
STUDI KASUS PENERAPAN SOCIAL SKILL TRAINING (SST) PADA KLIEN DENGAN ISOLASI SOSIAL

Romana Sandrani Wangge¹, Adelheid Riswanti Herminsih*²

¹ Prodi Profesi Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Nusa Nipa

² Prodi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Nusa Nipa
adelheid643@gmail.com

Submitted : 25 February 2025

Reviewed : 4 March 2025

Accepted : 24 March 2025

Abstrak

Penderita skizofrenia mempunyai ciri menarik diri dari lingkungan sosial. Seseorang yang mengalami isolasi sosial akan menghindari interaksi ataupun komunikasi dengan orang lain. Oleh karena itu dibutuhkan peran perawat untuk membantu pasien agar dapat mengurangi isolasi sosial antara lain melakukan terapi *Social Skill Training* (SST). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intervensi *Social Skills Training* (SST) pada pasien skizofrenia yang mengalami isolasi sosial. Desain penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kopeta, waktu penelitian 8-13 Januari 2025. Populasi semua Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ), dengan jumlah sampel sebanyak 2 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sample*. Penelitian diawali dengan identifikasi asuhan keperawatan. Instrumen pengumpulan data menggunakan format asuhan keperawatan jiwa dan buku kerja terapi SST. Analisa data menggunakan analisa deskriptif dan data disajikan dalam bentuk narasi. Hasil penelitian menunjukkan SST efektif menurunkan masalah isolasi sosial. SST dapat meningkatkan keterampilan sosial pada pasien isolasi sosial.

Kata kunci: isolasi sosial, social skill training, studi kasus

Abstract

People with schizophrenia are characterized by social withdrawal. Someone who experiences social isolation will avoid interaction or communication with others. Therefore, the role of nurses is needed to help patients in order to reduce social isolation, including conducting Social Skill Training (SST) therapy. The purpose of this study was to determine the effect of Social Skills Training (SST) intervention on schizophrenia patients who experience social isolation. The research design used is a descriptive method with a case study approach. The research was conducted in the Kopeta Health Center working area, the research time was January 8-13, 2025. The population was all people with mental disorders (ODGJ), with a sample size of 2 people. The sampling technique used a purposive sample. The research began with the identification of nursing care. Data collection instruments used mental nursing care format and SST therapy workbook. Data analysis uses descriptive analysis and data is presented in narrative form. The results showed that SST was effective in reducing the problem of social isolation. SST can improve social skills in social isolation patients.

Keywords: social isolation, social skills training, case study

PENDAHULUAN

Kesehatan mental memiliki peranan yang sama pentingnya dengan kesehatan fisik. Namun, masalah kesehatan jiwa masih menjadi isu global yang semakin berkembang karena banyaknya kasus yang meningkat, termasuk Indonesia (Oktaviana & Aprilliana, 2023). Meskipun gangguan kesehatan jiwa tidak dianggap sebagai penyebab kematian secara langsung, kondisi ini dapat menyebabkan individu kesulitan dalam berperilaku dengan baik, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kelompok dan masyarakat serta menghambat pembangunan, karena individu tersebut menjadi kurang produktif. (Wijayati *et al.*, 2020).

Tingkat kejadian gangguan mental (seperti depresi, kecemasan, gangguan stres pasca trauma, gangguan bipolar, dan skizofrenia) adalah 22%. Menurut data Riskesdas (2018) bahwa penderita gangguan mental emosional seperti kecemasan maupun depresi pada usia lebih dari 15 tahun sekitar 6.1%. Sekitar 1,7 per 1.000 penduduk atau 400.000 jiwa merupakan penderita gangguan jiwa berat (skizofrenia). Jumlah penderita gangguan jiwa berat tersebar hampir di seluruh Indonesia dan tidak semua penderita menjalani perawatan, namun sebagian kecil masih ada yang berada di tengah masyarakat (Putri & Agustia, 2022).

Propinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) prevalensi skizofrenia/psikosis sebanyak 3.6% per 1000 rumah tangga. Tahun 2019, data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sikka terdapat 1130 jiwa yang mengalami gangguan jiwa, tahun 2020 sebanyak 1132 jiwa dan tahun 2021 sebanyak 1133 jiwa. Hasil wawancara dengan pemegang program jiwa di UPT Puskesmas Kopeta diperoleh data jumlah kasus klien skizofrenia/psikosis pada tahun 2021 sebanyak 72 jiwa, tahun 2022 sebanyak 79 jiwa, tahun 2023 sebanyak 82 jiwa dan tahun 2024 sebanyak 87 jiwa.

Salah satu gangguan jiwa yang sering ditemukan adalah isolasi sosial. Seseorang yang mengalami isolasi sosial cenderung menghindari interaksi dan berkomunikasi dengan orang lain karena merasa tidak memiliki ikatan yang dekat dan kehilangan peluang untuk berbagi perasaan, pemikiran, serta kegagalan bersama. Mereka akan kesulitan untuk berinteraksi secara spontan dengan orang lain. Kemampuan untuk berinteraksi memerlukan latihan dan pendekatan khusus, karena berkomunikasi dengan pasien yang mengalami isolasi sosial membutuhkan tenaga, waktu, dan kesabaran, yang dapat mempengaruhi keberhasilan komunikasi tersebut. Di sisi lain, perawat juga harus memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi, moralitas yang baik, serta sikap peduli dan penuh kasih sayang dalam membantu pasien yang mengalami isolasi sosial (Nugroho & Dyah Vierdiana, 2024).

Salah satu intervensi yang diberikan kepada penderita isolasi sosial adalah *Social Skill Training* (SST). Latar belakang pemberian SST pada klien isolasi sosial sangat penting mengingat isolasi sosial dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental dan fisik seseorang. Isolasi sosial merujuk pada kondisi di mana individu mengalami keterasingan dari interaksi sosial, baik itu disengaja atau tidak disengaja, yang sering kali terjadi pada klien dengan gangguan mental, masalah emosional, atau mereka yang mengalami peristiwa hidup yang traumatis. Fenomena ini sering kali menyebabkan penurunan kualitas hidup dan

meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan gangguan stres pasca-trauma (Trisnawati *et al.*, 2023).

Social skill training (SST) adalah suatu pendekatan yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan individu dalam berinteraksi dengan orang lain secara lebih efektif. SST memberikan pelatihan kepada klien mengenai keterampilan sosial dasar seperti komunikasi verbal dan non-verbal, keterampilan mendengarkan, serta cara membangun hubungan yang sehat dan saling menghormati. Dengan keterampilan ini, diharapkan individu dapat lebih mudah berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka, mengurangi rasa terasing, dan meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi situasi sosial.

Pemberian SST pada klien isolasi sosial tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan sosial mereka, tetapi juga untuk meningkatkan rasa pemahaman diri, empati terhadap orang lain, dan keterampilan mengelola emosi. Pendekatan ini terbukti efektif dalam membantu individu yang kesulitan berinteraksi dalam situasi sosial, sehingga dapat berfungsi sebagai salah satu metode intervensi dalam terapi psikologis yang lebih luas. Penelitian Nugroho & Dyah Vierdiana (2024) membuktikan bahwa intervensi SST memiliki pengaruh dalam menurunkan tanda dan gejala isolasi sosial di Ruang Abimanyu RSJD Dr. Arif Zainudin Provinsi Jawa Tengah. Hal ini didukung dengan penelitian (Dwi Ratna *et al.*, 2023) yang menunjukkan bahwa pelatihan keterampilan sosial berpengaruh secara bermakna terhadap peningkatan skor fungsi sosial pada pasien skizofrenia di RSJ Dr Radjiman Wediodiningrat Lawang.

Penjelasan di atas mengungkapkan bahwa pemberian rencana keperawatan kepada pasien yang mengalami isolasi sosial sangat penting, terutama dengan melibatkan latihan interaksi sosial. Berdasarkan hal tersebut, peneliti berencana untuk melakukan penelitian yang berjudul “Studi Kasus: Penerapan *Social Skill Training* (SST) pada Pasien Isolasi Sosial di Wilayah Kerja Puskesmas Kopeta”.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Populasi adalah semua pasien gangguan jiwa. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling*, jumlah sampel sebanyak 2 responden.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* dengan melakukan identifikasi asuhan keperawatan kemudian mengulas kasus dari kedua subyek. Instrumen pengumpulan data menggunakan format asuhan keperawatan jiwa. Penentuan Diagnosa keperawatan menggunakan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI), Standar Luaran keperawatan Indonesia (SLKI) dan Lembar observasi *Social Skill Training* (SST) untuk klien Isolasi Sosial.

Analisa data menggunakan analisis deskriptif. Analisa data yang telah dikumpulkan menggunakan instrumen pengkajian berupa format pengkajian, maupun studi dokumentasi. Data atau fakta yang didapatkan kemudian dibandingkan dengan teori keperawatan, konsep medis isolasi sosial maupun teori atau konsep lain yang diperoleh dari penelitian studi kasus yang sudah pernah dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan pengkajian pada klien dengan isolasi sosial. Pengkajian pada Tn. Y.G. didapatkan klien mengatakan harus didampingi ibunya dan klien mengatakan malu untuk bertemu orang lain tetapi dengan perawat klien mau bertemu karena klien percaya perawat dapat membantu klien sembuh. Klien tidak mau bertemu orang lain karena Merasa tidak nyaman berada di sekitar orang lain, kurang percaya kepada orang lain, dan merasa tidak memiliki nilai dalam menjalin pertemanan dengan orang lain. Klien mengatakan tidak mau dikunjungi oleh keluarga maupun tetangga karena klien tidak nyaman dan merasa malu dengan sakit yang dialaminya.

Pengkajian pada Tn. V.P. diperoleh data bahwa klien mengatakan malu karena tidak bisa melakukan kegiatan. Klien juga malu bergaul dengan tetangga. Klien merasa tidak aman dan malu ketika ditanya. Menurut Damayanti and Iskandar (2014), pada pengkajian pasien isolasi sosial ditujukan pada aspek perilaku yang biasa muncul adalah berupa kurang spontan, apatis (kurang acuh terhadap lingkungan), ekspresi wajah kurang berseri, afek tumpul, pasien tidak bercakap-cakap dengan pasien yang lain atau orang lain dan perawat, mengisolasi diri. Teori ini sudah sesuai dalam pengkajian karena didapatkan data bahwa ketika diajak berbicara, pasien tidak mau berinteraksi, kontak mata tidak ada, sukar untuk berbicara dengan perawat, cenderung membisu/ suara kecil dan lambat, afek datar dan berbicara apabila ditanya. Pasien sulit untuk memulai pembicaraan dengan orang lain.

Data pengkajian faktor predisposisi yang ditemukan pada tn. Y.G. dan tn. V.P. dimana keduanya pernah menjalani pengobatan gangguan jiwa di RSJ namun belum optimal. Hal ini sesuai teori bahwa faktor yang berhubungan dengan isolasi sosial dapat terjadi karena stimulus lingkungan dan putus obat (Direja, 2017). Penderita gangguan jiwa yang kambuh sebagian besar disebabkan oleh kurangnya perhatian dari lingkungan dan bahkan keluarga sendiri tidak memberikan pengobatan sehingga berakibat pada lambatnya proses penyembuhan (Keliat, 2019). Faktor psikologis lain yang dapat menyebabkan isolasi sosial adalah kegagalan dalam melaksanakan tugas perkembangan. Kegagalan dalam melaksanakan tugas perkembangan akan mengakibatkan individu merasa kurang percaya diri, tidak mempercayai orang lain, penuh keraguan, takut membuat kesalahan, pesimis, dan merasa putus asa dalam menjalin hubungan dengan orang lain, menghindari dari orang lain, tidak mampu merumuskan keinginan, dan merasa tertekan. Kondisi di atas, dapat menyebabkan perilaku tidak ingin berkomunikasi dengan orang lain, menghindari dari orang lain, lebih menyukai berdiam diri sendiri, kegiatan sehari-hari terabaikan. Hal ini menjadi dasar bahwa untuk dapat meningkatkan hubungan sosial yang positif, setiap tugas perkembangan sepanjang daur kehidupan diharapkan dilalui dengan sukses sehingga kemampuan sosial dapat menghasilkan kepuasan individu (Muhith, 2015).

Klien Tn. Y. G. kooperatif selama wawancara, kontak mata kurang, terkadang lama menjawab pertanyaan perawat. Klien tidak pernah mengikuti kegiatan yang dilaksanakan di sekitar rumah baik kegiatan sosial maupun kegiatan rohani. Klien Tn. P. V. lebih suka tidur di rumah. Pada saat melakukan interaksi

klien bicara dengan suara yang lemah, kontak mata kurang, lebih sering tertunduk dan apabila dipanggil baru mengangkat kepalanya. Klien lebih banyak diam. Penurunan respon fisiologis ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa kerusakan hipotalamus pada klien gangguan jiwa akan membuat seseorang kehilangan mood dan memotivasi untuk melakukan sesuatu dan kehilangan mood untuk melakukan kegiatan sosialisasi dengan orang lain.

Implementasi telah dilakukan sesuai dengan perencanaan yang sudah ditetapkan yakni melakukan sesi pelaksanaan SST. Klien Tn. Y.G. mampu melaksanakan semua sesi SST yakni sesi I: pengkajian dan latih kemampuan pasien berkomunikasi; sesi II: latih kemampuan pasien dalam menjalin persahabatan; sesi III: latih kemampuan pasien untuk terlibat dalam aktivitas bersama; sesi IV: latih kemampuan pasien menghadapi situasi sulit; sesi V: melakukan evaluasi, melatih kemampuan mengungkapkan pendapat. Tetapi sesi III klien belum mau melakukan aktivitas bersama orang lain di luar rumah karena tidak percaya dengan orang lain. Hal ini sejalan dengan teori yang mengatakan bahwa kegagalan pada pasien isolasi sosial yaitu menarik diri disebabkan karena ketidakpercayaan individu, tidak percaya pada orang lain, tidak ingin berkomunikasi dengan orang lain, suka menyendiri dan tidak mementingkan kegiatan sehari-hari (Direja, 2011).

Klien Tn. P. V. mampu melakukan SST sesi I-III, sedangkan sesi IV dan V tidak dilakukan karena klien hanya diam, tidak mau berkomunikasi dengan perawat. Klien mau duduk bersama perawat tetapi tidak mampu mengungkapkan alasan tidak mau berkomunikasi dengan perawat dan tidak melanjutkan sesi SST. Hal ini serupa dengan pernyataan Keliat (2019) yang menyatakan bahwa orang dengan isolasi social merupakan individu yang tidak percaya diri, tidak percaya pada orang lain, ragu, takut salah, pesimis, putus asa terhadap hubungan dengan orang lain, terlalu mengisolasi diri dari orang lain, kesulitan dalam menentukan tujuan, dan merasa tertekan.

Setelah dilakukan implementasi selama 5x24 jam, didapatkan hasil masalah isolasi sosial Tn. Y.G. teratasi sebagian terjadi penurunan tanda dan gejala isolasi sosial. Klien mampu melakukan interaksi sosial dengan cara mau belajar berkenalan walaupun masih harus dibantu untuk memulai suatu percakapan, klien mau berkenalan dengan perawat, klien mau menjawab bila ditanya dan tampak sudah mulai ada kontak mata ketika diajak bicara. Klien mengatakan masih malu untuk bergaul dengan tetangga. Penelitian ini konsisten dengan studi yang berjudul “Penerapan *Social Skill Training* Dengan Menggunakan Pendekatan Teori Hildegard Peplau Terhadap Penurunan Gejala Dan Kemampuan Pasien Isolasi Sosial”, mengatakan bahwa *social skill training* efektif dalam menurunkan gejala dan meningkatkan kemampuan pasien isolasi sosial yang ditunjukkan melalui respon kognitif, afektif, fisiologis, perilaku dan sosial. Penelitian yang dilakukan dengan judul “Pengaruh Terapi *Social Skill Training* Tahap Melatih Kemampuan Berkomunikasi Pada Pasien Skizofrenia” juga mengatakan *social skill training* meningkatkan kemampuan berkomunikasi setelah dilakukan terapi *social skill training* tahap melatih kemampuan berkomunikasi.

Sedangkan pada Tn. V.P. didapatkan hasil masalah isolasi sosial belum teratasi. Klien berinteraksi dan berkomunikasi dengan perawat hanya sampai sesi

III, sedangkan sesi IV dan V, klien bertemu tetapi tidak mau berkomunikasi. Belum ada kontak mata, tidak bisa memulai pembicaraan, tidak mau bergaul dengan orang lain.

SIMPULAN

Pemberian terapi SST pada Tn. Y. G masalah isolasi teratasi sebagian yang dibuktikan dengan adanya penurunan tanda dan gejala isolasi sosial. Klien mampu melakukan interaksi sosial dengan cara mau belajar berkenalan walaupun masih harus dibantu untuk memulai suatu percakapan, klien mau berkenalan dengan perawat, klien mau menjawab bila ditanya dan tampak sudah mulai ada kontak mata ketika diajak bicara. Klien mengatakan masih malu untuk bergaul dengan tetangga.

Sedangkan pada Tn. V.P. didapatkan hasil masalah isolasi sosial belum teratasi. Klien berinteraksi dan berkomunikasi dengan perawat hanya sampai sesi III, sedangkan sesi IV dan V, klien bertemu tetapi tidak mau berkomunikasi. Belum ada kontak mata, tidak bisa memulai pembicaraan, tidak mau bergaul dengan orang lain.

SST ini diharapkan menjadi terapi alternatif untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial klien dengan masalah isolasi sosial. Peneliti selanjutnya diharapkan mengkombinasikan dengan terapi komplementer lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Daimayanti, Mukhrimah. Iskandar. (2014). *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Direja, Surya, A. H. (2011). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Dwi Ratna, Irwan Supriyanto, & Budi Pratiti. (2023). *4_Bobot_Pengaruh_Pelatihan_Ketrampilan_Sosial_Terhadap_Peningkatan_Skor_Fungsi_Sosial_Pada_Pasien_Skizofrenia_Di_RSJ_Dr_Radjiman_W ediodiningrat_Lawang1*. <http://etd.repository.ugm.ac.id>
- Keliat, B. A. (2019) *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Muhith, A. (2015). *Pendidikan Keperawatan Jiwa (Teori dan Aplikasi)*. Yogyakarta: Andi
- Nugroho, R. A., & Dyah Vierdiana. (2024). Penerapan Social Skill Training (SST) Terhadap Penurunan Tanda Dan Gejala Pasien Isolasi Sosial Diruang Abimanyu Rsjd Dr. Arif Zainudin Provinsi Jawa Tengah.
- Oktaviana, W., & Aprilliana, A. (2023). Intervensi Social Skills Training (Sst) Pada Pasien Skizofrenia Yang Mengalami Isolasi Sosial: A Systematic Review. *Jurnal Keperawatan*. Volume 15 Nomor S4. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Putri, T. H., & Agustia, Y. (n.d.). Faktor Karakteristik dalam Kejadian Kekambuhan pada Pasien Skizofrenia Characteristic Factors Affecting Relapse of Schizophrenia Patients. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 13, Issue 1). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>

- Trisnawati, C., Ningtyas, R., Yakpermas Banyumas, P., & Keperawatan, D. (2023) Asuhan Keperawatan Isolasi Sosial Pada TN. K Dengan Fokus Tindakan Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi: Social Skill Training (SST) di Rumah Sakit Jiwa dr. Soeharto Heerdjan Jakarta. *Asuhan Keperawatan Isolasi (Murtiyaningsih, Dkk) Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(7). <https://doi.org/10.5281/zenodo.8240377>
- Wijayati, F., Nasir, T., Hadi, I., Keperawatan, J., Kemenkes Kendari, P., & Mandala Waluya, Stik. (2020). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Harga Diri Rendah Pasien Gangguan Jiwa*. *HIJP: HEALTH INFORMATION JURNAL PENELITIAN* <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/HIJP>