STUDI LITERATUR: PENGARUH TERAPI PERILAKU KOGNITIF TERHADAP TINGKAT KEMAMPUAN INTERAKSI SOSIAL PADA KLIEN DENGAN ISOLASI SOSIAL

JURNAL

RIRIN PIPII MOKO
Nim. C01419215

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO
GORONTALO
2020

LEMBAR PERSETUJUAN ARTIKEL JURNAL

Judul penelitian	: Studi Literatur : Pengaruh Terapi Perilaku Kognitif Terhadap Tingkat Kemampuan Interaksi Sosial Pada Klien Dengan Isolasi Sosial
Nama Mahasiswa	: Ririn Pipii Moko
Program studi	:Ilmu keperawatan
Email	: ririnmuzianti@gmail.com
No.Tel/Hp	:0822 9039 0630

Menyetujui Nama pembimbing dicantumkan Dalam Artikel tersebut dan menyetujui untuk dimuat Jurnal program studi ilmu keperawatan

Pembimbing I

Ns.Firmawati.M.Kep
NIDN : 0925018901

Pembimbing II

Ns.Harismayanti, M.Kep
NIDN : 0920048704

Mengetahui

Ketua Program Studi
Ilmu Keperawatan

Ns.Harismayanti, M.Kep
NIDN : 0920048704

Penanggung jawab Jurnal
Program studi ilmu keperawatan

Ns.Dewi Modjo,M.kep
NIDN : 09030991102

Jurnal Zaitun
Jurnal Keperawatan

ISSN 2301– 5691

Artikel Penelitian

PENGARUH TERAPI PERILAKU KOGNITIF TERHADAP TINGKAT KEMAMPUAN INTERAKSI SOSIAL PADA KLIEN DENGAN ISOLASI SOSIAL STUDI LITERATUR

(The Influence of Cognitive Behavioral Therapy on the Level of Social Interaction in Clients with Social Isolation; Literature Review)

Ririn Pipi Moko,[1]. Firmawati[2], Harismayanti[3]
1.Mahasiswa Jurusan Keperawatan UMGO
2.Dosen Jurusan Keperawatan UMGO
3. Dosen Jurusan Keperawatan UMGO

ABSTRAK

Salah satu terapi yang dilakukan pada pasien yang mengalami gangguan isolasi sosial menarik diri adalah menurunnya tingkat kemampuan interaksi sosial. Terapi perilaku kognitif atau yang biasa disebut juga *cognitive behaviour therapy* diberikan dimana pada klien isolasi sosial mengalami penurunan kemampuan dalam melakukan interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi perilaku kognitif terhadap tingkat interaksi sosial pada klien dengan isolasi sosial. Penelitian ini merupakan studi literatur dengan membandingkan jurnal-jurnal dari berbagai sumber literatur terkait melalui *database Google Scholar* menghasilkan *literature* sebanyak 9.670 jurnal, *Pubmed* sebanyak 125 jurnal dan *Scientdirect* 228 jurnal, dengan hasil literatur yang memiliki kriteria inklusi didapatkan sebanyak 6 jurnal.Jenis Penelitian ini adalah penelitian studi literatur.dari 6 jurnal literatur tersebut didapatkan semua jurnal ada pengaruh terapi perilaku kognitif terhadap tingkat kemampuan interaksi sosial pada pasien dengan isolasi sosial. Terapi perilaku kognitif berpengaruh terhadap tingkat kemampuan interaksi sosial pada klien dengan isolasi sosial. Diharapkan kepada pasien yang mengalami gangguan isolasi sosial,mampu mengubah pikiran yang negative menjadi positif,mampu berinteraksi sosial dengan baik dan dapat meningkatan aktifitas setelah melaksanakan terapi perilaku kognitif dengan baik.

Kata Kunci : Terapi Perilaku Kognitif, Interaksi Sosial, Isolasi Sosial

ABSTRACT

One of the therapies performed on patients with social isolation disorder is a decreasing level of social interaction ability. Cognitive behavioral therapies were giving to the social isolation patients that are experienced decreasing social isolation abilty. The objective was to determine the influence of cognitive behavioral therapy on the level of social interaction in patients with social isolation. The research was a literature study with comparing journals from related several literature sources through Google Scholar database produced 9,670 journals of literature, 125 journals of Pubmed and 228 Scientdirect journals, with 6 journals that have inclusion criteria. There is an effect of cognitive behavioral therapy on the level of social interaction ability in patients with social isolation. Cognitive behavior therapy affects the level of social interaction ability in patients with social isolation. Expected patients who experience social isolation disorders are able to change negative thoughts into positive ones, can interact good socialization and to increase activity after implementing cognitive behavioral therapy properly.

Keywords: Cognitive Behavioral Therapy, Social Interaction, Social Isolation

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa adalah perubahan pada fungsi jiwa yang menyebabkan adanya

gangguan pada fungsi jiwa, dan dapat menimbulkan penderitaan pada individu dan atau hambatan dalam melaksanakan peran sosial. Pada orang yang mengalami gangguan jiwa pasti akan berbeda dengan orang normal lainnya baik pola tingkah lalu atau psikologi seseorang dimana keberadaannnya dalam keluarga akan menjadi beban dan stressor tersendiri bagi keluarga (1).

Kasus gangguan jiwa setiap tahun mengalami peningkatan dan WHO (World Health Organization) memperkirakan bahwa 25% penduduk diperkirakan akan mengalami gangguan jiwa pada usia tertentu selama hidupnya. Pada tahun 2016 diperkirakan sebanyak 450 jiwa juta orang diseluruh dunia mengalami gangguan mental, terdapat sekitar 10% orang dewasa mengalami gangguan jiwa. Gangguan jiwa mencapai 13% dari penyakit secara keseluruhan dan kemungkinan akan berkembang menjadi 25% ditahun 2030, gangguan jiwa berhubungan dengan bunuh diri, lebih dari 90% dari satu juta kasus bunuh diri setiap tahunnya akibat gangguan jiwa (2).

Data pasien gangguan jiwa, menurut data Kementerian Kesehatan tahun 2013 lebih dari 28 juta orang dengan kategori gangguan jiwa ringan 14,3% dan 17% menderita gangguan jiwa berat. Dibanding rasio dunia yang hanya satu permil, masyarakat Indonesia yang telah mengalami gangguan jiwa ringan sampai berat telah mencapai 18,5%. Sementara data gangguan jiwa yang dilaporkan oleh Kementerian Kesehatan R.I melalui Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, jumlah persentase penduduk yang mengalami gangguan jiwa sebesar 9,8% dari jumlah penduduk Indonesia. Khusus untuk provinsi Gorontalo, jumlah penduduk yang mengalami gangguan jiwa sebesar 17,7% dari total penduduk (3).

Salah satu masalah sebagai dampak dari gangguan jiwa adalah Isolasi sosial. Isolasi sosial diidentifikasi sebagai faktor penting yang dapat mempengaruhi kesejahteraan sosial individu. Definisi objektif dari isolasi sosial dapat mengasumsikan bahwa semua interaksi membawa hal yang sama terhadap nilai emosional dan sosial. Sebaliknya, multidimensi konseptualisasi menggambarkan isolasi sosial sebagai keadaan dimana individu mengalami kekurangan dalam memenuhi dan hubungan yang berkualitas, seperti kurang memiliki rasa memiliki sosial, atau memiliki keterlibatan sosial yang terbatas dan seringkali memiliki kontak defisiensi interaksi sosial. Jumlah interaksi yang ideal dan kualitas kontak tersebut bervariasi antara orang-orang, sehingga satu orang dapat memiliki banyak interaksi namun dalam hal bersosialisasi individu tersebut merasa terisolasi, sementara yang lain memiliki sedikit interaksi namun tidak mengalami isolasi sosial (4).

Isolasi sosial, seperti memiliki lebih sedikit teman dan cenderung kurang bergaul, juga lebih umum di antara orang dengan masalah kesehatan mental. Isolasi sosial memiliki efek psikologis dan kesehatan yang merugikan, seperti gangguan interaksi sosial, tekanan darah tinggi, depresi, dan penurunan kognitif. Selain itu, isolasi sosial dikaitkan

dengan kualitas hidup yang lebih buruk dan dengan gejala kesehatan mental yang lebih berat bahkan pada akhirnya akan berdampak hasil kesehatan fisik yang buruk, gejala psikotik yang lebih buruk, gejala depresi, dan risiko demensia yang lebih tinggi. Sebaliknya, dukungan sosial yang dianggap cukup dikaitkan dengan gejala kejiwaan yang baiik, fungsi yang lebih tinggi, pemulihan pribadi yang lebih baik, harga diri dan pemberdayaan yang lebih besar, dan peningkatan kualitas hidup (5).

Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya bahwa salah satu masalah yang sering dialami oleh individu yang mengalami masalah isolasi sosial adalah menurunnya tingkat kemampuan interaksi sosial. Sebagian besar pasien dengan isolasi sosial terdapat penurunan pada interaksi sosial akibat kerusakan adanya fungsi kognitif dan afektif. isolasi sosial mempunyai makna sebagai kemampuan individu dalam mengungkapkan perasaan baik perasaan positif maupun perasaan negatif dalam hubungannya dengan orang lain tanpa kehilangan penguatan sosial dan dalam berbagai ragam hubungan dengan orang lain yang mencakup respon verbal dan non-verbal. Rendahnya interaksi sosial pada pasien isolasi sosial tercermin melalui perilaku ketika pasien melakukan percakapan, tampak bahwa alur berpikir pasien sulit dipahami orang lain karena pembicaraannya terkesan janggal dan tidak berkaitan dengan topik, ekspresi dan intonasi tidak ekspresif serta tidak menatap lawan bicara (6).

Gangguan interaksi sosial pada pasien dengan isolasi sosial segera ditangani dengan cepat dan tepat . Bila menarik diri dari lingkungannya pasien isolasi akan menjadi kebiasaan diri yang kurang baik. Gangguan interaksi sosial dapat menyebabkan kurangnya pertemanan dan membatasi rentang situasi sosial yang dihadapi individu, mengakibatkan individu akan lebih sedikit memilikikemampuan interaksi sosial dan lebih sedikit kesempatan untuk menguji keterampilan sosial (7).

Penanganan pasien isolasi sosial dilakukan dengan berbagai cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Secara Farmakologi dapat menggunakan antipsikotik yang dikenal dengan *neuroleptic* sedangkan untuk non-farmakologi meliputi Terapi spesialis merupakan bentuk terapi modifikasi dari terapi generalis. Terapi perilaku kognitif (*cognitive behaviour therapy*) merupakan salah satu terapi spesialis yang paling sering diberikan pada pasien dengan isolasi sosial yang mengalami gangguan interaksi sosial (8).

Terapi perilaku kognitif atau yang biasa disebut juga *cognitive behaviour therapy* diberikan dimana pada klien isolasi sosial mengalami penurunan kemampuan dalam melakukan interaksi sosial karena pengalaman yang tidak menyenangkan dan pikiran negatif yang muncul pada individu sebagai ancaman individu, hal ini didasarkan teori bahwa tanda dan gejala fisiologis berhubungan dengan interaksi antara pikiran, perilaku dan emosi. Tahapan terapi perilaku kognitif terdiri dari empat sesi. Sesi satu mengidentifikasi

pengalaman yang tidak menyenangkan dan menimbulkan pikiran otomatis negatif dan perilaku serta cara melawannya, sesi dua melawan pikiran otomatis negatif atau mengubah perilaku negative kedua, sesi tiga memanfaatkan sistem pendukung, dan sesi ke empat mengevaluasi manfaat pikiran negatif (9).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi perilaku kognitif terhadap tingkat interaksi sosial pada klien dengan isolasi social.

METODE

Penelitian merupakan studi literatur dengan menelusuri secara online berbagai sumber literatur terkait melalui database yaitu *Scientdirect, Pubmed*, GARUDA dan *Google Schoolar*. Peneliti menggunakan kata kunci dalam Bahasa Indonesia: terapi prilaku kognitif dan interaksi sosial. sedangkan kata kunci dalam bahasa inggris adalah *cognitive behaviour therapy* dan *sosial interaction*. Selanjutnya dilakukan screening menghasilkan dan diujii kelayakan, kemudian diinklusi berdasarkan kriteri judul yang sesuai full tex dan terbit 5 tahun terakhir yang kemudian direview dan dianalisis.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pencarian literatur dari database Pubmed, Scientdirect dan Google Scholar dengan menggunakan kata kunci dalam bahasa Indonesia "terapi perilaku kognitif dan tingkat interaksisosial" serta kata kunci dalam Bahasa inggris "*Cognitive Behaviour therapy and sosial interaction level"*. Pada google scholar menghasilkan literatur sebanyak 9.760 jurnal, pencarian Scientdirect sebanyak 228 jurnal dan Pubmed sebanyak 125 jurnal. Selanjutnya peneliti melakukan screening pada literatur dengan memperhatikan akses, full text dan terbitan 5 tahun terakhir dan original articel, setelah itu literatur dikeluarkan jika hanya dalam bentuk abstrak dan tidak full text kemudian tidak bisa di download atau berbayar dan memerlukan username atau password untuk login repository.

Literatur di uji kelayakannya dengan membaca, mengamati secara menyeluruh dan memilih literatur penelitian dengan desain observasional sehingga mendapatkan 20 jurnal yang teruji kelayakannya. Jurnal yang hanya merupakan ulasan dan opini itu kemudian dikeluarkan sehingga dari 20 jurnal tersebut kemudian di inklusi sesuai kriteria yaitu tanggal publikasi 5 tahun terakhir, jurnal bahasa inggris atau bahasa indonesia, Tidak dalam bentuk abstrak saja maupun buku artikel harus dalam bentuk full text, dapat didownload dan diakses dan jurnal sesuai topik dan judul sehingga di dapatkan jurnal yang sesuai yaitu sebanyak 6 jurnal dimana terdapat 4 jurnal nasional dan 2 jurnal internasional.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil temuan dari para peneliti yang menjelaskan bagaimana pengaruh *Cognitive Behaviour Therapy* terhadap peningkatkan interaksi sosial, maka dapat disimpulkan bahwa intervensi ini sangat penting untuk dapat diterapkan pada pasien gangguan isolasi sosial yang mengalami penurunan tingkat interaksi sosial.

Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak lepas dari keadaan yang interaksi dan senantiasa melakukan hubungan dan pengaruh timbal balik dengan manusia yang lain dalam

rangka memenuhi kebutuhan dan mempertahankan kehidupannya. Pasien yang mengalami penurunan atau bahkan sama sekali tidak mampu berinteraksi dengan orang lain sekitarnya, mengalami perilaku tidak ingin berkomunikasi dengan orang lain, lebih menyukai berdiam diri, dan menghindar dari orang lain, masalah dengan aktivitas kehidupan sehari-hari sehingga membutuhkan latihan melakukan sosialisasi dengan orang lain. Bersosialisasi harus memiliki hubungan interpersonal yang sehat, mengalami kedekatan dengan orang lain sambil menjaga identitas sesama mereka sendiri secara terpisah untuk menemukan kepuasan dalam hidup. Kedekatan atau keintiman ini termasuk kepekaan terhadap kebutuhan orang lain, komunikasi terbuka terkait perasaan, penerimaan terhadap orang lain sebagai individu yang dihargai dan terpisah serta pemahaman empati. Pengalaman yang tidak menyenangkan sebagai ancaman terhadap individu, dan dengan demikian kegagalan individu dalam melakukan interaksi dengan orang lain sebagai akibat dari pikiran negatif yang dihasilkan (10).

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat para ahli tentang bagaimana mekanisme *Cognitive Behaviour Therapy* dalam meningkatkan kemampuan interaksi sosial. Muliani (2017) menjelaskan bahwa terapi perilaku kognitif atau yang biasa disebut juga *cognitive behaviour therapy* diberikan dimana pada klien isolasi sosial mengalami penurunan kemampuan dalam melakukan interaksi sosial karena pengalaman yang tidak menyenangkan dan pikiran negatif yang muncul pada individu sebagai ancaman individu, hal ini didasarkan teori bahwa tanda dan gejala fisiologis berhubungan dengan interaksi antara pikiran, perilaku dan emosi. Tahapan terapi perilaku kognitif terdiri dari empat sesi. Sesi satu mengidentifikasi pengalaman yang tidak menyenangkan dan menimbulkan pikiran otomatis negatif dan perilaku serta cara melawannya, sesi dua melawan pikiran otomatis negatif atau mengubah perilaku negative kedua, sesi tiga memanfaatkan sistem pendukung, dan sesi ke empat mengevaluasi manfaat pikiran negatif.

Sejalan dengan pendapat tersebut, Keliat (2019), menjelaskan bahwa isolasi sosial adalah keadaan dimana seorang individu mengalami penurunan atau bahkan sama sekali tidak mampu berinteraksi dengan orang lain disekitarnya. Klien mungkin merasa ditolak atau tidak diterima, merasa kesepian dan tidak mampu membina hubungan sosial dengan orang lain. Pada kondisi ini individu akan cenderung tidak mau berinteraksi dengan lingkungan sekitar sehingga dibutuhkan upaya dalam memperbaiki fungsi berpikir atau kognisi melalui cognitive behaviour therapy. Tindakan sangat efektif dikarenakan dapat merubah pola pikir yang negatif menjadi positif sehingga perilaku yang maladaptif yang timbul akibat pola pikir yang salah juga akan berubah menjadi perilaku yang adaptif, sehingga pada akhirnya diharapkan individu dengan masalah isolasi sosial, mampu berinteraksi dengan baik.

Selanjutnya pendapat yang dikemukakan oleh Stuart & Sundeen (2013). Menurut Stuart & Sundeen (2013), gejala tidak menyenangkan ketika berinteraksi dengan orang lain adalah salah satu ciri khas pasien isolasi sosial. Pasien isolasi akan cenderung muncul perilaku menghindar saat berinteraksi dengan orang lain dan lebih suka menyendiri terhadap lingkungan, oleh karena itu, pasien isolasi sosial akan terlihat lebih banyak murung dan suka duduk menyendiri di pojok ruangan. Cognitive behaviour therapy dapat memperbaiki respon afektif pasien dimana respon afektif merupakan cara dalam menunjukkan su perasaan. Penilaian terhadap stressor afektif dan tidak spesifik dan umumnya berupa reaksi

kecemasan berupa emosi. Respon afektif yang muncul meliputi sedih, takut, marah, gembira, menerima, tidak percaya, antipasti, dan tekejut. Efek dari respon afektif yang baik akan membantu peningkatan kemampuan psikomotor atau peningkatan perilaku yang positif dalam melakukan interaksi sosial pada respon ini terjadi karena pada terapi perilaku kognitif diberikan latihan melawan pikiran negatif dan dilanjutkan dengan membentuk perilaku positif dalam melakukan interaksi sosial.

Berdasarkan analisis hasil penelitian sebelumnya dan pendapat dari beberapa ahli maka penulis berpendapat bahwa selama proses pemberian cognitive behaviour therapy terjadi peningkatan psikomotor atau perilaku yang positif dalam melakukan interaksi sosial pada setiap responden yang mengalami ketidakmampuan interaksi sosial. Hal ini terjadi karena melalui terapi terapi perilaku kognitif pola pemikiran individu akan terbentuk melalui proses rangkaian stimulus-kognisi-respon yang saling terkait dan membentuk jaringan dalam otak manusia, dimana faktor kognitif akan menjadi penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia berpikir, merasa, dan bertindak. Dalam konteks inilah pasien akan diberikan latihan melawan pikiran negatif dan kemudian dilanjutkan dengan membentuk perilaku yang positif dalam melakukan interaksi sosial. Latihan ini yang kemudian akan meningkatkan kemampuan interaksi sosial.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis studi literatur ini maka penulis berkesimpulan bahwa *Cognitive behaviour therapy* dapat memberikan stimulus untuk merangsang peningkatkan kemampuan kognitif dan psikomotor sehingga respon afektif akan menurun diikuti dengan menurunnya perasaan kecemasan sosial pasien yang pada akhirnya akan dapat memberikan kepercayaan diri untuk dapat melakukan interaksi dengan orang lain tanpa harus merasa takut dan khawatir dengan lingkungan sosial sekitar.

Rumah sakit dengan pelayanan psikiatri hendaknya selalu menerapkan terapi generalis dengan pelaksanaan strategi pelaksanaan dan terapi aktivitas kelompok pada klien isolasi sosial sehingga dapat mengevaluasi perubahan kemampuan (kognitif, afektif dan perilaku) pada klien isolasi sosial dalam melakukan interaksi sosial. Rumah sakit merencanakan ruangan untuk pelaksanaan intervensi keperawatan pada klien dengan tempat khusus yang lebih nyaman dan leluasa dalam melakukan terapi sehingga mudah berkonsentrasi dalam proses intervensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Keliat BA. Manajemen keperawatan psikososial & kader kesehatan jiwa. In EGC; 2019.
2. Marquez P V, Saxena S. Making Mental Health a Global Priority. Cerebrum [Internet]. 2016;2016(August):1–14. Available from: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28058091%0Ahttp://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC5198754
3. Kementerian Kesehatan R. Laporan Nasional RISKESDAS 2018 [Internet]. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. p. 198. Available from: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
4. Franck L, Molyneux N, Parkinson L.

Systematic review of interventions addressing social isolation and depression in aged care clients. Qual Life Res. 2016;25(6):1395–407.

5. Ma R, Mann F, Wang J, Lloyd-Evans B, Terhune J, Al-Shihabi A, et al. The effectiveness of interventions for reducing subjective and objective social isolation among people with mental health problems: a systematic review [Internet]. Vol. 55, Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology. Springer Berlin Heidelberg; 2020. 839–876 p. Available from: https://doi.org/10.1007/s00127-019-01800-z
6. I. El Malky M, Atia M, H.Alam F. The effectiveness of social skill training on depressive symptoms, self- esteem and interpersonal difficulties among Schizophrenic patients. Int J Adv Nurs Stud. 2016;5(1):43.
7. Spain D, Blainey SH, Vaillancourt K. Group cognitive behaviour therapy (CBT) for social interaction anxiety in adults with autism spectrum disorders (ASD). Res Autism Spectr Disord [Internet]. 2017;41–42(June):20–30. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.rasd.2017.07.005
8. Stuart GW, Sundeen SJ. Buku Saku Keperawatan Jiwa .(Ramus & Egi Komara, penerjemah). Jakarta: EGC; 2013.
9. Muliani N. Penerapan Terapi Keterampilan Sosial Dan Cognitive Behaviour Therapy Pada Klien Isolasi Sosial Dan Halusinasi. J Ilm Kesehat. 2017;1(1):83–90.
10. Martono N. Sosiologi Perubahan Sosial: Perspektif Klasik, Modern, Posmodern, dan Poskolonial (Sampel halaman). RajaGrafindo Persada Jakarta; 2012.