

TERAPI KETRAMPILAN SOSIAL PADA PENDERITA SKIZOFRENIA DI UPT REHABILITASI SOSIAL BINA LARAS KEDIRI

Miftahul Nuril Hidayati¹, Sardjuningsih², Tatik Imadatus Sa'adati³

miftahulnurilhidayati3935@gmail.com, sardjustain@gmail.com, imakediri@gmail.com

IAIN Kediri

Abstract. The objective of this study is to obtain an overview of the techniques and stages of the implementation of social skills therapy and specific skills that must be possessed by schizophrenics at UPT Rehabilitasi Sosial located in the Kras kabupaten Kediri. This research uses clinical psychology approach, descriptive qualitative method. The informants in this study were 5 schizophrenic patients, a social worker, a client mentor, a nurse and a client caregiver who were randomly selected from the data in the Social Rehabilitation Unit, Bina Laras Kediri. This study strives to obtain the techniques and stages of the implementation of social skills therapy in the Social Rehabilitation Unit of Bina Laras Kediri. There are four techniques used in this study, 1) modeling, giving examples repeatedly to clients, 2) role playing, giving the opportunity to clients to practice directly the given modeling, 3) performance feedback, providing reinforcement and 4) transfer training, practicing it in the real world. The results of this study show that there are 3 clients who have the seven categories of social skills and 2 others only have four or five categories of social skills. These seven skills categories are conversation, assertiveness, friendship and dating, community life, conflict management, treatment management, and vocational

Key Words: *Social skill training, Schizophrenia*

Abstrak. Penelitian tersebut bertujuan memperoleh gambaran mengenai teknik dan tahap pelaksanaan terapi ketrampilan sosial serta ketrampilan spesifik yang harus dimiliki oleh penderita skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri yang terletak di Desa Butuh Kecamatan Kras Kabupaten Kediri, Provinsi Jawa Timur. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi klinis, metode kualitatif deskriptif. Informan dalam penelitian ini sebanyak 5 klien skizofrenia, seorang pekerja sosial, seorang pembimbing klien, seorang perawat dan seorang pengasuh klien yang dipilih secara acak dari data yang ada di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri. Hasil dari penelitian ini diperoleh teknik dan tahap pelaksanaan terapi ketrampilan sosial di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri yaitu *modelling*, dengan memberikan contoh secara berulang-ulang kepada klien, *role playing* dengan bermain peran yaitu dengan memberikan kesempatan kepada klien untuk mempraktekkan secara langsung pemodelan yang diberikan, *performance feedback* yaitu dengan memberikan penguatan (*reinforcement*) dan *transfer training* yaitu dengan mempraktekkannya dalam dunia nyata. Hasil penelitian ini diketahui terdapat 3 klien yang memiliki ketujuh kategori ketrampilan sosial, dan 2 yang lainnya hanya memiliki empat atau lima kategori ketrampilan sosial tersebut. Ketujuh ketrampilan tersebut yaitu percakapan, ketegasan, persahabatan dan berpacaran, kehidupan masyarakat, manajemen konflik, manajemen pengobatan, dan kejuruan.

Kata Kunci: *Terapi Keterampilan Sosial, Skizofrenia*

Pendahuluan

Manusia adalah makhluk sosial yang kesehariannya tidak bisa terlepas dari hubungannya dengan orang lain. Selain itu, manusia juga merupakan makhluk individu yang memiliki keunikan tersendiri yang membedakannya dari manusia yang lainnya. Dalam pandangan ini manusia menjadi individu yang tidak dapat dipandang sama, karena secara kodrati setiap manusia diciptakan unik dan berbeda satu dengan yang lainnya [1]. Namun seringkali kehadiran individu dengan keadaan penuh keterbatasan kurang mendapatkan perhatian dari lingkungan. Padahal individu dengan keterbatasan tersebut membutuhkan kasih sayang serta arahan yang lebih khusus, baik secara fisik maupun psikis, salah satunya yaitu penderita skizofrenia. Skizofrenia merupakan golongan psikosa yang ditandai dengan tidak adanya pemahaman diri (*insight*) dan ketidakmampuan menilai realitas (*Reality Testing Ability/ RTA*) [2]. Hal tersebut ditandai dengan adanya gejala-gejala positif skizofrenia yang meliputi halusinasi (merasakan, mendengar atau mencium sesuatu yang sebenarnya tidak ada), delusi (keyakinan-keyakinan yang salah dan tidak rasional), gangguan berfikir [3].

Penanganan kasus klien dengan gangguan skizofrenia yang dirawat dalam lingkup kesehatan mental yang terorganisasi menerima beberapa bentuk obat antipsikotik, yang dimaksud untuk

mengendalikan pola-pola perilaku yang ganjil, seperti halusinasi dan waham, dan mengurangi resiko kambuh yang berulang-ulang [4]. Selain terapi obat anti-psikotik, ada terapi psikososial yang bisa dilaksanakan pada penderita skizofrenia. Terapi psikososial tersebut antara lain social skill therapy, token ekonomi, dan terapi berorientasi keluarga. Social skill therapy (terapi keterampilan sosial) atau behavior skills training (latihan keterampilan perilaku) dapat secara langsung membantu dan berguna bagi penderita skizofrenia. Terapi tersebut berguna untuk meningkatkan kemampuan sosial, kemampuan memenuhi diri sendiri, latihan praktis dan komunikasi interpersonal dari penderita skizofrenia [5].

Terapi keterampilan sosial juga dilaksanakan dalam UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri dimana klien diberikan berbagai bimbingan diantaranya bimbingan fisik, bimbingan mental, bimbingan sosial serta bimbingan keterampilan. Melalui terapi keterampilan sosial diharapkan klien memiliki keterampilan sosial seperti halnya yang diungkapkan oleh Alan S. Bellack yang merumuskan tujuh kategori keterampilan yang spesifik yaitu percakapan, ketegasan, persahabatan dan berpacaran, kehidupan bermasyarakat, manajemen konflik, manajemen pengobatan dan kejuruan (vokasional) [6]. Ketujuh kategori keterampilan sosial tersebut dilakukan dengan menggunakan teknik dan tahap terapi keterampilan sosial yang

dikemukakan oleh Goldstein yang terdiri dari empat tahap, yaitu: *modeling, role playing, performance feedback dan transfer training*[7].

Terapi ketrampilan sosial telah dilaksanakan di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri , UPT Rehabilitasi Sosial Bina Lars Kediri dipilih karena tempat tersebut melaksanakan usaha rehabilitasi sosial melalui pelayanan di dalam panti yang bertujuan untuk mempersiapkan penyandang eks psikotik dengan berbagai ketrampilan serta kesiapan mental dan sosial yang dibutuhkan untuk hidup secara wajar baik sebagai individu, anggota masyarakat serta warga negara.

Oleh karena itu, penelitian dilakukan untuk mengetahui bagaimana teknik dan tahap terapi ketrampilan sosial pada penderita skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri serta bentuk-bentuk ketrampilan yang spesifik yang pada penderita skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri.

Metode

Penelitian ini dilakukan di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri dengan pertimbangan bahwa UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri melaksanakan usaha rehabilitasi sosial melalui pelayanan di dalam panti yang bertujuan untuk mempersiapkan Disabilitas Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) dengan berbagai ketrampilan serta kesiapan mental dan sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi klinis dengan

metode penelitian kualitatif [8]. Jenis data dalam penelitian ini diklasifikasikan ke dalam data primer yang terdiri dari 5 klien skizofrenia, seorang pembimbing dan pengasuh klien, seorang perawat dan seorang pekerja sosial, sedangkan data sekunder diperoleh dari keluarga klien, pekerja panti serta orang-orang yang bersedia dimintai informasi dan data-data lainnya terkait dengan klien., Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis teknis dari data dilakukan dengan tiga cara: reduksi data, penyajian data dan kesimpulan. Pengujian keabsahan data penelitian telah dilakukan oleh peneliti dengan melakukan perluasan pengamatan, peningkatan ketekunan, dan triangulasi, baik triangulasi waktu atau rekayasa[9].

Hasil

Terapi ketrampilan sosial adalah suatu proses penyembuhan yang terdiri dari kemampuan berinteraksi, berkomunikasi secara efektif baik secara verbal maupun nonverbal, kemampuan untuk dapat menunjukkan perilaku yang baik, serta kemampuan menjalin hubungan baik dengan orang lain yang digunakan seseorang untuk dapat berperilaku sesuai dengan apa yang diharapkan oleh sosial. Pelatihan ketrampilan merupakan pelatihan yang bertujuan untuk mengajarkan kemampuan berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya, baik dalam hubungan formal maupun informal [10].

Teknik dan tahap ketrampilan sosial yang dilaksanakan dalam UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri

sejalan dengan teknik dan tahap ketrampilan sosial yang dikemukakan oleh Goldstein yaitu, *modeling* (pemberian contoh), *role playing* (bermain peran), *performance feedback* (pemberian umpan balik), dan *transfer training* (mempraktekkan).

Adapun pembahasan dari penelitian yang dilakukan berdasarkan teknik dan tahap terapi ketrampilan sosial serta ketrampilan sosial yang spesifik pada penderita skizofrenia antara lain sebagai berikut:

A. Teknik dan Tahap Terapi Ketrampilan Sosial Pada Penderita Skizofrenia

a. *Modelling* (pemberian contoh)

Dalam tahap ini klien diberikan contoh tentang ketrampilan berperilaku yang spesifik sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh klien. Misalkan klien akan senantiasa dibimbing untuk melakukan kegiatan sehari-hari, dengan harapan minimal para klien dapat menolong dirinya sendiri/hidup mandiri dan selebihnya mereka dapat hidup bersosial dan membantu orang lain.

Teknik yang diajarkan dalam panti Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri ini senantiasa melibatkan klien dalam berbagai kegiatan, misalkan klien yang sudah baik keadaannya diajarkan untuk melayani klien lain dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Misalnya dalam hal mandi,

ganti baju, minum obat, mengambilkan makanan, kebersihan lingkungan dan lain-lain. Selain itu klien juga dilibatkan dalam kegiatan ketrampilan lain seperti diajarkan membuat suatu ketrampilan usaha, yaitu: batako/paving, sulak, dan pertanian.

Dalam tahap *modelling*, hal yang dilakukan oleh terapis atau dalam hal ini adalah pekerja sosial, pembimbing klien, pengasuh klien, perawat atau pekerja lain yang kesehariannya bersama dengan klien adalah mengajarkan mereka akan suatu ketrampilan yang spesifik dengan menggunakan model atau contoh, yaitu memberikan klien suatu contoh ketrampilan sosial secara terus menerus secara langsung dan memberikan kesempatan kepada klien untuk memerankannya.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan pemberian contoh atau model antara klien satu dengan yang lainnya sangat berbeda-beda. Ada klien yang dengan cepat menangkap suatu materi ketrampilan yang diberikan dan ada juga yang membutuhkan pengulangan berkali-kali untuk mencapai suatu keberhasilan, sehingga waktu yang diperlukan untuk pemberian model sangat bervariasi, dari cepat, sedang,

lama, dan sangat lama. Semua itu tergantung dengan kondisi masing-masing klien.

Dari uraian di atas diketahui bahwa pada tahap *modelling* ini klien diberikan contoh perilaku secara terus-menerus dan berulang-ulang, dan ketika mereka belum mampu untuk melakukan contoh perilaku tersebut, terapis akan senantiasa mengulanginya sampai waktu yang tidak dapat ditentukan. Semua klien yang dapat mengikuti kegiatan di panti Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri ini merupakan usaha dari para terapis yang senantiasa ulet dalam memberikan bimbingan kepada klien.

b. *Role playing* (bermain peran)

Role playing (bermain peran) yaitu tahap bermain peran dimana peserta pelatihan mendapat kesempatan untuk memerankan suatu interaksi sosial yang sering dialami sesuai dengan topik interaksi yang diperankan model. Dilakukan dengan cara mendengarkan petunjuk yang disajikan model. Setelah itu biasanya dilanjutkan dengan diskusi mengenai aktifitas yang dimodelkan. Setelah selesai, latihan bermain peran dilakukan.

Dalam tahap ini klien mendapatkan kesempatan untuk melakukan contoh perilaku ketrampilan yang diberikan, misalkan setelah diberi contoh

atau materi membuat sulak, klien dipandu untuk melakukan tahap demi tahap pembuatannya. Klien diberikan kesempatan untuk mempraktekkan contoh-contoh ketrampilan secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung misalkan ketika mengajarkan klien ketrampilan membuat sulak, klien diberikan contoh cara menyusun tali rafia dan klien mempraktekkannya secara langsung. Ketrampilan yang tidak langsung misalkan klien diajarkan mengucapkan terimakasih, meminta obat tambahan ketika sakit, maka klien akan mempraktekkan hal tersebut ketika situasi model yang dicontohkan muncul. Sebagian klien bertanya ketika ada hal-hal yang kurang dimengerti dan sebagian klien hanya diam dan mengerjakan apa yang diperintahkan.

Dalam tahap *role playing* ini klien diberikan kesempatan untuk menanyakan suatu ketrampilan yang belum dimenerti, misalkan klien bertanya tentang tata cara urutan membuat sulak yang belum jelas atau belum dimengerti, kemudian petugas akan mengulangi apa yang di anggap klien belum jelas tersebut.

c. *Performance feedback* (pemberian umpan balik)

Performance feedback (pemberian umpan balik) yaitu

tahap pemberian umpan balik. Umpan balik ini harus diberikan segera setelah peserta pelatihan mencoba agar mereka yang memerankan tahu seberapa baik ia menjalankan langkah-langkah pelatihan ini. Yang dilakukan dengan cara memberikan pengukuh terhadap peserta yang menunjukkan kinerja yang tepat, apabila peserta berhasil melakukan yang dilatihkan maupun apabila peserta mengemukakan target perilaku yang ingin dilakukan.

Dalam tahap ini, hal yang dilakukan adalah memberikan umpan balik kepada klien dan juga pengukuhan atas apa yang telah dicapai olehnya. Misalkan setelah klien berhasil melakukan tahap *modelling*, *role playing*, maka pada tahap *performance feedback* klien akan diberikan suatu pengukuhan, sebagai contoh yang dilakukan dipanti Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri ini yaitu dengan memberikan pujian, ucapan terimakasih, diberikan snack siang-malam dan diberikan rokok bagi klien laki-laki setelah mereka berhasil melakukan suatu kegiatan. Hal tersebut dimaksudkan untuk memperkuat perilaku klien serta memberikan semangat klien agar terbentuk suatu perilaku.

d. *Transfer training*
(mempraktekkan)

Transfer training (mempraktekkan) yaitu tahap pemindahan ketrampilan yang diperoleh individu selama pelatihan ke dalam kehidupan sehari-hari.

Setelah berhasil mencapai 3 tahapan di atas maka tahap yang terakhir adalah *transfer training*, yaitu klien diberikan kesempatan untuk mengaplikasikan ketrampilan yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Sebagian besar klien telah mampu mengaplikasikan ketrampilan-ketrampilan yang diajarkan dalam kehidupan sehari-hari. Klien tidak hanya dilepas begitu saja namun tetap dipantau oleh petugas.

Misalkan ketika klien telah mampu dalam melakukan ketrampilan membuat batako, maka klien diberikan kesempatan untuk melakukannya sendiri. Namun tetap ada pengawasan dan pendampingan oleh petugas dalam melaksanakan kegiatan tersebut.

Waktu yang diperlukan untuk sampai pada tahap ini tergantung dari keadaan dari masing-masing klien. Ada yang dengan cepat dapat mencapai tahap ini, ada yang lamban, dan bahkan ada juga yang sangat lamban.

Empat tahap di atas dilakukan secara berurutan dan apabila terdapat suatu tahap belum terpenuhi maka hal yang dilakukan

yaitu mengulangi tahap tersebut sampai klien benar-benar mampu untuk mencapainya.

B. Bentuk-bentuk Ketrampilan yang Spesifik Pada Penderita Skizofrenia

Adapun bentuk-bentuk ketrampilan sosial yang diperlukan individu dalam menghadapi kehidupan bermasyarakat yaitu sesuai dengan teori Bellack yang menjelaskan tujuh kategori ketrampilan sosial yang harus dimiliki oleh Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) dalam hal ini yaitu skizofrenia agar dapat hidup sejahtera dalam masyarakat antara lain:

a. Percakapan

Percakapan merupakan ketrampilan sosial klien yang berkaitan dengan komunikasi klien, kemampuan menggunakan bahasa tubuh yang baik, kemampuan klien dalam bertanya dan menjawab pertanyaan. Dalam hal ini peneliti menemukan bermacam-macam kondisi klien perihal kemampuannya dalam hal bercakap-cakap. Hasil penelitian menjelaskan bahwa sebagian besar klien yang berada dalam UPT Rehabilitasi Bina Laras Kediri telah mampu untuk berkomunikasi. Namun ada juga yang menunjukkan ketrampilan komunikasi klien yang belum mampu sepenuhnya untuk melakukannya, hal tersebut

dipengaruhi oleh keadaan masing-masing individu.

Klien yang dapat berkomunikasi dengan baik yaitu klien yang mampu untuk menanggapi suatu pertanyaan dengan jawaban yang tepat, klien yang dapat memperkenalkan dirinya kepada orang lain, klien yang dapat menggunakan bahasa tubuh dengan tepat, dan klien yang dapat menjawab dan memberikan pertanyaan. Sebagian dari mereka dulunya sulit untuk berkomunikasi, namun dengan selang waktu tertentu keadaan tersebut berangsur-angsur membaik.

Sedangkan klien dengan komunikasi yang kurang baik yaitu klien yang dapat menjawab suatu pertanyaan namun jawaban yang diberikan tidak sesuai dengan pertanyaan yang diajukan. Misalkan ketika peneliti mengajukan pertanyaan tentang peristiwa A klien menjawabnya dengan peristiwa B, sehingga jawaban yang diberikan tidak sesuai dengan konteks pertanyaan. Atau keadaan klien yang menjawab dengan jawaban yang singkat yaitu “ ya, tidak, nggak tahu, nggak mau”. Keadaan komunikasi yang kurang baik lainnya seperti klien belum memiliki kemampuan untuk bertanya kepada yang lainnya.

b. Ketegasan (*assertiveness*)

Ketegasan
(*assertiveness*) yaitu ketrampilan klien yang berupa penolakan untuk melakukan sesuatu, kemampuan memuji atau mengkritisi akan suatu hal, dan kemampuan untuk mempengaruhi orang lain.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian klien telah memiliki keberanian untuk menolak atau protes terhadap tindakan atau perintah yang ditujukan kepadanya karena mereka menganggap perintah yang diberikan tidak/kurang sesuai menurut pandangannya. Mereka telah memiliki pendirian dalam hidup, tidak mudah dipermainkan oleh orang lain, memiliki ketegasan dalam memutuskan suatu hal, sehingga setiap perintah yang ditujukan kepada klien tidak serta merta ditelan secara mentah-mentah.

Namun sebagian yang lain juga belum memiliki ketrampilan tersebut, keadaan tersebut ditunjukkan oleh perilaku klien yang senantiasa menurut kepada apa yang orang lain katakan, misalkan ketika klien diperintahkan untuk melakukan sesuatu di luar batas kemampuannya klien akan tetap melaksanakan perintah tersebut walau pada akhirnya gagal untuk melakukan.

c. Persahabatan dan berpacaran

Persahabatan dan berpacaran yaitu ketrampilan klien yang berkaitan dengan hubungan klien dengan temannya, serta ketertarikan klien terhadap lawan jenis. Berdasarkan data yang diperoleh di lapangan, sebagian besar dari klien yang berada di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri tersebut hidup secara berkelompok, hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka memiliki ketrampilan dalam menjalin hubungan persahabatan dengan baik. Namun, sebagian lain dari mereka juga suka menyendiri di suatu tempat dan tidak berusaha untuk mencari teman, bahkan terdapat klien yang tidak mengenal atau tidak tahu nama-nama temannya padahal dari pengamatan peneliti menunjukkan bahwa klien tersebut sering melakukan kegiatan bersama dengan orang yang tidak dikenalnya tersebut.

Berkaitan dengan hubungan klien terkait dengan berpacaran, sebagian besar mereka telah memiliki gambaran tentang pasangan mereka, artinya mereka memiliki ketertarikan terhadap lawan jenis seperti layaknya orang yang normal. Namun sebagian yang lain tidak mengerti sama sekali dengan apa yang dinamakan pasangan.

d. Kehidupan masyarakat

Kehidupan masyarakat yaitu ketrampilan klien yang berkaitan dengan interaksi sosial klien, membantu atau menolong orang lain, kemampuan meminta dan memberikan pertolongan.

Sebagian besar dari klien yang berada di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri tersebut telah memiliki ketrampilan hidup bermasyarakat, walaupun sebagian dari mereka belum sepenuhnya memiliki ketrampilan hidup bermasyarakat yang baik, dan sebagian yang lain belum mampu sama sekali untuk hidup bermasyarakat.

Klien yang tergolong mampu dalam hidup bermasyarakat yaitu mereka yang dapat menolong diri sendiri dan juga orang lain, mampu meminta dan memberikan pertolongan, serta mampu berinteraksi dengan baik terhadap lingkungannya. Untuk lebih melatih ketrampilan tersebut, terapis memberikan tugas kepada mereka untuk membantu klien lain dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari, klien yang mendapat bantuan dari klien lain yaitu mereka yang memiliki penderita skizofrenia yang berada di ruang isolasi.

Klien yang telah memiliki ketrampilan dalam hidup bermasyarakat dapat memberikan bantuan seperti, memandikan klien lain, memakaikan baju, mengantarkan dan membantu

minum obat, mengantarkan makanan dan membantu pengawasan klien isolasi.

Ketrampilan tersebut dimiliki klien berkat adanya kegiatan bimbingan sosial. Bimbingan sosial adalah serangkaian kegiatan yang ditujukan untuk memulihkan dan meningkatkan kemampuan berfungsi sosial klien melalui metode bimbingan sosial perorangan maupun kelompok.

e. Menejemen Konflik

Menejemen konflik yaitu ketrampilan klien yang berkaitan dengan pemecahan masalah klien, ketrampilan klien dalam hal kompromi dan negoisasi, serta ketrampilan klien dalam hal mengkritisi dan meminta maaf.

Sebagian klien telah memiliki ketrampilan manajemen konflik dan sebagian dari mereka belum memiliki ketrampilan tersebut. Mereka yang telah memiliki ketrampilan manajemen konflik mampu untuk memecahkan suatu masalah baik masalah yang berkaitan dengan dirinya atau masalah dengan lingkungan, atau jika klien merasa tidak mampu untuk memecahkannya sendiri, klien memiliki inisiatif untuk melakukan kompromi dan negoisasi kepada orang lain. Dalam keadaan ini klien juga telah mampu untuk meminta maaf kepada orang lain dan dapat

mengintrospeksi diri atas kesalahan yang telah dibuatnya. Dan mereka yang belum memiliki ketrampilan ini cenderung diam dan bahkan menjauh dalam menghadapi suatu masalah.

Hal lain yang terkait dengan ketrampilan manajemen konflik yaitu kegiatan yang bimbingan mental klien. Bimbingan mental yaitu serangkaian kegiatan bimbingan atau tuntunan untuk memahami diri sendiri, orang lain dengan belajar tentang keagamaan, cara berfikir positif dan keinginan untuk berprestasi. Dalam belajar keagamaan klien diajarkan sholat, membaca Alqur'an, diberikan tausiyah, dan juga melakukan istighosah.

f. Menejemen pengobatan

Menejemen pengobatan yaitu ketrampilan klien yang berhubungan dengan tata cara pengobatan. Semua klien dalam UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri mengkonsumsi obat secara rutin. Rata-rata klien telah mengerti tata cara minum obat, kapan waktu minum obat, dan mereka seanehtiasa menceritakan keluhan yang dialaminya. Sebagian besar dari mereka juga mengerti kapan mereka harus meminta obat tambahan, misalkan sakit perut, sakit batuk pilek dan lain-lain.

Berkaitan dalam hal manajemen pengobatan, terdapat

kegiatan yang berkaitan dengan hal tersebut yaitu bimbingan fisik. Bimbingan fisik yaitu serangkaian kegiatan bimbingan atau tuntunan untuk pengenalan dan praktek cara-cara hidup sehat secara teratur dan disiplin agar kondisi badan atau fisik dalam keadaan sehat selalu. Misalnya mengajarkan klien untuk kebersihan diri, mengikuti senam pagi, teratur minum obat, dan lain-lain.

g. Kejuruan (*vokasional, vocational*)

Kejuruan (*vokasional, vocational*) yaitu ketrampilan klien yang berkaitan dengan cita-cita, kemampuan klien serta hal-hal yang disenangi oleh klien. Sebagian besar mereka telah memiliki harapan dan juga cita-cita. Namun, sebaian dari mereka belum mempunyai cita-cita yang realistis. Sebagian besar cita-cita mereka belum sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh klien.

Berkaitan dalam hal ketrampilan kejuruan, terdapat kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri yaitu kegiatan ketrampilan. Kegiatan yang terkait dalam hal kejuruan yaitu bimbingan ketrampilan. Bimbingan ketrampilan yaitu serangkaian kegiatan yang diarahkan untuk

mengetahui, mendalami dan menguasai suatu bidang ketrampilan sehingga menjadi tenaga yang terampil di bidangnya dan siap untuk berusaha dalam memenuhi kebutuhan kehidupan dan penghidupannya.

Dalam hal ini klien dilibatkan dalam beberapa pekerjaan di dalam UPT dan diberikan suatu bentuk kegiatan ketrampilan. Kegiatan ketrampilan merupakan kesempatan yang diberikan kepada klien untuk mempergunakan kemampuannya dan keahliannya dalam beberapa pekerjaan yang ada di UPT. Misalnya, klien diajarkan bersih-bersih, mencuci baju, mencuci piring, diajarkan ketrampilan dalam membuat paving/batako, ketrampilan membuat sulak/sapu ijuk, ketrampilan pertanian dan lain-lain.

Dari ketujuh kategori ketrampilan spesifik yang dimiliki oleh klien skizofrenia di atas terdapat tiga klien yang telah memiliki ketrampilan-ketrampilan tersebut, dan satu klien yang memiliki lima sampai enam kategori ketrampilan dan mereka telah direkomendasikan oleh pekerja sosial untuk dapat dipulangkan ke rumah masing-masing, namun hal tersebut belum terealisasikan karena terhambat oleh

faktor keluarga yang sulit untuk ditemui atau bahkan menolak kepulangan klien. Sedangkan satu klien lainnya masih belum memiliki ketujuh kategori ketrampilan sosial yang dimaksud, klien hanya memiliki satu atau dua kategori ketrampilan yang dimaksud.

Dengan mengajarkan klien skizofrenia tentang ketrampilan sosial yang spesifik dengan menggunakan terapi ketrampilan sosial maka dapat mempersiapkan klien untuk menghadapi lingkungan sosial sehingga mereka dapat menjadi individu yang dapat diterima di keluarga maupun masyarakat.

Diskusi

Amal I. Khalil (2012) menjelaskan bahwa studi saat ini menyimpulkan bahwa pasien skizofrenia yang mengekspos ke program pelatihan keterampilan psikososial yang dibangun menunjukkan peningkatan yang signifikan dari tingkat garis dasar pada percakapan dan ketrampilan asertif ke kinerja sosial umum [11]. Pada penyandang skizofrenia selain gejala-gejala psikotik juga terdapat perubahan dalam fungsi kognisi, informasi verbal dan respon emosi akibat terganggunya interaksi interpersonal, yang berdampak gangguan dalam fungsi sosial. Pengobatan skizofrenia dengan menggunakan psikofarmaka hanya dapat menekan gejala-gejala penyakit ini tetapi tidak dapat mengatasi defisit fungsional. Untuk hal ini, pada

pengobatan skizofrenia terkini digunakan kombinasi psikofarmaka, psikoterapi dan rehabilitasi sosial. *Social skill training* merupakan salah satu bagian dari rehabilitasi sosial yang bermanfaat meningkatkan kualitas hidup dalam mempersiapkan penyandang skizofrenia untuk dapat berfungsi kembali dalam masyarakat [12]. Tahap-tahap pelaksanaan ketrampilan sosial juga diungkapkan oleh Stuart dan Laraia sebagaimana yang telah dikutip oleh Sutedjo (2013:24) bahwa *Social Skills Training* pada klien isolasi sosial dengan mengacu pada empat tahap *Social Skills Training* yakni melatih kemampuan klien berkomunikasi, menjalin persahabatan, menghadapi situasi sulit dengan menggunakan metode *modelling*, *role playing*, *feedback* dan *transfer training* [13]. Mengenai tahap-tahap pelaksanaannya Alan S. Bellack (2012) menjelaskan bahwa pelatihan keterampilan sosial adalah proses edukatif yang lebih seperti pelatihan keterampilan motorik. Terapis mengasumsikan peran seorang guru yang menginstruksikan pasien dalam penggunaan keterampilan sosial dan menunjukkan bagaimana hal tersebut diterapkan. Untuk mempelajari keterampilan ini, pasien diminta untuk mempraktekkan respons yang baru diperoleh sampai mereka mampu melakukannya secara memadai [14]. Dalam melakukan teknik terapi ketrampilan sosial, dengan melakukan *role play*, diskusi dan tanya jawab, peserta lebih memahami dan dapat

mempraktekkan setiap sesi dalam terapi aktivitas kelompok. Sehingga hasil dari proses terapi tidak bersifat sementara, melainkan dapat secara permanen dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari[15]. Hal lain yang dilakukan agar klien dapat berkomunikasi dengan baik menurut Mar Rus-Calafel (2014) menjelaskan bahwa ketrampilan percakapan dasar dapat diajarkan melalui pengulangan dan uji coba secara diskrit dimana teknik belajar perilaku digunakan untuk mendapatkan respon yang benar atau periode perhatian yang lebih panjang diperkuat ketika klien belajar ketrampilan [16].

Kesimpulan

A. Teknik dan tahap terapi ketrampilan sosial yang dilaksanakan dalam UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Kediri yaitu klien diberikan contoh (*modeling*) perilaku secara terus-menerus, dan ketika mereka belum mampu untuk melakukan contoh perilaku tersebut, terapis akan senantiasa mengulangnya sampai waktu yang tidak dapat ditentukan. Kemudian klien mendapatkan kesempatan untuk mempraktekkan contoh perilaku ketrampilan yang diberikan (*role playing*), dan diberikan kesempatan untuk menanyakan suatu ketrampilan yang belum jelas atau belum dimengerti. Klien diberikan kesempatan untuk mempraktekkan suatu ketrampilan, jika klien

berhasil melakukannya maka terapis akan memberikan suatu penguatan berupa snack, rokok, permen atau hanya berupa pujian (*performance feedback*). Setelah semuanya berhasil maka klien akan mempraktekkan ketrampilan tersebut dalam kehidupan sehari-hari (*transfer training*).

B. Bentuk-bentuk ketrampilan sosial yang spesifik yang dimiliki oleh klien skizofrenia mendapatkan hasil yang beranekaragam, yaitu terdapat klien yang secara keseluruhan mempunyai ketujuh kategori ketrampilan dan juga terdapat klien yang hanya memiliki beberapa ketrampilan dari tujuh kategori ketrampilan tersebut. Tujuan-tujuan dilaksanakannya suatu terapi ketrampilan sosial yaitu untuk meningkatkan interaksi sosial, mengajarkan kebutuhan ketrampilan yang spesifik agar berfungsi dalam masyarakat, dan untuk mengurangi stress dengan membelajari klien untuk mengatasi situasi sosial tak menentu yang timbul dari kehidupan sehari-hari mereka. Namun, tujuan tersebut belum sepenuhnya terpenuhi, terbukti dengan adanya klien yang belum sepenuhnya mempunyai ketujuh kategori ketrampilan sosial yang dimaksud.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiarti S, Meilanny. Mengurai Konsep Dasar Manusia Sebagai Individu Melalui Relasi Sosial yang Dibangunnya. *Prosiding KS: Riset & PKM*, Vol 04 No 1 (2016), 104.
- Hawari, Dadang. *Pendekatan Holistik pada Gangguan Jiwa Skizofrenia*, Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2006.
- Firdaus, Jimmi *Skizofrenia: Sebuah Panduan Bagi Keluarga Penderita Skizofrenia*, Yogyakarta: DOZZ CV. Qalam, 2005. 1-2.
- Nevid, Jeffrey S. *Psikologi Abnormal Jilid 2*. Jakarta: Erlangga, 2003. 131.
- Hidayati, Diana Savitri, Peningkatan Relasi Sosial melalui Social Skill Therapy Pada Penderita Skizofrenia, *Jurnal Online Psikologi* Vol. 02 No. 01 Thn 2004. 21-22.
- Roberts, Albert R. dan Gilbert J. Greene, *Buku Pintar Pekerja Sosial Jilid 2*, Jakarta: Gunung Mulia, 2009, 82.
- Ramadhani, Neila. *Pelatihan Ketrampilan Sosial Untuk Terapi Kesulitan Bergaul, Modul Penelitian*. 1994.
- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001.7.

Hidayati, Sardjuningsih, & Sa'adati, Terapi Keterampilan Sosial ...

- Azwar, Saifuddin. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001.7.
- Galuh W. Terapi Keterampilan Sosial Pada Penderita Skizofrenia Residual. *Modul Pelatihan Keterampilan Sosial*, 2015.
- Khalil, Amal I. A *Community Based Treatment: Impact of Social Skills Training Program on Improving Social Skills among Schizophrenic Patients*”, *World Applied Sciences Journal*, 18 (2012): 370-378.
- Dundu, Anita E. Social Skill Training Pada Penyandang Skizofrenia. *Jurnal Biomedik*, Vol 02 No 3 November 2010, 148-152.
- Sutedjo. Penerapan Terapi Social Skills Training pada Klien Isolasi Sosial dengan Pendekatan Teori Dorothy E. Johnson Behavioral System Model di Kelurahan Balumbang Jaya Kec. Bogor Barat Kota Bogor. *NERS Jurnal Keperawatan*, Vol 9 No 1 (Maret, 2013), 24.
- Bellack, Alan S. Social Skill Training In The Treatment of Negative Symtoms. *Sourch: International of Mental Health*, 2012. Vol 17 .
- Hartono. Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Terhadap Peningkatan Keterampilan Sosial Dasar Pada Pasien Skizofrenia. *Tesis MA Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta*, 2015. 17.
- Rus-Calafel, Mar. Social Skill Training For People Whith Schizophrenia: What Do We Train?. *Behavioural Psychology/Psikologia Conductual*, 2014. Vol 22 No3.