

## PENGARUH TERAPI GENERALIS TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN SOSIAL PADA PENDERITA SKIZOFRENIA DENGAN ISOLASI SOSIAL

Jesika Pasaribu<sup>1\*</sup>, Jeni Nur Aini<sup>2</sup>, Sada Rasmada<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan SINT CAROLUS, Jalan Salemba Raya, Kelurahan Paseban, Kecamatan Senen, Kota Jakarta Pusat, DKI Jakarta, Indonesia

\* [pasariboe.jesika@gmail.com](mailto:pasariboe.jesika@gmail.com)

### ABSTRAK

Isolasi sosial merupakan salah satu gejala negatif skizofrenia dimana pasien mengalami kondisi menyendiri dan perasaan segan terhadap orang lain sebagai sesuatu yang negatif atau keadaan yang mengancam. Terapi generalis merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat meningkatkan keterampilan sosial melalui pendekatan sistematis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi generalis terhadap peningkatan keterampilan sosial pada penderita skizofrenia dengan isolasi sosial di PSBL Harapan Sentosa 2. Metode penelitian ini menggunakan *pre-experimental design* dengan pendekatan *one group pre-post test design*. Sampel terdiri dari 93 pasien Skizofrenia dengan *core problem* isolasi sosial. Pengukuran keterampilan sosial dilakukan sebelum intervensi sebagai data awal, dan setelah dilakukan intervensi dilakukan pengukuran ulang dengan menggunakan lembar observasi keterampilan sosial. Data dianalisis secara statistik menggunakan uji *paired t-test* dengan *p-value* = 0.000, menandakan peningkatan yang signifikan. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan terapi generalis SP 1-4 dengan 4 sesi pertemuan, 25 responden memiliki keterampilan sosial kurang (<50%), 49 responden cukup (51%-75%), dan 19 responden baik (>75%). Setelah dilakukan terapi generalis SP 1-4, hanya 5 responden dalam kategori cukup, sedangkan 88 responden meningkat ke kategori baik. Terapi generalis efektif meningkatkan keterampilan sosial pada penderita skizofrenia dengan isolasi sosial. Terapi ini dapat diterapkan dalam rehabilitasi sosial untuk meningkatkan interaksi sosial pasien.

**Kata kunci:** Isolasi Sosial, Keterampilan Sosial, Skizofrenia, Terapi Generalis

## THE EFFECT OF GENERALIST THERAPY ON THE IMPROVEMENT OF SOCIAL SKILLS IN SKIZOFRENIA PATIENTS WITH SOCIAL ISOLATION

### ABSTRACT

*Social isolation is one of the negative symptoms of schizophrenia where patients experience aloofness and aversion to others as negative or threatening. Generalist therapy is a nonpharmacological intervention that can improve social skills through a systematic approach. The purpose of this study was to determine the effect of generalist therapy on improving social skills in schizophrenia patients with social isolation at PSBL Harapan Sentosa 2. This research method uses a pre-experimental design with a one group pre-post test design approach. The sample consisted of 93 schizophrenia patients with the core problem of social isolation. The measurement of social skills was carried out before the intervention as baseline data, and after the intervention, the measurement was repeated using the social skills observation sheet. Statistical analysis using paired t-test with p-value = 0.000, indicating a significant improvement. The results showed that before being given SP 1-4 generalist therapy with 4 meeting sessions, 25 respondents had poor social skills (<50%), 49 responden cukup (51%-75%), dan 19 responden baik (>75%). After SP 1-4 generalist therapy, only 5 respondents were in the moderate category, while 88 respondents increased to the good category. Generalist therapy is effective in improving social skills in schizophrenia patients with social isolation. This therapy can be applied in social rehabilitation to improve patients' social interaction.*

**Keywords:** generalist therapy, schizophrenia, social skills, social isolation.

## PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan salah satu permasalahan kesehatan mental yang berdampak luas terhadap kehidupan individu, baik dari segi fisik, sosial, maupun ekonomi. Gangguan jiwa terjadi ketika seseorang mengalami perubahan dalam pola pikir, emosi, dan perilaku, yang menyebabkan penurunan fungsi dalam kehidupan sehari-hari (Stuart, Keliat and Pasaribu, 2023). Dampaknya dapat berupa menurunnya kualitas hidup, sulitnya menyelesaikan pendidikan, rendahnya produktivitas, serta kerentanan terhadap kemiskinan, perlakuan salah, dan masalah kesehatan lainnya. Seiring meningkatnya jumlah penderita gangguan jiwa, beban negara pun semakin besar, terutama dalam hal penurunan produktivitas sumber daya manusia (Apriliyani, 2023).

Salah satu gangguan jiwa berat yang banyak ditemukan adalah skizofrenia. Gangguan ini ditandai dengan gejala psikotik, termasuk halusinasi, delusi, serta gangguan berpikir dan emosi. Skizofrenia umumnya muncul pada usia produktif, yaitu antara usia 15–25 tahun pada pria, dan 25–35 tahun pada perempuan (Indramayu, 2020). Penderita skizofrenia sering mengalami gejala negatif, seperti menarik diri dan kehilangan motivasi, yang mengarah pada perilaku isolasi sosial (Antu *et al.*, 2024). Isolasi sosial merupakan salah satu manifestasi dari gejala negatif skizofrenia yang memengaruhi kemampuan individu untuk berinteraksi dan menjalin hubungan sosial secara sehat (Stuart, Keliat and Pasaribu, 2023).

World Health Organization (2020) melaporkan bahwa sebanyak 379 juta jiwa di dunia mengalami gangguan jiwa, dengan sekitar 20 juta di antaranya menderita skizofrenia. Di Indonesia, prevalensi gangguan jiwa berat mencapai 4,0 per 1000 penduduk, dan data menunjukkan masih banyak penderita yang mengalami pemasungan, terutama di wilayah pedesaan (Kemenkes, 2023). Salah satu tempat pelayanan sosial yang menangani orang dengan gangguan jiwa terlantar adalah Panti Sosial Bina Laras Harapan Sentosa 2 Jakarta Timur. Panti ini merawat lebih dari 500 warga binaan sosial (WBS), mayoritas adalah perempuan dengan skizofrenia, yang menunjukkan gejala isolasi sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Fenomena tingginya angka isolasi sosial pada pasien panti tersebut menunjukkan perlunya intervensi terapeutik yang efektif dalam meningkatkan kemampuan sosialisasi pasien. Salah satu pendekatan yang digunakan dalam keperawatan jiwa adalah terapi generalis, yaitu intervensi keperawatan yang dilaksanakan melalui tahapan strategi pelaksanaan (SP 1–4), untuk melatih pasien dalam mengenali masalah sosial, membangun hubungan, hingga mampu berinteraksi dalam kelompok. Terapi generalis terbukti mampu meningkatkan kemampuan sosialisasi dan mengurangi perilaku menarik diri pada pasien dengan skizofrenia yang mengalami isolasi sosial (Suwarni and Rahayu, 2020) (Rahayu *et al.*, 2022).

Berdasarkan permasalahan tersebut dan pentingnya penanganan yang efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial pada pasien dengan isolasi sosial, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intervensi terapi generalis terhadap peningkatan keterampilan sosial penderita skizofrenia dengan isolasi sosial. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap praktik keperawatan jiwa, khususnya dalam upaya rehabilitasi sosial pasien skizofrenia dengan isolasi sosial.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan yakni penelitian kuantitatif dengan desain *pre-experimental one group pre-post test design* untuk mengetahui pengaruh terapi generalis terhadap peningkatan keterampilan sosial pasien dengan skizofrenia dengan *core problem* isolasi sosial. Penelitian dilaksanakan di Panti Sosial Bina Laras (PSBL) Harapan Sentosa 2 Jakarta Timur selama bulan September-Desember 2024. Sampel dalam penelitian berjumlah 93 orang, dipilih dengan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi, yaitu WBS dengan diagnosis skizofrenia dengan *core problem* isolasi sosial. Intervensi yang diberikan berupa terapi generalis, yang terdiri dari empat sesi (SP 1–4), sbb: SP 1 : Melatih mengenal masalah isolasi sosial; SP 2 : Melatih berkenalan dengan perawat dan pasien lain; SP 3 : Melatih berkenalan dengan 2 orang atau lebih; dan SP 4 : Berinteraksi dengan kelompok.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar observasi keterampilan sosial, yang diukur melalui pre-test sebelum intervensi dan post-test setelah seluruh sesi terapi dilaksanakan. Pemberian intervensi dilakukan kepada responden secara individu, dengan waktu pemberian intervensi rata-rata selama 15 menit per sesi. Analisis data diawali dengan uji normalitas menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*, untuk mengetahui distribusi data. Selanjutnya, dilakukan uji hipotesis menggunakan *paired t-test* untuk mengetahui perbedaan keterampilan sosial sebelum dan sesudah pemberian terapi generalis. Penelitian ini telah mendapatkan *ethical approval* dari Komite Etik Penelitian Kesehatan STIK Sint Carolus No 150/KEPPKSTIKSC/X/2024.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=93)**

| Variabel                   | Frekuensi | Presentase |
|----------------------------|-----------|------------|
| <b>Usia</b>                |           |            |
| 20 - 30 tahun              | 31        | 33.3       |
| 31 - 40 tahun              | 34        | 36.6       |
| >40 tahun                  | 28        | 30.1       |
| <b>Jenis Kelamin</b>       |           |            |
| Laki-laki                  | 13        | 14.0       |
| Perempuan                  | 80        | 86.0       |
| <b>Pendidikan Terakhir</b> |           |            |
| SMP                        | 23        | 24.7       |
| SMA                        | 70        | 75.3       |
| <b>Status Perkawinan</b>   |           |            |
| Belum Menikah              | 65        | 69.9       |
| Sudah Menikah              | 28        | 30.1       |
| <b>Lama di Rawat</b>       |           |            |
| <10 Tahun                  | 75        | 80.6       |
| 10 Tahun                   | 12        | 12.9       |
| >10 Tahun                  | 6         | 6.5        |

Pada tabel 1 distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan usia dari keseluruhan 93 responden, sebesar 36.6% berusia 31-40 tahun, 86.0% jenis kelamin perempuan, 75.3% berpendidikan SMA, 69.9% belum menikah dan 80.6% yang tinggal di panti selama < 10 tahun.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan Sosial Responden (n=93)**

| Keterampilan Sosial | Pre-test  |              | Post-test |              |
|---------------------|-----------|--------------|-----------|--------------|
|                     | n         | (%)          | n         | (%)          |
| Kurang              | 25        | 26.9         | 0         | 0            |
| Cukup               | 49        | 52.7         | 5         | 5.4          |
| Baik                | 19        | 20.4         | 88        | 94.6         |
| <b>Total</b>        | <b>93</b> | <b>100.0</b> | <b>93</b> | <b>100.0</b> |

Distribusi frekuensi sebelum dilakukan terapi generalis SP 1-4, sebanyak 49 responden (52.7%) dengan keterampilan sosial berada pada kategori cukup. Setelah dilakukan terapi generalis SP 1-4 diperoleh 88 responden (94.6%) berada pada kategori keterampilan sosial.

**Tabel 3. Keterampilan Sosial Sebelum dan Sesudah dilakukan Terapi Generalis Responden (n=93)**

| Kelompok Intervensi                                          | n  | Mean Rank | P- Value |
|--------------------------------------------------------------|----|-----------|----------|
| Nilai Post Test Terapi Generalis < Pre Test Terapi Generalis | 3  | 10.83     | 0.000    |
| Nilai Post Test Terapi Generalis > Pre Test Terapi Generalis | 86 | 46.19     |          |
| Nilai Post Test Terapi Generalis = Pre Test Terapi Generalis | 4  |           |          |
| Total                                                        | 96 |           |          |

Hasil Uji *Wilcoxon Sign Test*, dengan p Value 0.000 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan sosial sebelum dan sesudah diberikan terapi generalis. Jumlah peringkat positif (pre > post) sebanyak 86 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami peningkatan keterampilan sosial setelah mendapatkan intervensi, sedangkan hanya 3 responden yang mengalami penurunan keterampilan sosial (peringkat negatif). Selain itu, terdapat 4 responden yang tidak mengalami perubahan keterampilan sosial (ties). *Mean Rank* untuk peningkatan skor (46.19) lebih tinggi dibandingkan *Mean Rank* untuk penurunan skor (10.83), menjadi indikasi bahwa perubahan yang terjadi cenderung ke arah peningkatan.

**Tabel 4. Analisis Pengaruh Terapi Generalis Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Sebelum dan Sesudah Intervensi (n = 93)**

| Keterampilan Sosial | Pre-test | Post-test | Selisih | Nilai p-value |
|---------------------|----------|-----------|---------|---------------|
|                     | Frek     | Frek      |         |               |
| Kurang              | 25       | 0         | -       | 0.000         |
| Cukup               | 49       | 5         | 44      |               |
| Baik                | 19       | 88        | 69      |               |

Analisis statistik keterampilan sosial sebelum dan sesudah diberikan Terapi Generalis SP 1-4 menggunakan *paired t-test*. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam keterampilan sosial. Kategori baik meningkat dari 19 menjadi 88 responden, dengan selisih 69 responden. Nilai *p-value*= 0.000 mengindikasikan bahwa perubahan signifikan secara statistik, menunjukkan bahwa intervensi berdampak positif terhadap peningkatan keterampilan sosial.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi generalis secara signifikan meningkatkan keterampilan sosial pasien skizofrenia yang mengalami isolasi sosial. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa terapi generalis mampu mendorong perubahan signifikan dalam aspek sosial individu dengan gangguan isolasi sosial. Efektivitas terapi generalis dalam penelitian ini didukung oleh tahapan intervensi yang terstruktur, yaitu mulai dari pengenalan masalah isolasi sosial (SP 1), pembiasaan berinteraksi dengan satu orang (SP 2), perluasan interaksi ke kelompok kecil (SP 3), hingga keterlibatan dalam kelompok sosial yang lebih besar (SP 4). Setiap tahap dirancang untuk membangun kepercayaan diri, memperbaiki keterampilan komunikasi verbal dan nonverbal, serta menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi WBS.

Pada SP 1, WBS diajak mengenali penyebab isolasi sosial, baik dari dalam diri maupun pengalaman masa lalu, sekaligus mengevaluasi dampaknya terhadap kehidupan sosial mereka. Hal ini menjadi fondasi penting dalam proses pemulihan, karena kesadaran diri adalah kunci perubahan perilaku. Pujian dan penguatan positif dari terapis juga membantu menciptakan hubungan terapeutik yang efektif. Kemudian, pada SP 2 dan SP 3, keterampilan sosial diasah melalui interaksi bertahap—dimulai dari individu, lalu kelompok kecil, dan akhirnya kelompok lebih besar. Strategi ini terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan sosial, serta membantu pasien memahami dinamika percakapan dan cara memberikan respons yang tepat. Refleksi setelah interaksi juga berperan besar dalam mengevaluasi dan memperbaiki strategi komunikasi yang digunakan. Tahap SP 4 menekankan pada keterlibatan dalam situasi sosial yang lebih luas dan dinamis. Keikutsertaan pasien dalam kegiatan sosial kelompok menunjukkan bahwa mereka tidak hanya mampu membangun keterampilan komunikasi, tetapi juga mulai menunjukkan keberanian untuk aktif dalam interaksi sosial. Peningkatan ini terlihat dari aspek verbal seperti kemampuan memperkenalkan diri, menyusun kalimat, dan menyampaikan perasaan, serta aspek nonverbal seperti kontak mata, ekspresi wajah, dan postur tubuh. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa terdapat peningkatan keterampilan sosial signifikan setelah pemberian terapi generalis kepada pasien isolasi sosial di RSMM Bogor. Sebelumnya, skor keterampilan sosial hanya 27,71% dan meningkat menjadi 96,29% setelah intervensi (Mista et al., 2018). Pemberian terapi generalis terbukti dapat menurunkan gejala isolasi sosial (Martina, Keliat, & Putri, 2025) (Kiranti and Pasaribu, 2025).

Selain itu, aspek keterampilan sosial nonverbal yang meningkat setelah terapi, seperti kemampuan mempertahankan kontak mata, postur tubuh terbuka, dan penggunaan ekspresi wajah yang sesuai, mengindikasikan adanya perbaikan dalam sikap dan keterlibatan sosial. Peningkatan ini mencerminkan hasil dari proses pembiasaan dan penguatan dalam sesi terapi, bahwa keterampilan sosial dapat ditingkatkan melalui latihan langsung dalam lingkungan sosial yang terstruktur (Stuart, Keliat and Pasaribu, 2023). Dalam konteks ini, terapi generalis terbukti sebagai pendekatan yang efektif untuk membangun kembali kepercayaan diri, memperkuat kemampuan sosial, dan mengatasi hambatan psikologis pada individu dengan isolasi sosial. Strategi intervensi yang bertahap dan dukungan dari tenaga profesional menjadi kunci keberhasilan terapi ini. Dengan adanya ruang aman untuk berlatih dan menerima umpan balik, WBS dapat mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih baik dan mampu berfungsi secara sosial di lingkungan sekitarnya.

## SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi generalis efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial pada pasien skizofrenia dengan isolasi sosial. Setelah pemberian terapi, terjadi peningkatan signifikan, dengan sebagian besar responden berada pada kategori keterampilan sosial baik dengan *pValue* sebesar 0,000. Keterbatasan penelitian yaitu adanya ketidaksesuaian responden laki-laki dan perempuan. Hal ini karena jumlah perempuan yang memenuhi kriteria lebih banyak dibanding laki-laki. Oleh karena itu, untuk memenuhi jumlah sampel yang dibutuhkan, partisipan laki-laki juga diikutsertakan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Antu, M.. *et al.* (2024) *Keperawatan Psikiatri Dan Psikologis Kesehatan*. Edited by A. Munandar. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Apriliyani I, S. R. I. F. S. N. (2023). Asuhan Keperawatan Gangguan Sosialisasi: Isolasi Sosial Pada Ny. Y Dengan Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia Volume 10 No 4, November 2022, e-ISSN 2655-8106, p-ISSN2338-2090 FIKKes Universitas Muhammadiyah Semarang Bekerjasama Dengan PPNI Jawa Tengah, 10(4)*, 1–10. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/9999/pdf>
- Indramayu, B. K. (2020). Dalam Angka Dalam Angka. *Kota Bukitinggi Dalam Angka, 01*, 1–68.
- Kemenkes (2023) ‘Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI)’, *Kemenkes*, p. 235.
- Kiranti, A.. and Pasaribu, J. (2025) ‘Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Dengan Core Problem Isolasi Sosial Di RS X’, *Journal Healthcare Education*, 3(1), pp. 48–52.
- Martina, Keliat, B. A., & Putri, Y. S. E. (2019). Penerapan latihan keterampilan sosial dan psikoedukasi keluarga pada pasien isolasi sosial di rumah sakit jiwa. *Idea Nursing Journal, 10(1)*, 51–62.
- Mista, Z., Hamid, A. Y. S., & Susanti, H. (2018). Penerapan Terapi Generalis, Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi, dan Social Skill Training pada Pasien Isolasi Sosial. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI]*, 2(1), 19. <https://doi.org/10.31000/jiki.v2i1.967>
- Rahayu, P. P., Mustikasari, M., & Putri, Y. S. E. (2022). Manajemen kasus spesialis Keperawatan Jiwa pada pasien dengan isolasi sosial. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu, 13(1)*, 17–23. <https://doi.org/10.55426/jksi.v13i1.188>
- Stuart, G..., Keliat, B. and Pasaribu, J. (2023) *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. edisi kedua. Singapore: Elsevier.
- Suwarni, S., & Rahayu, D. A. (2020). Peningkatan Kemampuan Interaksi Pada Pasien Isolasi Sosial Dengan Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi Sesi 1-3. *Ners Muda, 1(1)*, 11. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i1.5482>