

MENINGKATKAN KETERAMPILAN SOSIAL DENGAN SOCIAL SKILL TRAINING PADA PASIEN GANGGUAN SKIZOFRENIA PARANOID DI PSR-GPODGI DINAS SOSIAL KOTA PALEMBANG

Buprayundira¹, Sawi Sujarwo²

^{1,2)} Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma
email: buprayundira@gmail.com¹, sowisujarwo@gmail.com²

Abstrak

Kemunduran keterampilan sosial yang dialami oleh penderita gangguan skizofrenia paranoid menunjukkan bahwa mereka memerlukan latihan dalam keterampilan sosial. Dalam hal meningkatkan keterampilan sosial metode social skill training merupakan pilihan terbaik untuk mencapai tujuan peningkatan keterampilan sosial bagi penderita skizofrenia paranoid. UPTD-PSRGPODGI yang berada dibawah naungan Dinas Sosial Provinsi Sumatra Selatan Kota Palembang merupakan salah satu Lembaga Masyarakat yang menampung dan memberikan rehabilitasi bagi mereka yang terkena gangguan mental atau kejiwaan khususnya yang terkena skizofrenia. Metode Social Skill Training dengan tujuan melatih untuk berkomunikasi, menjalin persahabatan dan menghadapi situasi sulit dengan metode modelling, role play, feedback dan evaluasi memberikan hasil perubahan yang sangat signifikan pada subjek penderita skizofrenia paranoid. Pelaksanaan dilakukan selama masa magang, dan setelah kegiatan dilaksanakan untuk mendapatkan validitas perubahan pada subjek dilakukan wawancara dengan petugas kesehatan UPTD-PSRGPODGI. Hasil dari wawancara mengatakan bahwa ada perubahan signifikan dari subjek dalam aspek keterampilan sosial subjek yang sebelumnya tidak bisa dilakukan oleh subjek.

Kata kunci: Social Skill Training, Keterampilan Sosial, Skizofrenia Paranoid, Psikologi Sosial, Psikologi Klinis, Dinas Sosial.

Abstract

The regression of social skills experienced by patients with paranoid schizophrenia disorder suggests that they need training in social skills. In terms of improving social skills, social skill training methods are the best option for achieving the goal of enhancing social skills for people with paranoid schizophrenia. UPTD-PSRGPODGI which is in the shade of the Social Services of the Province of South Sumatra City of Palembang is one of the Community Institutions that accommodate and provide rehabilitation for those suffering from mental or mental disorders in particular those affected by schizophrenia. Social Skill Training methods with the aim of training to communicate, make friends and face difficult situations with methods of modeling, role play, feedback and evaluation provide results of very significant change in the subject suffering from paranoid schizophrenia. Implementation is done during the internship, and after the activities are carried out to obtain the validity of changes on the subject are conducted interviews with the health officer UPTD-PSRGPODGI. The results of the interview say that there is a significant change of the subject in the aspect of the social skills of the subjects that previously could not be done by the subject.

Keywords: Social Skill Training, Social Skills, Paranoid Schizophrenia, Social Psychology, Clinical Psychology, Social Services.

PENDAHULUAN

UPTD Panti Sosial Rehabilitasi Gelandangan, Pengemis dan Orang Dengan Gangguan Jiwa yang berada di bawah naungan Dinas Sosial Provinsi Sumatera Selatan merupakan salah satu Lembaga masyarakat yang memerlukan bantuan sumber daya manusia yang memiliki pengetahuan terhadap bidang ilmu psikologi. Panti Sosial Rehabilitasi Gelandangan, Pengemis dan Orang Dengan Gangguan Jiwa ini merupakan wadah penampungan bagi masyarakat yang tidak memiliki tempat tinggal atau yang biasa disebut dengan gelandangan dan pengemis dan juga masyarakat yang memiliki gangguan kejiwaan. Menurut hasil dari rekam medis tempat para penderita gangguan kejiwaan di Panti Sosial Rehabilitasi Gelandangan, Pengemis dan Orang Dengan Gangguan Jiwa, gangguan kejiwaan yang banyak dialami oleh penghuni Panti Sosial Rehabilitasi Gelandangan, Pengemis dan Orang Dengan Gangguan Jiwa adalah skizofrenia. Nevid, Rathus, dan Beverly (2002) mendefinisikan skizofrenia sebagai penyakit mental dengan gangguan otak yang kompleks, dan

penyakit peryasif yang mempengaruhi lingkup luas dari psikologis yang mencakup koginisi, afek, dan perilaku. Sehingga mereka kehilangan jati diri dan mengalami kegagalan dalam menjalankan peran dan fungsinya dalam masyarakat.

Hampir 1% dari jumlah populasi didunia mengalami gangguan psikis skizofrenia (Harvey, 2005). Mueser dan Gingerich (2006) mengatakan skizofrenia terjadi pada rentang usia 16 hingga 30 tahun, sedangkan pada usia di atas 35 tahun jarang terjadi. Berkurangnya motivasi (81%), isolasi sosial (72%), kebiasaan makan dan tidur yang buruk (72%), kesulitan menyelesaikan tugas (72%), kesulitan mengelola keuangan (72%), penampilan yang tidak rapi atau bersih (64%), lupa melakukan sesuatu (64%), kurang memperhatikan orang lain (56%), sering bertengkar (47%), berbicara kepada diri sendiri (41%), dan asupan obat yang tidak teratur (40%), menurut Stuart & Laraia (2008).

Salah satu kategori skizofrenia yang diderita adalah skizofrenia paranoid, Jenis skizofrenia paranoid ditandai dengan delusi atau halusinasi pada pendengaran. Penderita skizofrenia ini biasanya pertama kali muncul pada usia 20-an atau 30-an.

Kepercayaan diri atau ego yang tinggi pada skizofrenia paranoid lebih tinggi dari skizofrenia katatonik dan disorganized type. Skizofrenia ini ditandai dengan kemunduran mental, respon emosi dan perilaku (Sadock et al., 2015). Menurut Davison (2006) Ciri utama skizofrenia tipe ini adalah waham yang mencolok atau halusinasi auditorik. Waham biasanya adalah waham kejar atau waham kebesaran. Ciri-ciri lainnya meliputi ansietas, kemarahan, menjaga jarak dan suka berargumentasi, dan agresif.

Selain itu, menurut Rahmawati (2012:49) keterampilan sosial (social skill) merupakan suatu keterampilan dalam hal berinteraksi dengan orang lain dalam kontes sosial dengan cara yang spesifik yang dapat diterima oleh masyarakat. Keterampilan sosial merupakan keterampilan yang dibutuhkan untuk hidup (Life Skill) dalam masyarakat yang multi kultur masyarakat demokrasi dan masyarakat global yang penuh persaingan dan tantangan, yang meliputi keterampilan dalam berkomunikasi dan kecakapan dalam bekerja sama dengan orang lain baik dalam kelompok kecil maupun dalam kelompok besar (Widoyoko, dalam Parji 2016:16). Dengan begitu dapat disimpulkan, bahwa kemampuan ketrampilan sosial merupakan suatu perihal yang sangat penting dimiliki oleh individu dalam menjalin interaksi sosial.

Kemunduran keterampilan sosial yang dialami oleh penderita skizofrenia paranoid menunjukkan bahwa mereka memerlukan latihan dalam keterampilan sosial. Tujuannya agar mereka dapat membentuk kebiasaan yang baru untuk mengurangi kebiasaan penderita yang buruk. Tsang dan Lak (2010) mengatakan pelatihan dalam keterampilan sosial merupakan kunci penting bagi individu untuk menyesuaikan diri di lingkungan masyarakat. Menurut Bellack et al (2012a) pelatihan bersosialisasi yang paling tepat untuk penderita skizofrenia adalah Social Skill Training (SST).

Berdasarkan jurnal referensi dari penelitian sebelumnya penulis juga memutuskan untuk menggunakan Social Skill Training (SST) sebagai metode untuk meningkatkan keterampilan sosial pada pasien penderita skizofrenia paranoid di PSR-GPODGI yang dipilih menjadi subjek oleh penulis.

Dengan uraian diatas pula maka tujuan dari program kerja ini adalah untuk mengetahui apakah social skill training dapat memberikan peningkatan terhadap perilaku pada pasien skizofrenia paranoid terutama dalam aspek-aspek keterampilan sosial. Untuk membantu subjek memiliki kemampuan menjalin pertemanan seperti mampu menyapa, memperkenalkan diri, berkomunikasi ringan dengan lingkungan sekitar.

METODE

Model Social Skill Training (SST) menurut Stuart dan Laraia (2005) mengacu pada 4 (empat) tahapan, yakni melatih klien berkomunikasi, menjalin persahabatan dan menghadapi situasi sulit, dengan menggunakan metode modelling, role play, feedback dan transfer training. System tersebut teridentifikasi oleh tindakan dan perilaku yang teratur juga terkontrol oleh faktor-faktor biologis, psikologis dan sosiologis.

Pada kasus subjek ini, intervensi yang digunakan merupakan terapi perilaku dengan target untuk meningkatkan keterampilan sosial seperti menyapa, memperkenalkan diri,berkomunikasi ringan dengan lingkungan, mampu menjaga lingkungan, dan merawat diri.

Menurut Kneisl (2004), Stuart dan Laraia (2005), Varcarolis (2006) terapi perilaku berupa keterampilan sosial merupakan salah satu intervensi dengan teknik modifikasi perilaku yang berdasarkan pada prinsip-prinsip bermain peran, praktek dan umpan balik untuk meningkatkan

kemampuan subjek/klien dalam menyelesaikan masalah pada subjek/klien depresi, skizofrenia, klien dengan gangguan perilaku kesulitan berinteraksi, mengalami fobia sosial dan klien/subjek yang mengalami kecemasan.

Intervensi ini dilakukan dengan 6 tahapan yaitu, 1). Membangun kepercayaan antara penulis dan pasien (Rapport). 2). Pengenalan terapi dan pemicu permasalahan, dimana penulis akan menerangkan kegiatan yang akan dilakukan pada pasien, dan membuat target peningkatan terhadap keterampilan sosial pasien (Orientasi). 3). Penulis mulai mengajarkan dan mencotohkan keterampilan sosial, bagaimana cara menyapa, berkenalan, peduli terhadap lingkungan, dan meminta pasien untuk memperhatikan penulis (Modelling). Sesi ini diharapkan pasien dapat mengerti dan menyimak dengan baik agar dapat di praktekkkan pada sesi selanjutnya . 4). Penulis meminta pasien untuk melakukan keterampilan sosial (Role Play), seperti menyapa, mengajak teman asramanya berbicara dan tersenyum kepada staff di panti, serta mulai mengikuti kegiatan rohani seperti tadarus di bulan puasa dan piket pagi di lingkungan panti. 5). Evaluasi, penulis melakukan evaluasi pada kegiatan yang dilakukan pasien dan memberikan umpan balik seperti memberikan pujian dan semangat untuk memotivasi dan menimbulkan rasa percaya diri pada pasien, pujian dan apresiasi seperti mengatakan apa yang pasien lakukan adalah hal yang positif, baik dan benar sehingga pasien dapat memenuhi target yang sudah di rancang saat masa Orientasi. 6). Setelah seluruh kegiatan intervensi dilakukan, penulis akan terus melakukan Follow Up, untuk melihat perkembangan pasien.

a. Rapport

Dalam pembentukan rasa nyaman dan percaya dari pasien. Penulis dan pasien akan melakukan kegiatan Bina Hubungan dan Saling Percaya (BHSP) dengan memulai dengan perkenalan dan melakukan aktivitas bersama, kegiatan ini akan merangsang kognitif pasien untuk fokus dan membiasakan diri dengan orang baru.

b. Orientasi

Memperkenalkan diri dan mengajak pasien berkenalan menciptakan interaksi sosial dalam aspek komunikasi, dengan memberikan informasi terkait maksud dan tujuan penulis melakukan Magang/PKL untuk melatih pasien berkomunikasi dan berinteraksi dengan penulis atau orang lain.

c. Modelling

Dengan teknik modelling dimana penulis memberikan demo singkat baik dilakukan secara langsung atau dengan media video, hal ini akan merangsang kemampuan observasi dan kognitif pasien untuk meniru apa yang di contohkan oleh penulis. Dari informasi yang di dapat pasien dengan gangguan skizofrenia mengalami kesulitan untuk melakukan apa yang di perintahkan hanya dengan bicara, pasien dengan gangguan dengan gejala menarik diri dari lingkungan sosial, mengalami halusinasi sering kali hilang fokus dan berakhir membuat mereka kesulitan untuk melakukan sesuatu. Penulis memberikan contoh secara langsung bagaimana berkeja sama, berkomunikasi, dan melakukan tanggung jawab pada diri sendiri yang kemudian akan di ikuti oleh pasien.

d. Role Play

Pemberian arahan diiringi dengan melakukan demo contoh dalam kegiatan mempermudah pasien untuk aktif mengikuti kegiatan dari penulis, hal ini di karenakan kedua hal tersebut dapat melatih system observasi pada sensor motoric kasar (panca indera) pada pasien.

e. Evaluasi dan Follow Up

Pemberian evaluasi terhadap pasien dengan diiringi pemberian pujian. Hal ini dilakukan, dikarenakan ego yang tinggi yang dimiliki oleh pasien skizofrenia paranoid membuat pujian adalah hal yang mereka senangi dan dapat memotivasi mereka untuk terus melakukan kegiatan yang diperintahkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil Magang/Praktik Kerja Lapangan (PKL), pasien dengan gangguan skizofrenia paranoid (FJ) pada saat pertemuan pada minggu pertama hingga minggu keenam terlihat masih tidak merespon dengan baik, pada saat dilakukan Bina Hubungan Saling Percaya atau rapport dan masa orientasi. Pada masa kegiatan ini, pasien hanya menanggapi penulis dengan jawaban “iya” dan “tidak”, selain itu respon saat sedang dilakukan interaksi pasien tidak mau melakukan kontak mata, selama kegiatan ini dilakukan. Akibat gangguan paranoidnya dan kecurigaan pasien terhadap orang baru membuat proses membangun kepercayaan pada pasien binaan (FJ) terjadi lebih lama.

Hasil wawancara pribadi dengan Petugas Kesehatan juga mendukung pernyataan mengenai kondisi subjek (FJ) sebelum diberikan intervensi Social Skill Training. Hal ini juga bertujuan untuk pengambilan data perihal tingkah laku pasien binaan (FJ) penulis menggunakan teknik wawancara yang dilakukan pribadi dengan petugas kesehatan, wawancara pribadi ini dilakukan pada hari jum'at 10 maret 2023, jam 10 pagi di Klinik Kesehatan PSR-GPODGI. Selain itu penulis juga melakukan pengambilan data dengan teknik observasi langsung, yang dilakukan kurang lebih selama 1 bulan (3 minggu). Ini dikarenakan, pada masa observasi dan orientasi dalam waktu 1 minggu masih belum terlihat perubahan apapun dari subjek.

Selama satu bulan pertemuan, penulis terus melakukan observasi terhadap subjek (FJ). Observasi ini dilakukan untuk melihat perilaku abnormal apa saja yang diperlihatkan subjek (FJ). Penulis membuat lembar monitoring observasi yang dibuat dengan berdasarkan persetujuan dari pembimbing lapangan di PSR-GPODGI untuk mempermudah penulis dalam melakukan observasi perilaku dan berdasarkan aspek keterampilan sosial, menurut Rosenberg (1992) yang mengatakan aspek keterampilan sosial terdiri dari, kemampuan berkomunikasi, kemampuan bekerja sama, kemampuan berbagi, kemampuan berpartisipasi dan kemampuan beradaptasi.

Pada minggu ke tujuh, setelah proposal kegiatan di setuju oleh dosen pembimbing dari kampus, penulis mulai melakukan rangkaian kegiatan Sosial Skill Training dengan berfokus pada metode Modelling. Dari hasil penilaian aspek keterampilan sosial setelah mulai diberikan intervensi Social Skill Training dengan metode Modelling dan Role Play, yang dilakukan dalam waktu satu minggu pada tanggal 10 April sampai dengan 14 April . Pada minggu kedelapan penulis mulai melakukan evaluasi dari kegiatan diminggu sebelumnya dan didapatkan perubahan dari perilaku pada pasien binaan (FJ) dari mulai aspek berkomunikasi, FJ saat sedang melakukan kegiatan berjemur pagi di lapangan bersama penulis sudah memulai obrolan lebih dulu. Pada saat itu FJ bertanya kepada penulis, "Ibuk ini mahasiswa S1 ya? Sebentar lagi skripsian terus lulus?". Selain itu pada minggu ke delapan ini juga FJ sudah mulai sering mandi tanpa disuruh, dan mengikuti kegiatan piket di luar asrama (menyapu di depan mushola PSR-GPODGI) dan selalu menyapa penulis ketika berpapasan ataupun saat akan melakukan kegiatan. Dalam hal ini, peningkatan terhadap keterampilan sosial pada pasien binaan (FJ) sudah mulai terlihat. Akan tetapi FJ masih tidak mau berinteraksi dengan teman asramanya, FJ hanya mau berinteraksi, berbicara lebih banyak dengan penulis selaku pembinaanya.

Dari hasil magang pada minggu kesepuluh, pasien binaan (FJ) sudah sering mengajak penulis berbicara tentang dirinya, FJ mulai bercerita apa yang terjadi pada dirinya, dari mana asalnya, musik dan lagu kesukaannya, film yang pernah ditonton olehnya, hingga pelajaran apa yang disukai saat dibangku sekolah. Pada minggu ini juga, FJ mulai menyadari bahwa FJ kerap kali bertingkah laku aneh, saat tidak melakukan kegiatan apapun sering mendengarkan bisikan-bisikan tidak jelas saat sedang melamun sehingga FJ mempertanyakan hal ini kepada penulis. Kegiatan gotong royong yang dicontohkan serta manfaat yang dijelaskan oleh penulis nampaknya diterima dengan baik, sehingga pada hasil magang/praktik kerja lapangan pada minggu selanjutnya FJ sudah aktif mengikuti kegiatan di PSR-GPODGI bersama dengan rekan asrama, penulis dan staff lainnya. Hal ini juga didukung dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis kembali yang dilakukan pada tanggal 26 mei 2023 hari jum'at, penulis kembali melakukan wawancara dengan petugas kesehatan di Klinik Kesehatan PSR-GPODGI, untuk melihat apakah ada perubahan terhadap keterampilan sosial FJ selama diberikan intervensi social skill training dengan metode modelling oleh penulis. Dari hasil wawancara dengan petugas kesehatan dan staff TKS PSR-GPODGI, penulis mendapatkan validitas adanya peningkatan dalam aspek keterampilan sosial dari FJ yang menderita gangguan skizofrenia paranoid.

Dari hasil uraian diatas, pasien binaan (FJ) memiliki peningkatan yang signifikan, ini dapat dilihat dari pasien binaan (FJ) yang mulai menjalankan aspek-aspek keterampilan sosial yang sebelumnya tidak dilakukan dan bahkan subjek sudah dipindahkan ke asrama mandiri tidak lagi di asrama rehabilitasi.

SIMPULAN

Kegiatan Magang/Praktik Kerja Lapangan di Panti Sosial Rehabilitasi Gelandangan, Pengemis dan Orang dengan Gangguan Jiwa, merupakan kegiatan untuk meningkatkan keterampilan sosial pada pasien skizofrenia paranoid dengan Social Skill Training dengan metode modelling. Pelatihan yang diberikan dengan cara mendemokan secara langsung kegiatan seperti cara berkomunikasi, bekerja sama memberikan stimulus dan rangsangan kognitif pada penderita untuk melakukan

kegiatan yang sama, sehingga gangguan seperti halusinasi, rasa malas akan teralihkan dan termotivasi. Jadi setiap kegiatan yang produktif dan memberikan hasil evaluasi deidampingi dengan apresiasi, juga akan membantu dalam proses rehabilitasi terhadap perilaku keterampilan sosial pasien.

SARAN

Kegiatan magang/PKL akan mendapatkan hasil yang maksimal jika semua pihak yang terkait juga bekerja secara maksimal dan sungguh-sungguh dalam kewajibannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dinas Sosial Provinsi Sumatra Selatan dan UPTD-PSRGP0D0GJ yang telah memberikan izin untuk melaksanakan program kerja magang mandiri MBKM kepada penulis. Dan penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Universitas Bina Darma yang telah memberikan penulis kesempatan kepada mahasiswanya untuk melakukan program kerja magang mandiri MBKM dengan mitra yang diajukan. Serta terimakasih kepada keluarga, teman dan pasien yang senantiasa memberikan dukungan selama program kerja magang dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amran, S. R., & Widayat, I. W. (2020). Pengaruh Behavioral Social Skill Training Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial pada Anak Disabilitas Intelektual Ringan. 9(1).
- Azzahra, F. (2020). Meningkatkan Keterampilan Sosial dengan Social Skill Training pada Anak Autis. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 4(1).
- Fauziyyah, A., & Ampuni, S. (2018). Depression Tendencies, Social Skills, And Loneliness Among College Students In Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 45(2), 98.
- Febrian Al Amin, M. (2019). Peran Social Skill Training dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Pasien Skizofrenia Katatonik. *Jurnal Intervensi Psikologi (Jip)*, 11(2), 101–110.
- Komang, I., Landra, G., Devi, K., & Anggelina, I. (2022). Skizofrenia Paranoid. *Ganesha Medicina*, 2.
- Krissanti, A., & Asti, A. D. (2019, October). Penerapan Terapi Okupasi: Berkebun Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Pasien Harga Diri Rendah Di Wilayah Puskesmas Sruweng. In *Prosiding University Research Colloquium* (Pp. 630-636).
- Liana, S. T., Astuti, K., Budiyan, K., Budiyan, D. K., Magister, P., Profesi, P., Mercu, U., & Yogyakarta, B. (2018). Social Skills Training (Sst) Untuk Peningkatan Keterampilan Sosial pada Orang dengan Schizophrenia. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 1–6.
- Mashudi, S., Nasriati, R., & Octaviani, E. (2020). Terapi Okupasi Sebagai Sarana Peningkatan Kesehatan Jiwa Penderita Skizofrenia. *Jurnal Abdidas*, 1(5), 313-317.
- Rahmawati, M. (N.D.). Bab Ii Tinjauan Pustaka 2.1 Keterampilan Sosial(Social Skill) 2.1.1 Pengertian Keterampilan Sosial (Social Skill).
- Rai, N. G. M. (2015). Social Skill Training (Sst) Sebagai Intervensi pada Anak dengan Gangguan Sikap Menentang. *Jurnal Sosial Humaniora (Jsh)*, 8(1), 55-68.
- Rizky,), Hardhiyanti, S., Pandjaitan, L. N., & Arya,) Lutfi. (2020). Efektivitas Social Skills Training (Sst) Untuk Mereduksi Intensitas Bullying pada Remaja. 9(1).
- Teori, K., & Sosial, A. K. (N.D.). Bab II.