda, B., & Meyer-Lindenberg, A. (2017). Biological mechanisms

whereby social exclusion may contribute to the etiology of psychosis: a narrative review. *Schizophrenia Bulletin*, 43(2), 287-292.

Sheridan, A. J., Drennan, J., Coughlan, B., Keeffe, D. O., Frazer, K., Kemple, M., ... Callaghan, E. O. (2015). Improving social functioning and reducing social isolation and loneliness among people with enduring mental illness : Report of a randomised controlled trial of supported socialisation. <https://doi.org/10.1177/0020764014540150>

Singh, U., & Singh, B. (2018). Assessment and Management of Socio-Occupational Functioning of Persons with Chronic Schizophrenia : Effect of, 13(1), 189–198.

Townsend, M. C., & Morgan, K. I. (2017). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice*: FA Davis.

Widodo, A., Prabandari, Y. S., Sudiyanto, A., & Rahmat, I. (2019). Increasing the quality of life of post-shackling patients through multilevel Health promotion of shackling prevention. *Bali Medical Journal*, 8(2), 587–594. <https://doi.org/10.15562/bmj.v8i2.1470>.

