

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep Dasar Gangguan Jiwa**

##### **1. Pengertian**

Gangguan jiwa merupakan suatu sindrom yang berupa pola perilaku individu yang berdampak pada fungsi utama manusia, meliputi aspek psikologis, perilaku, dan biologis. Gangguan jiwa ditandai oleh adanya gangguan dalam proses berpikir, perasaan, dan perilaku seseorang, yang dapat memicu perubahan dalam tingkah laku sekaligus menimbulkan kesulitan dalam menjalankan peran sebagai manusia. Gangguan jiwa memiliki tingkat kompleksitas yang bervariasi, dari yang ringan seperti kecemasan dan ketakutan, hingga yang lebih serius, seperti gangguan jiwa berat (Sudarta, 2022).

Gangguan jiwa merupakan respons maladaptif terhadap stresor yang berasal dari dalam maupun luar diri individu, sehingga menyebabkan perubahan pada pola pikir, persepsi, perilaku, dan perasaan yang tidak sesuai dengan realitas, mengganggu fungsi fisik dan sosial. Kondisi tersebut menyebabkan individu menemui kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dan menjalankan aktivitas pekerjaan secara optimal (Daulay et al., 2021). Dalam Undang Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 yang mengatur tentang kesehatan jiwa, dapat dibedakan menjadi dua kelompok yaitu:

a. Orang dengan masalah kejiwaan (ODMK)

Orang dengan masalah kejiwaan (ODMK) merupakan individu yang berisiko mengalami gangguan jiwa akibat tantangan yang dihadapi dalam aspek fisik, mental, sosial, pertumbuhan, perkembangan, dan kualitas hidup.

b. Orang dengan gangguan jiwa (ODGJ)

Orang dengan gangguan jiwa mengalami kesulitan dalam proses berpikir, berperilaku, dan menunjukkan perasaan yang memperlihatkan gejala yang nyata. Gangguan ini dapat dikenali dari cara berbicara yang sulit dimengerti oleh orang lain atau terkesan aneh, tertawa tanpa sebab, bergerak tanpa tujuan tertentu, dan ketidakmampuan dalam merawat diri sendiri.

## 2. Etiologi

Menurut (Dwi Lestari, 2019) penyebab dari gangguan jiwa dibedakan menjadi tiga yaitu:

a. Faktor biologis

Faktor biologis berkaitan dengan aspek fisik yang memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan mental individu, meliputi faktor genetik, kesehatan otak, dan keadaan medis.

b. Faktor psikologis

Berbagai pengalaman yang pernah dialami seperti frustrasi, kegagalan dan keberhasilan dapat membentuk sikap, kebiasaan dan

sifat individu. Pola asuh yang dingin, tidak peduli, kaku, dan keras dapat menyebabkan kecemasan dan stres, yang akhirnya mengarah pada sikap penolakan atau perlawanan terhadap lingkungan sekitar.

c. Faktor sosiokultural

Faktor ini meliputi pengaruh aspek sosial budaya, seperti stabilitas keluarga, pola asuh anak, status ekonomi, dan tingkat kesejahteraan yang kurang, dan semuanya dapat mempengaruhi kesehatan mental individu.

### 3. **Macam- Macam Gangguan Jiwa**

Jenis-Jenis gangguan jiwa menurut (Handayani, 2022) yaitu:

a. *Skizofrenia*

*Skizofrenia* merupakan gangguan jiwa berat yang termasuk dalam psikosa fungsional dengan kondisi pasien yang kehilangan kontak dengan realitas, sehingga pola pikir dan perilakunya menjadi tidak normal. Penyakit ini berkembang secara bertahap menjadi kondisi kronis, meskipun terkadang terjadi serangan akut.

b. Depresi

Depresi adalah gangguan yang memengaruhi fungsi manusia, biasanya menimbulkan perasaan sedih yang mendalam, ditandai dengan perubahan pola tidur, nafsu makan, konsentrasi, kelelahan, serta perasaan putus asa dan tidak berdaya. Depresi dapat diartikan sebagai perasaan kesedihan yang mendalam dan

berhubungan dengan penderitaan dapat berupa serangan yang ditunjukkan pada diri sendiri atau kemarahan yang mendalam.

c. Gangguan Kepribadian Klinik

Gangguan kepribadian klinis mengindikasikan bahwa tanda-tanda gangguan kepribadian (psikopatis) dan neurosis dapat muncul pada individu dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda, baik tinggi maupun rendah. Mayoritas gangguan kepribadian, neurosis, dan gangguan intelektual tidak saling bergantung dan tidak menunjukkan korelasi yang signifikan.

d. Kecemasan

Kecemasan merupakan kondisi yang ditandai oleh perasaan takut dan gelisah sebagai reaksi terhadap ancaman yang tidak spesifik. Tingkat kecemasan diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu ringan, sedang, berat, hingga mencapai tingkat panik.

e. Gangguan Mental Organik

Gangguan mental organik merupakan jenis gangguan jiwa yang dapat bersifat psikotik maupun non-psikotik, disebabkan oleh kerusakan fungsi jaringan otak. Penyebab gangguan tersebut berasal dari penyakit fisik yang berdampak pada otak maupun organ lain. Tingkat keparahannya lebih dipengaruhi oleh dampak gangguan pada otak dibandingkan perbedaan antara kondisi akut dan kronis.

f. Gangguan Psikomatik

Gangguan psikomatik merupakan gangguan yang mempengaruhi perkembangan seseorang dan memperburuk kondisi fisiknya. Gangguan psikomatik dapat menimbulkan gejala seperti stres, kecemasan, dan depresi sehingga dapat memperburuk gangguan mental.

g. Retardasi Mental

Retardasi mental adalah kondisi yang ditandai dengan terhentinya atau tidak berkembangnya kemampuan jiwa secara optimal. Kondisi ini terlihat dari hilangnya keterampilan selama masa perkembangan, sehingga berdampak pada keseluruhan tingkat kecerdasan, meliputi kemampuan kognitif, bahasa, motorik, dan sosial.

h. Gangguan Perilaku Masa Anak Remaja

Gangguan perilaku berasal dari anak itu sendiri atau bisa dari faktor lingkungannya, karena kedua faktor tersebut saling memengaruhi. Faktor lingkungan dapat mempengaruhi perilaku anak, namun faktor ini juga dapat diubah, sehingga gangguan perilaku dapat dipengaruhi dan dapat juga untuk dicegah.

## **B. Konsep Dasar Isolasi Sosial**

### **1. Pengertian**

Isolasi sosial adalah kondisi yang dialami oleh seorang individu dapat dipandang oleh orang lain sebagai kondisi yang negatif dan

mengancam. Pasien dengan isolasi sosial tidak mempunyai kemampuan untuk bersosialisasi, kesulitan dalam menyampaikan keinginannya, dan tidak mampu berkomunikasi dengan baik sehingga pasien tidak bisa mengungkapkan amarah dengan cara baik (Sukaesti, 2019). Pasien yang mengalami isolasi sosial cenderung mengalami penurunan kemampuan dalam berinteraksi, bahkan ada yang sama sekali enggan berhubungan dengan orang-orang di sekitarnya. Pasien seringkali merasa ditolak, tidak diterima, merasakan kesepian, dan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Perilaku pasien yang mengalami isolasi sosial tampak berupa menarik diri, kurang komunikatif, selalu menyendiri, menghindari kontak mata, merasa sedih, dan cenderung menjauh dari orang lain (Pardede, 2018).

Isolasi sosial merupakan kondisi yang dialami individu ketika mengalami kesulitan, bahkan ketidakmampuan sama sekali, untuk berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya. Pasien dengan isolasi sosial seringkali merasakan penolakan, ketidakterimaan, kesepian, dan mengalami hambatan dalam membangun relasi dengan orang lain. Kondisi ini merupakan bentuk kesendirian yang dirasakan oleh individu dan dipersepsikan sebagai akibat dari sikap orang lain yang dianggap sebagai situasi negatif dan mengancam (Sukaesti, 2019).

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa isolasi sosial adalah suatu kondisi yang negatif dan mengancam bagi seseorang. Pasien dengan isolasi sosial tidak mampu bersosialisasi dengan baik,

mungkin sebelumnya pasien pernah mengalami seperti penolakan dan tidak diterima oleh orang lain, sehingga pasien cenderung menarik diri, tidak komunikatif, dan selalu menghindari orang lain.

## 2. Etiologi

Isolasi sosial dapat disebabkan akibat adanya faktor predisposisi dan faktor prespitasi. Faktor-faktor seperti penolakan dan kegagalan dapat memicu perasaan ragu, takut salah, dan cenderung menghindari interaksi dengan orang lain. Kejadian tersebut akan menimbulkan dampak bagi seseorang tidak ingin untuk berkomunikasi dengan orang lain dan cenderung menyendiri (Astuti, 2020).

### a. Faktor predisposisi

#### 1) Faktor perkembangan

Perkembangan individu dari bayi sampai dewasa tua akan menjadi pemicu masalah sosial, termasuk kecenderungan untuk mengisolasi diri. Terganggunya sistem keluarga juga dapat menyebabkan individu mengalami isolasi sosial.

#### 2) Faktor biologi

Faktor genetik berperan dalam mempengaruhi respons sosial yang maladaptif, sehingga dapat menjadi pemicu munculnya gangguan jiwa. Kelainan struktural pada otak, seperti pembesaran ventrikel, penurunan berat, dan pengurangan volume otak, diduga berkaitan dengan gangguan mental, termasuk *skizofrenia*.

### 3) Faktor sosiokultural

Isolasi sosial juga dapat dipengaruhi oleh faktor sosiokultural, hal ini dapat diakibatkan dari norma yang tidak mendukung pendekatan terhadap orang lain, sehingga membatasi kemampuan seseorang untuk berhubungan dengan orang lain.

#### b. Faktor prespitasi

##### 1) Stresor sosiokultural

Salah satu stresor yang dapat memicu isolasi sosial adalah ketidakstabilan keluarga. Tradisi yang masih kuat pada masa lalu mulai terfragmentasi, seorang individu mungkin merasa terputus dari identitas keluarga atau budaya mereka, yang mendorong isolasi sosial.

##### 2) Stresor psikologik

Tingkat kecemasan tinggi dapat mengganggu kemampuan individu untuk berinteraksi dengan orang lain. Apabila kondisi tersebut berlangsung dalam waktu lama dan individu tidak memiliki mekanisme koping yang efektif, maka hal tersebut berpotensi berkembang menjadi masalah yang lebih serius.

### **3. Tanda dan Gejala**

(Fadly & Hargiana, 2018) mengatakan bahwa tanda dan gejala dari isolasi sosial yaitu:

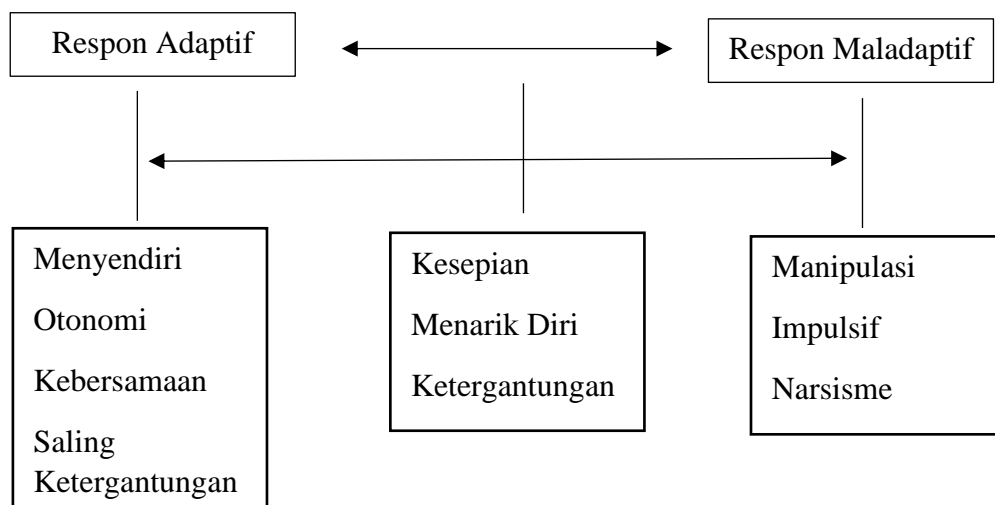
#### a. Subjektif

##### 1) Perasaan kesepian

- 2) Merasa ditolak oleh orang lain
  - 3) Merasa tidak aman berada di dekat orang lain
  - 4) Hubungan dengan orang lain tidak baik
  - 5) Mudah bosan
  - 6) Tidak mampu berkonsentrasi
  - 7) Tidak bisa mengambil keputusan
- b. Objektif
- 1) Tidak mempunyai teman dekat
  - 2) Pasien cenderung menyendiri
  - 3) Pasien tampak sedih
  - 4) Pasien tampak lesu
  - 5) Tidak ada kontak mata

#### **4. Rentang Respon Isolasi Sosial**

Seorang individu dapat menunjukkan respons yang beragam mulai dari adaptif hingga rentan terhadap maladaptasi. Respons adaptif merupakan reaksi yang sesuai dengan norma sosial dan kebudayaan yang berlaku umum, sedangkan respons maladaptif menunjukkan bentuk tanggapan yang tidak sesuai dengan kaidah sosial dan budaya setempat dalam menghadapi suatu masalah. Beberapa contoh respons sosial maladaptif yang sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari meliputi menarik diri, ketergantungan, manipulasi, mudah merasa curiga, mengalami gangguan komunikasi, dan merasakan kesepian.



Gambar 2.1 Rentang Respon Sosial (Maudhunah et al., 2020)

a. Respon Adaptif

1) Menyendiri

Menyendiri merupakan bentuk respons yang dilakukan untuk merenungkan peristiwa atau tindakan yang telah dilaksanakan dan sebagai metode dalam mengevaluasi diri guna menentukan langkah-langkah ke depan.

2) Otonomi

Otonomi merupakan kemampuan untuk menentukan dan mengungkapkan gagasan, pemikiran, dan perasaan dalam interaksi sosial. Individu juga mampu mengatur diri sendiri dan menetapkan hubungan saling ketergantungan.

### 3) Kebersamaan

Kebersamaan adalah kemampuan untuk saling memahami, saling berbagi, saling menolong, dan bisa menerima kekurangan orang lain.

### 4) Saling Ketergantungan

Saling ketergantungan merupakan hubungan timbal balik antara individu dengan orang lain dalam membangun relasi interpersonal.

## b. Respon Maladaptif

### 1) Manipulasi

Manipulasi merupakan perilaku yang muncul pada individu dengan gangguan sosial yang memperlakukan orang lain sebagai objek, menggunakan hubungan sebagai alat pengendalian, dan menunjukkan kecenderungan berfokus pada kepentingan diri sendiri.

### 2) Impulsif

Impulsif merupakan respons sosial yang menunjukkan individu sebagai subjek yang sulit diprediksi, tidak dapat diandalkan, dan tidak mampu mengambil pelajaran dari pengalaman.

### 3) Narsisme

Narsisme merupakan kondisi pada individu yang menunjukkan perilaku egosentris, memiliki harga diri yang mudah

terguncang, selalu berupaya memperoleh penghargaan, senantiasa menginginkan pujian, dan mudah tersinggung apabila tidak mendapatkan dukungan dari orang lain.

## **C. Konsep Terapi Aktivitas Kelompok**

### **1. Pengertian**

Terapi adalah suatu proses yang kompleks yang bertujuan untuk membawa perubahan positif bagi pasien, termasuk dalam terapi kelompok. Terapi kelompok merupakan jenis terapi psikiatri yang dilaksanakan dalam suatu kelompok dengan cara pasien berdiskusi bersama di bawah bimbingan terapis atau tenaga kesehatan jiwa yang berpengalaman. Manfaat yang diperoleh individu yang mengikuti terapi aktivitas kelompok mencakup pengembangan keterampilan sosial, peningkatan rasa percaya diri, pengurangan stres atau kecemasan, serta peningkatan kemampuan dalam menyelesaikan masalah (N. K. A. D. D. Wulandari et al., 2023).

Terapi aktivitas kelompok merupakan bentuk terapi yang diberikan oleh perawat kepada sekelompok pasien yang menghadapi permasalahan keperawatan serupa. Interaksi antar anggota kelompok saling memberikan pengaruh dan membuka kesempatan bagi mereka untuk melatih perilaku baru yang adaptif guna menggantikan perilaku lama yang maladaptif. Terapi ini terbukti sangat efektif dalam penanganan gangguan seperti gangguan konsep diri, penurunan harga diri, dan perubahan persepsi sensori seperti halusinasi (Alhawari & Ayu Pratiwi, 2021).

## **2. Jenis- Jenis Terapi Aktivitas Kelompok (TAK)**

### **a. Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi**

Terapi ini bertujuan untuk membantu pasien yang mengalami kemunduran dalam orientasi, serta menstimulasi persepsi dalam upaya memotivasi proses berpikir dan afektif serta mengurangi perilaku maladaptif. Karakteristik pasien yang mendapatkan terapi ini adalah pasien dengan gangguan persepsi yang berhubungan dengan nilai-nilai, menarik diri, dan pasien cenderung berperilaku negatif. Tujuan dilakukannya terapi ini adalah untuk meningkatkan kemampuan orientasi realita, mampu memusatkan perhatian, dapat mengemukakan pendapat dan menerima pendapat dari orang lain.

### **b. Terapi Aktivitas Kelompok Sensori**

Terapi ini diterapkan untuk memberikan rangsangan pada sistem sensori pasien, kemudian dilakukan observasi terhadap respons sensori pasien yang berupa ekspresi emosi atau perasaan yang terwujud melalui gerak tubuh dan ekspresi wajah. Adapun tujuan pelaksanaan terapi ini meliputi peningkatan kemampuan sensori, penguatan fokus perhatian, peningkatan kebugaran jasmani, dan pengungkapan perasaan yang sedang dialami pasien.

### **c. Terapi Aktivitas Kelompok Orientasi Realitas**

Terapi orientasi realitas merupakan metode yang bertujuan membantu pasien dalam menerima rangsangan yang nyata. Terapi ini umumnya diterapkan pada pasien yang mengalami kesulitan dalam

mengenali orang, waktu, dan tempat. Tujuan terapi ini meliputi kemampuan pasien untuk membedakan rangsangan internal (pikiran, perasaan, dan sensasi tubuh) dengan rangsangan eksternal (kondisi cuaca, suara, dan lingkungan sekitar), pasien diharapkan berbicara sesuai dengan kenyataan yang ada, serta mampu mengenali dirinya, orang lain, waktu, dan lokasi dengan tepat.

d. Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi

Terapi sosialisasi bertujuan meningkatkan kemampuan pasien dalam berinteraksi dan berperan dalam lingkungan sosial. Pasien yang menerima terapi ini biasanya mengalami keterbatasan kontak sosial, memiliki harga diri yang rendah, kurang berminat atau tidak aktif dalam kegiatan, serta menunjukkan rasa curiga, gelisah, dan cemas. Tujuan pelaksanaan terapi ini mencakup peningkatan hubungan interpersonal antar anggota kelompok, mendorong pertukaran gagasan, dan membantu pasien menyampaikan pendapat dan perasaan dengan lebih terbuka.

## **D. Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisai (TAKS)**

### **1. Pengertian**

Terapi aktivitas kelompok sosialisasi (TAKS) merupakan pendekatan yang ditujukan untuk mengembangkan kemampuan pasien dalam berinteraksi sosial, membangun hubungan dengan lingkungan, dan mengambil peran aktif dalam komunitasnya. Terapi ini juga berfungsi sebagai sarana memfasilitasi proses sosialisasi bagi pasien yang mengalami

gangguan dalam hubungan sosial, melalui metode berbasis kelompok (Saswati & Sutinah, 2018). Terapi ini merupakan kegiatan yang penting terutama bagi pasien yang mengalami isolasi sosial, dengan tujuan agar mereka dapat bersosialisasi secara bertahap. Sesi yang akan dilakukan mulai dari sesi pertama hingga ketujuh, untuk melatih dan meningkatkan kemampuan sosialisasi pasien dalam lingkungan sosial.

Kemampuan membangun hubungan dapat diperoleh oleh individu melalui keterlibatan aktif dalam suatu terapi. Tingkat partisipasi yang tinggi dalam hubungan disertai tanggapan positif dari lingkungan akan memperkuat rasa kepemilikan, kerja sama, dan menciptakan interaksi timbal balik yang harmonis. Partisipasi aktif dalam berbagai kegiatan sosial atau pembelajaran memberikan kesempatan bagi individu untuk mengembangkan kemampuan komunikasi, kerja sama, dan interaksi yang efektif (Yuswatiningsih, 2020).

## **2. Komponen Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi (TAKS)**

Keliat (2014) ada delapan aspek dalam komponen kelompok terapi aktivitas kelompok sosialisasi yang terdiri dari:

### **a. Struktur Kelompok**

Struktur kelompok menggambarkan batasan, komunikasi, dan proses pengambilan keputusan. Pengaturan struktur dalam kelompok dilakukan oleh pemimpin dan anggota. Pemimpin bertugas mengawasi jalannya komunikasi dan memastikan keputusan yang diambil oleh seluruh anggota kelompok.

b. Besar kelompok

Jumlah anggota kelompok yang ideal berkisar antara 5 hingga 12 orang. Jika jumlah anggota terlalu banyak, tidak semua peserta memperoleh kesempatan untuk menyampaikan perasaan, pendapat, dan pengalaman mereka. Apabila jumlah peserta terlalu sedikit, maka variasi informasi dan interaksi yang diperlukan dalam proses terapi atau diskusi menjadi kurang memadai.

c. Lamanya sesi

Durasi setiap sesi terapi disesuaikan dengan fungsi kelompok. Kelompok dengan fungsi rendah berdurasi sesi selama 20 hingga 40 menit. Pada kelompok dengan fungsi tinggi, durasi sesi dapat mencapai 60 hingga 120 menit. Setiap sesi diawali dengan tahap pemanasan berupa orientasi, dilanjutkan dengan tahap kerja, dan diakhiri dengan terminasi.

d. Komunikasi

Tanggung jawab pemimpin kelompok meliputi pengamatan dan analisis terhadap pola komunikasi yang berlangsung dalam kelompok. Selain itu, pemimpin juga mengevaluasi adanya hambatan, konflik antarpribadi, dan tingkat persaingan yang berpotensi memengaruhi proses diskusi serta interaksi antar anggota kelompok.

e. Peran kelompok

Pemimpin harus melakukan pengamatan terhadap aktivitas yang terjadi dalam kelompok. Terdapat tiga peran dan fungsi dalam kerja

kelompok, yaitu peran aktif dari anggota, partisipasi yang intensif, dan fungsi kelompok yang difokuskan pada penyelesaian tugas yang telah ditentukan.

f. Kekuatan kelompok

Kekuatan anggota kelompok untuk menjalankan kegiatan kelompok secara efektif, mencakup kemampuan anggota untuk mendengarkan dan mampu berdiskusi, dan berkolaborasi dalam mencapai tujuan bersama dalam kelompok.

g. Norma kelompok

Norma kelompok merupakan aturan atau standar yang mengatur perilaku dalam suatu kelompok. Pemahaman terhadap norma tersebut penting untuk menilai pengaruhnya terhadap komunikasi dan interaksi kelompok, sekaligus memastikan interaksi berjalan produktif dan sesuai dengan tujuan terapi.

h. Kekohesifan

Kekohesifan dalam kelompok menggambarkan tingkat kerja sama antar anggota untuk mencapai tujuan bersama. Kondisi tersebut dapat memengaruhi keterlibatan anggota dalam mempertahankan partisipasi dan komitmen terhadap tujuan kelompok.

### **3. Tujuan Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi (TAKS)**

Menurut Kusumawati dan Hartono (2012), terapi aktivitas kelompok sosialisasi (TAKS) memiliki tujuan umum untuk meningkatkan kemampuan pasien dalam berinteraksi dan berperan aktif dalam lingkungan

sosial. Adapun tujuan khusus dari terapi aktivitas kelompok sosialisasi (TAKS) adalah:

- a. Pasien mampu memperkenalkan diri.
- b. Pasien mampu berkenalan dengan anggota kelompok.
- c. Pasien mampu bercakap-cakap dengan anggota kelompok.
- d. Pasien mampu menyampaikan dan mendiskusikan topik percakapan.
- e. Pasien mampu mengungkapkan dan mendiskusikan masalah pribadinya kepada orang lain.
- f. Pasien mamampu menyampaikan pendapatnya mengenai manfaat dari pelaksanaan kegiatan TAKS yang telah dilakukan.

#### **4. Sesi Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi (TAKS)**

Terapi aktivitas kelompok sosialisasi (TAKS) dilaksanakan untuk memberikan kesempatan kepada pasien berlatih berinteraksi secara bertahap dengan individu di sekitarnya, dimulai dari sesi satu hingga tujuh. Sesi pertama hingga ketiga memiliki tujuan khusus untuk melatih keterampilan berbicara:

##### **a. Sesi pertama: pasien memperkenalkan diri dengan baik**

###### 1) Tujuan

Menyebutkan jati diri sendiri: nama lengkap, nama panggilan, asal, dan hobi.

###### 2) Setting

- a) Pasien dan terapis duduk bersama dengan melingkar.
- b) Ruang nyaman dan tenang.

- 1) Alat dan Bahan
  - a) Tape recorder
  - b) Lembar observasi
  - c) Bola tenis
  - d) Buku catatan dan pulpen
  - e) Jadwal kegiatan pasien
- 4) Metode
  - a) Dinamika kelompok
  - b) Diskusi dan tanya jawab
  - c) Bermain peran/simulasi
- 5) Langkah-langkah kegiatan
  - a) Persiapan
    - (1) Terapis memilih klien sesuai dengan indikasi yaitu, isolasi sosial menarik diri.
    - (2) Mengingatn kontrak dengan anggota kelompok.
    - (3) Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan.
  - b) Orientasi
    - (1) Terapis mengucapkan salam terapeutik.
    - (2) Memulai kegiatan dengan do'a.
    - (3) Terapis memperkenalkan diri
  - c) Evaluasi/validasi
    - (1) Terapis menanyakan perasaan klien saat ini.

(2) Terapis menanyakan apakah sudah bisa berkenalan dengan teman lainnya.

d) Kontrak

(1) Menjelaskan tujuan kegiatan yaitu, berlatih memperkenalkan diri.

(2) Terapis membuat kontrak waktu kegiatan TAKS selama 30-40 menit

(3) Menjelaskan aturan main yaitu:

(a) Setiap klien harus mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.

(b) Jika klien yang akan meninggalkan kelompok harus meminta izin kepada terapis.

6) Fase kerja

a) Terapis memperkenalkan diri: nama panjang, nama panggilan, asal, dan hobi.

b) Permainan dimulai oleh terapis.

c) Memulai menyanyi bersama, pada saat lagu di stop anggota kelompok yang memegang bola mendapat giliran untuk menyebutkan: salam, nama lengkap, nama panggilan, asal, dan hobi.

d) Ulangi hingga semua anggota kelompok mendapat giliran.

e) Memberikan pujian dengan memberi tepuk tangan.

7) Tahap terminasi

## a) Evaluasi

(1) Terapis menanyakan perasaan pasien setelah mengikuti TAKS.

(2) Terapis memberikan pujian kepada kelompok.

## b) Rencana tindak lanjut

(1) Menganjurkan untuk melatih memperkenalkan diri kepada orang lain dalam kehidupan sehari-hari.

(2) Memasukkan kegiatan memperkenalkan diri ke dalam jadwal harian klien.

## e) Kontrak yang akan datang

(1) Terapis mengakhiri kegiatan dengan membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya di pertemuan berikutnya.

(2) Menyepakati kegiatan untuk berkenalan dengan anggota kelompok.

(3) Menyepakati waktu dan tempat TAKS sesi selanjutnya.

(4) Terapis menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam.

**b. Sesi kedua: pasien berkenalan dengan orang lain secara baik**

## 1) Tujuan

Klien mampu berkenalan dengan anggota kelompok:

a) Memperkenalkan diri sendiri: nama lengkap, nama panggilan, asal, dan hobi

- b) Menanyakan diri anggota kelompok lain: nama lengkap, nama panggilan, asal, dan hobi.
- 2) Setting
- a) Klien dan terapis duduk bersama dengan melingkar.
  - b) Ruang nyaman dan tenang.
- 3) Alat
- a) Tape recorder
  - b) Lembar observasi
  - c) Bola tenis
  - d) Buku catatan dan pulpen
  - e) Jadwal kegiatan pasien
- 4) Metode
- a) Dinamika kelompok
  - b) Diskusi dan tanya jawab
  - c) Bermain peran/simulasi
- 5) Langkah-langkah kegiatan
- a) Persiapan
    - (1) Mengingatkan kontrak dengan anggota kelompok pada sesi 1 TAKS.
    - (2) Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan.
  - b) Orientasi
    - (1) Terapis mengucapkan salam terapeutik
    - (2) Memulai kegiatan dengan do'a

c) Evaluasi/validasi

(1) Menanyakan perasaan klien saat ini

(2) Menanyakan apakah telah mencoba memperkenalkan diri pada orang lain.

d) Kontrak

(1) Menjelaskan tujuan kegiatan , yaitu berkenalan dengan orang lain/anggota kelompok.

(2) Mempuat kontrak waktu kegiatan TAKS selama 30-40 menit.

(3) Terapis menjelaskan aturan main, yaitu:

(a) Setiap klien harus mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.

(b) Jika klien yang akan meninggalkan kelompok harus meminta izin kepada terapis.

6) Fase kerja

a) Terapis memperkenalkan diri: nama panjang, nama panggilan, asal, dan hobi.

b) Permainan dimulai oleh terapis.

c) Memulai menyanyi bersama, pada saat lagu di stop anggota kelompok yang memegang bola mendapat giliran untuk berkenalan dengan anggota kelompok yang ada di sebelah kanan dengan cara:

- (1) Menyebutkan nama lengkap, nama panggilan, asal, dan hobi.
  - (2) Menanyakan nama lengkap, nama panggilan, asal, dan hobi.
  - d) Ulangi hingga semua anggota kelompok mendapat giliran.
  - e) Memberikan pujian dengan memberi tepuk tangan.
- 7) Tahap terminasi
- a) Evaluasi
    - (1) Terapis menanyakan perasaan pasien setelah mengikuti TAK.
    - (2) Terapis memberikan pujian kepada kelompok.
  - b) Rencana tindak lanjut
    - (1) Menganjurkan untuk melatih memperkenalkan diri kepada orang lain dalam kehidupan sehari-hari.
    - (2) Memasukkan kegiatan pengenalan ke dalam jadwal harian.
  - c) Kontrak yang akan datang
    - (1) Terapis mengakhiri kegiatan dengan membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya di pertemuan berikutnya.
    - (2) Menyepakati kegiatan ercakap-cakap tentang kehidupan pribadi.
    - (3) Menyepakati untuk waktu dan tempat.
    - (4) Terapis menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam.

**c. Sesi ketiga pasien bercakap-cakap dengan anggota kelompok**

## 1) Tujuan

Pasien mampu bercakap-cakap dengan anggota lain.

- a) Menanyakan kehidupan pribadi kepada satu orang anggota kelompok.
- b) Menjawab pertanyaan tentang kehidupan pribadi.

## 2) Setting

- a) Klien dan terapis duduk bersama dengan melingkar.
- b) Ruang nyaman dan tenang.

## 3) Alat

- a) Tape recorder
- b) Lembar observasi
- c) Bola tenis
- d) Buku catatan dan pulpen
- e) Jadwal kegiatan pasien

## 4) Metode

- a) Dinamika kelompok
- b) Diskusi dan tanya jawab
- c) Bermain peran/simulasi

## 5) Langkah-langkah kegiatan

## a) Persiapan:

- (1) Mengingat kontrak dengan anggota kelompok pada sesi

2 TAKS.

(2) Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan.

b) Orientasi

(1) Terapis mengucapkan salam terapeutik.

(2) Memulai kegiatan dengan do'a.

c) Evaluasi/validasi

(1) Terapis menanyakan perasaan pasien pada hari ini.

(2) Menanyakan kepada klien apakah sudah mencoba berkenalan dengan orang lain.

d) Kontrak

(1) Menjelaskan tujuan kegiatan, yaitu berkenalan dengan orang lain/anggota kelompok.

(2) Mempuat kontrak waktu kegiatan TAKS selama 30-40 menit.

(3) Terapis menjelaskan aturan main, yaitu:

(a) Setiap klien harus mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.

(b) Jika klien yang akan meninggalkan kelompok harus meminta izin kepada terapis.

6) Fase kerja

a) Terapis memperkenalkan diri

b) Memulai menyanyi bersama, pada saat lagu di stop, anggota kelompok yang memegang bola mendapat giliran untuk

bertanya tentang kehidupan pribadi anggota kelompok yang ada di sebelah kanannya dengan cara:

- (1) Memanggil panggilan.
- (2) Menanyakan kehidupan pribadi: orang terdekat / orang yang dipercayai / disegani / pekerjaan.

- d) Permainan dimulai oleh terapis sebagai contoh.
- e) Ulangi hingga semua anggota kelompok mendapat giliran.
- f) Memberikan pujian dengan memberi tepuk tangan.

7) Tahap terminasi

- a) Evaluasi
  - (1) Terapis menanyakan perasaan pasien setelah mengikuti TAKS.
  - (2) Terapis memberikan pujian kepada kelompok.
- b) Rencana tindak lanjut
  - (1) Mengajukan untuk bercakap-cakap tentang kehidupan pribadi dengan orang lain pada kehidupan sehari-hari.
  - (2) Memasukkan kegiatan bercakap-cakap pada jadwal kegiatan harian pasien.
- c) Kontrak yang akan datang
  - (1) Terapis mengakhiri kegiatan dengan membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya di pertemuan berikutnya.
  - (2) Menyetujui kegiatan bercakap-cakap / menyampaikan / membicarakan topik pembicaraan tertentu.

(3) Menyepakati untuk waktu dan tempat.

(4) Terapis menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam.

**d. Sesi keempat: menyampaikan topik pembicaraan tertentu**

1) Tujuan

Mampu menyampaikan topik pembicaraan tertentu dengan anggota kelompok.

2) Setting

- a) Pasien dan terapis duduk bersama dengan melingkar.
- b) Ruang nyaman dan tenang.

3) Alat dan Bahan

- a) Tape recorder
- b) Lembar observasi
- c) Bola tenis
- d) Buku catatan dan pulpen
- e) Jadwal kegiatan pasien

4) Metode

- a) Dinamika kelompok
- b) Diskusi dan tanya jawab
- c) Bermain peran/simulasi

5) Langkah-langkah kegiatan

- a) Persiapan

(1) Terapis memilih klien sesuai dengan indikasi yaitu, isolasi sosial menarik diri.

(2) Mengingatkan kontrak dengan anggota kelompok.

(3) Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan.

b) Orientasi

(1) Terapis mengucapkan salam terapeutik.

(2) Memulai kegiatan dengan do'a.

(3) Terapis memperkenalkan diri

c) Evaluasi/validasi

(1) Terapis menanyakan perasaan klien saat ini.

(2) Terapis menanyakan apakah sudah latihan bercakap-cakap mengenai masalah pribadi dengan teman lainnya.

d) Kontrak

(1) Menjelaskan tujuan kegiatan yaitu, berlatih memperkenalkan diri.

(2) Terapis membuat kontrak waktu kegiatan TAKS selama 30-40 menit

(3) Menjelaskan aturan main yaitu:

(a) Setiap klien harus mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.

(b) Jika klien yang akan meninggalkan kelompok harus meminta izin kepada terapis.

6) Fase kerja

- a) Terapis memperkenalkan diri: nama panjang, nama panggilan, asal, dan hobi.
- b) Permainan dimulai oleh terapis.
- c) Memulai menyanyi bersama, pada saat lagu di stop anggota kelompok yang memegang bola mendapat giliran untuk menyampaikan satu topik yang ingin dibicarakan. Dimulai oleh terapis sebagai contoh. Misalnya, "cara berbicara yang baik" atau "cara mencari teman".
- d) Tuliskan pada flipchart / whiteboard topik yang disampaikan secara berurutan.
- e) Ulangi kegiatan c,d sampai semua anggota kelompok menyampaikan topik yang ingin dibicarakan.
- f) Hidupkan lagi kaset dan edarkan bola tenis. Pada saat dimatikan, anggota yang memegang bola memilih topik yang disukai untuk dibicarakan dari daftar yang ada.
- g) Ulangi kegiatan nomor f hingga semua anggota kelompok memilih topik.
- h) Terapis membantu menetapkan topik yang paling banyak dipilih.
- i) Hidupkan lagi kaset dan edarkan bola tenis. Pada saat dimatikan, anggota yang memegang bola menyampaikan pendapat tentang topik yang dipilih.

- j) Ulangi kegiatan i hingga semua anggota kelompok menyampaikan pendapatnya.
  - k) Beri pujian untuk tiap keberhasilan anggota kelompok dengan memberi tepuk tangan.
- 8) Tahap terminasi
- a) Evaluasi
    - (1) Terapis menanyakan perasaan pasien setelah mengikuti TAKS.
    - (2) Terapis memberikan pujian kepada kelompok.
  - b) Rencana tindak lanjut
    - (1) Menganjurkan setiap anggota kelompok bercakap-cakap tentang topik tertentu dengan orang lain pada kehidupan sehari-hari.
    - (2) Memasukkan kegiatan bercakap-cakap tentang masalah pribadi ke dalam jadwal harian klien.
  - c) Kontrak yang akan datang
    - (1) Terapis mengakhiri kegiatan dengan membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya di pertemuan berikutnya.
    - (2) Menyepakati kegiatan untuk berkenalan dengan anggota kelompok.
    - (3) Menyepakati waktu dan tempat TAKS sesi selanjutnya.
    - (4) Terapis menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam.

**e. Sesi kelima: menyampaikan masalah pribadi**

## 1) Tujuan

Mampu menyampaikan dan membicarakan masalah pribadi dengan orang lain.

## 2) Setting

- a) Pasien dan terapis duduk bersama dengan melingkar.
- b) Ruang nyaman dan tenang.

## 3) Alat dan Bahan

- a) Tape recorder
- b) Lembar observasi
- c) Bola tenis
- d) Buku catatan dan pulpen
- e) Jadwal kegiatan pasien

## 4) Metode

- a) Dinamika kelompok
- b) Diskusi dan tanya jawab
- c) Bermain peran/simulasi

## 5) Langkah-langkah kegiatan

## a) Persiapan

- (1) Terapis memilih klien sesuai dengan indikasi yaitu, isolasi sosial menarik diri.
- (2) Mengingat kontrak dengan anggota kelompok.
- (3) Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan.

b) Orientasi

- (1) Terapis mengucapkan salam terapeutik.
- (2) Memulai kegiatan dengan do'a.
- (3) Terapis memperkenalkan diri

c) Evaluasi/validasi

- (1) Terapis menanyakan perasaan klien saat ini.
- (2) Terapis menanyakan apakah sudah latihan bercakap-cakap tentang topik tertentu atau hal tertentu dengan orang lain.

d) Kontrak

- (1) Menjelaskan tujuan kegiatan yaitu, melatih dan memberi pendapat tentang masalah pribadi.
- (2) Terapis membuat kontrak waktu kegiatan TAKS selama 30-40 menit
- (3) Menjelaskan aturan main yaitu:
  - (a) Setiap klien harus mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.
  - (b) Jika klien yang akan meninggalkan kelompok harus meminta izin kepada terapis.

6) Fase kerja

- a) Terapis memperkenalkan diri: nama panjang, nama panggilan, asal, dan hobi.
- b) Permainan dimulai oleh terapis.

- c) Memulai menyanyi bersama, pada saat lagu di stop anggota kelompok yang memegang bola mendapat giliran untuk menyampaikan satu masalah pribadi yang ingin dibicarakan. Dimulai dari terapis sebagai contoh. Misalnya, "sulit bercerita" atau tidak diperhatikan oleh ayah/ibu".
  - d) Tuliskan pada flipchart / whiteboard masalah yang disampaikan.
  - e) Ulangi kegiatan c,d sampai semua anggota kelompok menyampaikan masalah yang ingin dibicarakan.
  - f) Hidupkan lagi kaset dan edarkan bola tenis. Pada saat dimatikan, anggota yang memegang bola memilih masalah yang ingin dibicarakan.
  - g) Ulangi kegiatan nomor f sampai semua anggota kelompok memilih masalah yang ingin dibicarakan.
  - h) Terapis membantu menetapkan topik yang paling banyak dipilih.
  - i) Hidupkan lagi kaset dan edarkan bola tenis. Pada saat dimatikan, anggota yang memegang bola menyampaikan pendapat tentang masalah yang dipilih.
  - j) Ulangi kegiatan nomor i sampai semua anggota kelompok menyampaikan pendapat.
  - k) Beri pujian untuk tiap keberhasilan anggota kelompok dengan memberi tepuk tangan.
- 7) Tahap terminasi
- a) Evaluasi

(1) Terapis menanyakan perasaan pasien setelah mengikuti TAKS.

(2) Terapis memberikan pujian kepada kelompok.

b) Rencana tindak lanjut

(1) Menganjurkan setiap anggota kelompok mengungkapkan setiap masalah yang dihadapinya dalam kehidupan sehari-hari.

(2) Memasukkan kegiatan bercerita tentang masalah pribadi yang dihadapi dalam jadwal harian klien.

d) Kontrak yang akan datang

(5) Terapis mengakhiri kegiatan dengan membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya di pertemuan berikutnya.

(6) Menyepakati kegiatan untuk berkenalan dengan anggota kelompok.

(7) Menyepakati waktu dan tempat TAKS sesi selanjutnya.

(8) Terapis menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam.

**f. Sesi keenam: bekerja sama dalam permainan sosialisasi**

1) Tujuan

Bertanya dan meminta sesuai dengan kebutuhan pada orang lain dan menjawab dan memberi pada orang lain sesuai dengan permintaan.

2) Setting

a) Pasien dan terapis duduk bersama dengan melingkar.

- b) Ruang nyaman dan tenang.
- 3) Alat dan Bahan
- a) Tape recorder
  - b) Lembar observasi
  - c) Bola tenis
  - d) Buku catatan dan pulpen
  - e) Jadwal kegiatan pasien
- 4) Metode
- a) Dinamika kelompok
  - b) Diskusi dan tanya jawab
  - c) Bermain peran/simulasi
- 5) Langkah-langkah kegiatan
- a) Persiapan
    - (1) Terapis memilih klien sesuai dengan indikasi yaitu, isolasi sosial menarik diri.
    - (2) Mengingatkan kontrak dengan anggota kelompok.
    - (3) Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan.
  - b) Orientasi
    - (1) Terapis mengucapkan salam terapeutik.
    - (2) Memulai kegiatan dengan do'a.
    - (3) Terapis memperkenalkan diri
  - c) Evaluasi/validasi
    - (1) Terapis menanyakan perasaan klien saat ini.

(2) Terapis menanyakan apakah sudah latihan bercakap-cakap tentang masalah pribadi dengan orang lain.

d) Kontrak

(1) Menjelaskan tujuan kegiatan yaitu, bertanya dan meminta kartu yang diperlukan serta menjawab dan memberi kartu kepada anggota kelompok.

(2) Terapis membuat kontrak waktu kegiatan TAKS selama 30-40 menit

(3) Menjelaskan aturan main yaitu:

(a) Setiap klien harus mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.

(b) Jika klien yang akan meninggalkan kelompok harus meminta izin kepada terapis.

6) Fase kerja

a) Terapis membagi empat buah kartu kwartet untuk setiap anggota kelompok. Sisanya diletakkan di atas meja.

b) Terapis meminta tiap anggota kelompok menyusun kartu sesuai dengan seri (satu seri mempunyai 4 kartu).

c) Hidupkan kaset pada tape recorder dan edarkan bola tenis berlawanan dengan arah jarum jam.

d) Pada saat tape dimatikan, anggota kelompok yang memegang bola memulai permainan berikut :

- (1) Meminta kartu yang dibutuhkan (seri yang belum lengkap) kepada anggota kelompok di sebelah kanannya.
  - (2) Jika kartu yang dipegang serinya lengkap, diumumkan pada kelompok dengan membaca judul dan subjudul.
  - (3) Jika kartu yang dipegang serinya tidak lengkap diperkenankan mengambil satu kartu dari tumpukan kartu di atas meja. Jika anggota kelompok memberikan kartu yang dipegang pada yang meminta, ia berhak mengambil satu kartu dari tumpukan kartu di atas meja.
  - (4) Setiap menerima kartu, diminta mengucapkan terima kasih.
- e) Ulangi kegiatan c dan d jika d.2 atau d.4 terjadi.
- f) Beri pujian untuk setiap anggota kelompok dengan memberi tepuk tangan.
- 7) Tahap terminasi
- a) Evaluasi
    - (1) Terapis menanyakan perasaan pasien setelah mengikuti TAKS.
    - (2) Terapis memberikan pujian kepada kelompok.
  - b) Rencana tindak lanjut
    - (1) Menganjurkan setiap anggota kelompok untuk berlatih bertanya, meminta, menjawab, dan kerja sama dalam kehidupan sehari-hari.

(2) Memasukkan kegiatan bekerja sama dalam jadwal harian klien.

c) Kontrak yang akan datang

(1) Terapis mengakhiri kegiatan dengan membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya di pertemuan berikutnya.

(2) Menyepakati kegiatan untuk berkenalan dengan anggota kelompok.

(3) Menyepakati waktu dan tempat TAKS sesi selanjutnya.

(4) Terapis menutup kegiatan dengan berdoa dan mengucapkan salam.

**g. Sesi ketujuh: menyampaikan pendapat tentang manfaat kegiatan kelompok**

1) Tujuan

Mampu menyampaikan pendapat tentang manfaat kegiatan kelompok yang telah dilakukan.

2) Setting

a) Pasien dan terapis duduk bersama dengan melingkar.

b) Ruang nyaman dan tenang.

3) Alat dan Bahan

a) Tape recorder

b) Lembar observasi

c) Bola tenis

d) Buku catatan dan pulpen

- e) Jadwal kegiatan pasien
- 4) Metode
- a) Dinamika kelompok
  - b) Diskusi dan tanya jawab
  - c) Bermain peran/simulasi
- 5) Langkah-langkah kegiatan
- a) Persiapan
    - (1) Terapis memilih klien sesuai dengan indikasi yaitu, isolasi sosial menarik diri.
    - (2) Mengingatn kontrak dengan anggota kelompok.
    - (3) Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan.
  - b) Orientasi
    - (1) Terapis mengucapkan salam terapeutik.
    - (2) Memulai kegiatan dengan do'a.
    - (3) Terapis memperkenalkan diri
  - c) Evaluasi/validasi
    - (1) Terapis menanyakan perasaan klien saat ini.
    - (2) Terapis menanyakan apakah sudah berlatih bertanya, meminta, menjawab, dan bekerja sama dalam kehidupan sehari-hari.
  - d) Kontrak
    - (1) Menjelaskan tujuan kegiatan yaitu, menyampaikan manfaat enam kali TAKS.

- (2) Terapis membuat kontrak waktu kegiatan TAKS selama 30-40 menit
- (3) Menjelaskan aturan main yaitu:
  - (a) Setiap klien harus mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.
  - (b) Jika klien yang akan meninggalkan kelompok harus meminta izin kepada terapis.
- 6) Fase kerja
  - a) Hidupkan kaset pada tape recorder dan edarkan bola tenis berlawanan dengan arah jarum jam.
  - b) Pada saat tape dimatikan, anggota kelompok yang memegang bola mendapat kesempatan menyampaikan pendapat tentang manfaat dari enam kali pertemuan yang telah berlalu.
  - c) Ulangi kegiatan nomor 1 dan 2 sampai semua anggota kelompok menyampaikan pendapat.
  - d) Beri pujian untuk tiap keberhasilan anggota kelompok dengan memberi tepuk tangan.
- 7) Tahap terminasi
  - a) Evaluasi
    - (1) Terapis menanyakan perasaan pasien setelah mengikuti TAKS.
    - (2) Terapis memberikan pujian kepada kelompok.
  - b) Rencana tindak lanjut

- (1) Mengajukan setiap anggota kelompok tetap melatih diri untuk enam kemampuan yang telah dimiliki, baik di RS maupun di rumah.
  - (2) Memasukkan kegiatan yang telah disepakati ke dalam jadwal kegiatan harian.
  - (3) Melakukan Pendidikan kesehatan kepada keluarga untuk memberi dukungan pada klien dalam menjalankan kegiatan hidup sehari-hari.
- c) Kontrak yang akan datang
- (1) Menyetujui rencana evaluasi kemampuan secara periodik.

## **E. Konsep Keterampilan Sosial**

### **1. Pengertian**

Keterampilan sosial merupakan kemampuan individu dalam menyampaikan perasaan positif maupun negatif saat menjalin hubungan dengan orang lain tanpa mengurangi dukungan sosial. Kemampuan ini mencakup interaksi yang efektif melalui respons verbal maupun nonverbal. Keterampilan sosial juga meliputi hubungan antar individu yang bertujuan mencapai kepentingan bersama. Hubungan tersebut menjadi sarana dalam mewujudkan tujuan hidup seseorang dengan cara berinteraksi secara terampil dengan orang lain (Agustina & Rafiyah, 2023).

Keterampilan sosial merupakan kemampuan individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Setiap orang perlu menguasai keterampilan ini agar dapat diterima oleh masyarakat di sekitarnya.

Kecakapan yang dimiliki mencakup kemampuan menyesuaikan diri dan berkomunikasi dengan lingkungan, termasuk membina hubungan baik dengan orang lain, menghargai diri sendiri dan orang lain, mampu memberikan dan menerima kritik maupun saran. Keterampilan tersebut mencerminkan sikap empati, partisipasi aktif dalam kegiatan kelompok, komunikasi yang efektif, dan kemampuan dalam menyelesaikan masalah (Fakhriyani, 2018).

Keterampilan sosial merupakan salah satu bentuk intervensi yang ditujukan untuk meningkatkan komunikasi dan menyediakan kemampuan baru dalam mengatasi masalah isolasi sosial. Intervensi ini diberikan kepada pasien dengan isolasi sosial yang mengalami penurunan jumlah, frekuensi, dan kualitas interaksi sosial. Pelatihan keterampilan sosial bertujuan untuk mengurangi tanda dan gejala yang dialami oleh pasien dengan gangguan isolasi sosial (Agustina & Rafiyah, 2023).

Berdasarkan definisi yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial diberikan kepada pasien dengan gangguan isolasi sosial guna melatih kemampuan dalam membangun hubungan yang optimal dengan orang lain dan lingkungan sekitar. Kemampuan komunikasi pada pasien isolasi sosial meliputi kemampuan individu dalam menyampaikan perasaan positif maupun negatif.

## **2. Karakteristik Keterampilan Sosial**

Keterampilan sosial bersifat bervariasi, semua tergantung pada nilai-nilai yang diyakini dalam masyarakat. Semakin banyak pengalaman dan

latihan, semakin berkembang dan matang keterampilan sosial seseorang. Frazier dalam Gaspar al (2018) mengatakan bahwa: "*Social skills as the same as values are personal situasional and relative*" dengan uraian yaitu:

- a. Pertama: keterampilan sosial menggambarkan ciri khas perilaku yang dimiliki individu dalam berinteraksi dengan orang lain.
- b. Kedua: keterampilan sosial ditunjukkan sesuai dengan situasi yang sedang terjadi, setiap situasi memerlukan keterampilan yang berbeda tergantung pada masalah yang terjadi.
- c. Ketiga: keterampilan sosial mencerminkan perbedaan substansi antara individu satu dengan individu lainnya.

### **3. Faktor-faktor Keterampilan Sosial**

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi keterampilan sosial individu, di antaranya Cartledge&Milburn (1995) :

- a. *Learner Characteristics* (Lingkungan sosial): lingkungan memiliki pengaruh besar terhadap individu dalam mengembangkan dan memaksimalkan keterampilan sosial. Lingkungan yang mendukung dan interaksi yang positif akan memperkuat keterampilan seorang individu.
- b. *Development level* (Tingkat perkembangan): perkembangan normal pada individu memungkinkan tercapainya pemenuhan tugas perkembangan dan kemampuan berinteraksi dengan orang lain. Setiap individu melewati tahapan perkembangan yang memengaruhi kemahiran dalam berkomunikasi.

- c. *Gender* (Jenis kelamin): jenis kelamin memiliki pengaruh signifikan terhadap keterampilan sosial, sebab laki-laki cenderung memberikan perhatian lebih pada hubungan sosial dibanding perempuan, sehingga hal tersebut berdampak pada pola interaksi dan komunikasi mereka.
- d. *Cognitive and behavioral skill deficit* (Gangguan pada kemampuan kognitif dan perilaku): individu dengan gangguan pada kemampuan kognitif dan perilaku cenderung mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, sebab kapasitas mereka dalam memahami dan merespons situasi sosial mengalami hambatan.
- e. Umur: faktor usia memengaruhi kematangan sosial, biasanya usia yang lebih tua tingkat kematangan sosialnya lebih tinggi, karena mereka telah mengalami lebih banyak interaksi sosial.

#### **4. Aspek-aspek Keterampilan Sosial**

Keterampilan sosial membantu individu dalam mempertahankan hubungan yang positif dengan orang lain. Melalui keterampilan ini, mereka dapat belajar mengatasi permasalahan secara efektif dan menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitarnya.

Menurut Matyani (2011), Keterampilan sosial dapat dikelompokkan dalam empat kelompok yaitu:

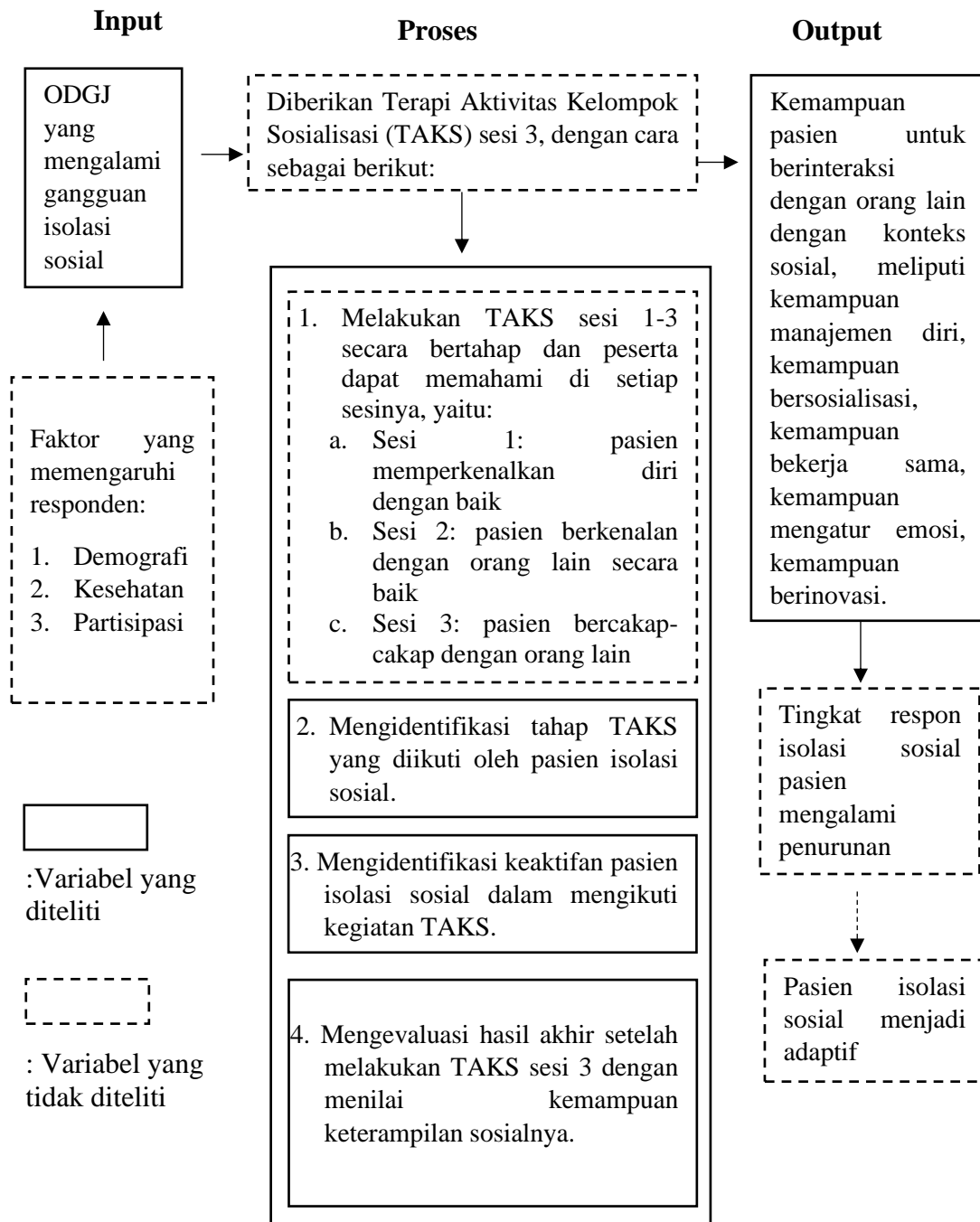
- a. Keterampilan dasar dalam berkomunikasi meliputi upaya saling mengenal, melakukan kontak mata, dan menyampaikan informasi maupun materi secara efektif dalam interaksi sosial.

- b. Keterampilan komunikasi, yaitu mendengar dan berbicara secara bergantian, berbicara dengan sopan dan mendengarkan orang lain hingga selesai berbicara.
- c. Keterampilan membantu tim/kelompok, yaitu menerima pendapat orang lain, dapat bekerjasama dalam tim, saling membantu, dan saling memperhatikan satu sama lain.
- d. Keterampilan menyelesaikan masalah, yaitu keterampilan yang melibatkan empati, kemampuan mengendalikan diri, mematuhi kesepakatan yang ada, dan bekerja sama dalam tim untuk menyelesaikan masalah secara efektif.

Keterampilan sosial dapat membentuk kepribadian seseorang untuk lebih memahami perasaan, sikap, dan motivasi orang lain, dengan demikian komunikasi akan menjadi lebih mudah, memiliki wawasan yang lebih luas dan lebih percaya diri.

## F. Kerangka Penelitian

### 1. Kerangka teori



Gambar 2.2 Kerangka Teori