



Penerapan Terapi *Social Skill Training* (Sst) pada Tn.F dengan Isolasi Sosial di Ruangan Mandau RSJ Tampan Pekanbaru Provinsi Riau

Amelia Rohana Putri¹, Erma Kasumayanti², Gusman Virgo³

Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia

Abstrak

Isolasi sosial adalah pasien yang memiliki masalah serius dengan kemampuan mereka untuk berinteraksi dengan orang lain. Isolasi sosial merupakan masalah keperawatan jiwa dimana pasien berada dalam keadaan menyendiri yang dialami oleh individu dan dipersepsikan sebagai kondisi yang negatif dan mengancam jiwa. Salah satu intervensi yang dilakukan pada pasien isolasi sosial ialah terapi *social skill training*. Tujuan dari penelitian ini mampu menerapkan terapi *social skill training* dalam asuhan keperawatan pada Tn.F terhadap penurunan tanda dan gejala isolasi sosial. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus berupa rangkaian asuhan keperawatan. Intervensi ini dilakukan selama 4 hari. Dari hasil intervensi yang dilakukan selama 4 hari didapatkan bahwa terapi *social skill training* efektif terhadap penurunan tanda dan gejala isolasi sosial pada Tn.F. Kesimpulan dari intervensi mengontrol isolasi sosial dilakukan dengan salah satunya penerapan terapi *social skill training* dan strategi pelaksanaan (SP1-SP4). Sarannya diharapkan semoga penerapan terapi ini dapat dilanjutkan dan juga dapat memberikan ide dalam pelaksanaan asuhan keperawatan pada individu yang mengalami masalah isolasi sosial.

Kata Kunci: *Isolasi Sosial, Social Skill Training, Penerapan Terapi*

Abstract

Social isolation is a patient who has serious problems with their ability to interact with others. Social isolation is a mental health problem where the patient is in a state of solitude experienced by the individual and perceived as a negative and life-threatening condition. One of the interventions carried out on socially isolated patients is social skills training. The purpose of this study was to be able to apply social therapy skills training in the maintenance of Mr. F to reduce signs and symptoms of social isolation. The method used in this study was a case study in the form of a series of nursing care. This intervention was carried out for 4 days. From the results of the intervention carried out for 4 days, it was obtained that social skills training therapy was effective in reducing signs and symptoms of social isolation in Mr. F. The conclusion of the intervention to control social isolation was carried out by one of which was the application of social skills training therapy and implementation strategies (SP1-SP4). It is recommended that the application of this therapy can be continued and can also provide ideas in implementing care for individuals experiencing social isolation problems.

Keywords: *Social Isolation, Social Skill Training*

@Copyright: 2026 Amelia Rohana Putri, et al.

✉ Corresponding author:

Email Address: rhnputry01@gmail.com

Submission 17 January 2026, Accepted 17 February 2026, Published 17 February 2026

PENDAHULUAN

Menurut PPNI (2019), isolasi sosial dapat diartikan sebagai ketidakmampuan individu dalam menjalin hubungan yang dekat, hangat, terbuka, serta mandiri dengan orang lain. (Keliat, B.A, 2020) menyatakan bahwa kondisi ini terjadi saat seseorang mengalami penurunan kemampuan, atau bahkan kehilangan sama sekali, dalam berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya. Sementara itu, (Damayanti, 2020) menjelaskan bahwa isolasi sosial merupakan gangguan dalam hubungan interpersonal yang disebabkan oleh kepribadian yang tidak fleksibel, sehingga menimbulkan perilaku yang tidak adaptif dan mengganggu fungsi sosial individu. (Ade Herman S. Direja, 2021) menambahkan bahwa gangguan ini adalah cara individu merespons ancaman terhadap dirinya dengan menarik diri dari interaksi sosial dan lingkungan sekitar.

Isolasi sosial pada klien dapat dipicu oleh berbagai faktor, di antaranya faktor biologis, psikologis, dan sosiokultural. Dari aspek biologis, adanya kecenderungan genetik dapat berkontribusi terhadap timbulnya respons sosial yang tidak adaptif. Sementara itu, secara psikologis, kondisi fisik individu seperti status gizi, tingkat kesehatan, serta keberadaan cacat atau ketidaksempurnaan fisik sangat memengaruhi persepsi terhadap stresor yang bersifat predisposisi maupun presipitasi. Di sisi lain, faktor sosiokultural berkaitan dengan kesulitan individu dalam menjalin hubungan sosial, misalnya karena berada dalam keluarga yang tidak mendukung atau mengalami pengucilan dari lingkungan sosial. Dampak dari kondisi isolasi sosial ini dapat berupa perilaku menarik diri, munculnya sifat narsistik atau mudah marah, tindakan impulsif, memperlakukan orang lain seolah-olah mereka adalah bagian dari halusinasi (Safitri, A., Agustina, M., & Ghanesia, 2022).

Menurut data dari World Health Organization (WHO), dari total populasi dunia yang mencapai 7,6 miliar jiwa, sekitar 9 juta orang mengalami isolasi sosial. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan data WHO pada tahun 2017 yang mencatat 7,1 juta penderita. Sementara itu, *American Psychiatric Association* menyatakan bahwa sekitar 1% dari populasi global mengalami kondisi isolasi sosial. Di Amerika Serikat sendiri, prevalensinya berkisar antara 1 hingga 1,5%, dengan tingkat insiden sekitar 1 dari 10.000 orang per tahun. Setiap tahunnya, terdapat sekitar 300.000 kasus isolasi sosial yang memasuki fase akut. Di Indonesia, jumlah penderita isolasi sosial juga menunjukkan tren peningkatan, yakni sebesar 3 per mil. Angka ini melonjak signifikan jika dibandingkan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 yang hanya mencatat 1,7 per mil (Harahap, 2021).

Persentase prevalensi rumah tangga yang mengalami gangguan jiwa berupa skizofrenia atau psikosis di Jawa Barat mencapai sekitar 2.465.535,6 jiwa, yang setara dengan 5,0% dari total penduduk Jawa Barat pada tahun 2018. Data ini bersumber dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018. Skizofrenia merupakan gangguan mental yang ditandai oleh penurunan kemampuan komunikasi, gangguan persepsi kenyataan seperti halusinasi dan waham, ekspresi emosi yang tidak wajar atau datar, gangguan kognitif termasuk kesulitan dalam berpikir abstrak, serta kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Gejala skizofrenia dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu gejala positif dan gejala negatif. Sebagian besar gejala negatif pada pasien skizofrenia sering kali berupa isolasi sosial (Resma, E., Riyana, 2024).

Rumah Sakit Jiwa Tampan di Provinsi Riau terdiri dari delapan ruang rawat inap. Data tahun 2025 menunjukkan bahwa ruangan UPIP mencatat persentase pasien dengan isolasi sosial tertinggi, yaitu sebanyak 26 pasien. Selanjutnya, ruangan Mandau 2 dengan 23 pasien, Mandau 1 sebanyak 20 pasien, Rokan 17 pasien, Kuantan 15 pasien, Siak 12 pasien, serta Sebayang dan Indragiri masing-masing 10 pasien.

Beberapa langkah yang telah dilakukan untuk mengatasi isolasi sosial melibatkan peran perawat dalam memberikan layanan kesehatan yang mencakup pendidikan preventif (pencegahan), promotif (peningkatan kesehatan), kuratif (pengobatan), serta rehabilitatif (pemulihan fungsi normal). Pendekatan ini diterapkan melalui strategi pelaksanaan (SP), terapi aktivitas kelompok (TAK), dan membantu klien mengatasi masalah sosial dengan mengajarkan keterampilan komunikasi yang baik dan benar, tidak hanya oleh perawat tetapi juga dari lingkungan sekitar klien. Agar terapi ini lebih efektif, di Rumah Sakit Jiwa disarankan untuk menambahkan terapi *social skill training* (SST).

Terapi *Social Skill Training* (SST) merupakan sebuah intervensi yang menggunakan teknik modifikasi perilaku dengan dasar prinsip bermain peran, praktik, dan umpan balik untuk meningkatkan kemampuan klien dalam menghadapi masalah, terutama pada mereka yang mengalami kesulitan berinteraksi sosial atau fobia sosial. Terapi ini dirancang untuk mengembangkan keterampilan komunikasi dan sosial, seperti memberikan pujian, menolak permintaan, bertukar pengalaman, memperjuangkan hak pribadi, memberikan saran, memecahkan masalah, serta bekerja sama dengan orang lain. Perawat berperan mendampingi pasien selama proses terapi ini dan bertujuan untuk mencapai hasil optimal, yaitu mengamati perubahan yang terjadi, baik yang kecil maupun yang menetap, memahami kondisi pasien, serta mendorong keterlibatan dan partisipasi pasien dalam interaksi sosial (Hidayah, N., Kurniawati, D. S. N., & Ariyani, 2024).

Dukungan terhadap efektivitas terapi *Social Skill Training* juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Murtiyaningih dan Christna Trisnawaati (2023). Mereka menjelaskan bahwa terapi ini bertujuan untuk mengembangkan kemampuan komunikasi dan keterampilan sosial pada individu yang mengalami hambatan dalam berinteraksi. Keterampilan yang dilatih mencakup kemampuan memberi pujian, menolak permintaan, berbagi pengalaman, memperjuangkan hak pribadi, memberikan saran, menyelesaikan masalah, serta bekerja sama dengan orang lain. Penelitian tersebut menunjukkan adanya perubahan signifikan pada kondisi isolasi sosial pasien sebelum dan sesudah menerima terapi. Sebelum terapi, pasien cenderung menarik diri dan enggan berinteraksi. Namun setelah mengikuti sesi terapi *Social Skill Training*, terjadi peningkatan kemampuan bersosialisasi dan interaksi sosial secara efektif.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti di Ruangan Mandau Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau, diketahui bahwa pasien Tn. F mulai menjalani perawatan di rumah sakit tersebut pada tanggal 28 Juni 2025 pukul 13.20. Berdasarkan catatan medis, alasan utama pasien dirawat adalah karena sering menarik diri, mudah marah, sering mengalami tantrum, dan sering mengurung diri di kamar. Melalui wawancara, diperoleh data subjektif bahwa Tn. F merasa malu dan bingung saat ingin memulai percakapan. Ia juga mengungkapkan keraguan dan rasa enggan untuk berinteraksi dengan orang lain, serta mengaku malas bersosialisasi. Tn. F menyatakan merasa sedih karena harus dirawat di RSJ dan selama menjalani perawatan, ia lebih banyak menyendiri di dalam kamar. Dari hasil observasi, terlihat bahwa pasien sering menyendiri, tampak sering melamun, dengan ekspresi wajah yang menunjukkan kesedihan dan ketakutan. Pasien berbicara seperlunya, menunjukkan sikap apatis, lebih sering diam, berbicara dengan nada lambat, serta terlihat kurang semangat dalam aktivitas motorik. Ketika diajak berinteraksi, afek pasien tampak datar tanpa ekspresi, dan selama wawancara, pasien jarang melakukan kontak mata. Tn. F juga mengaku mendengar suara bisikan yang mengatakan "saya cinta kamu", yang biasanya muncul saat ia sedang menyendiri di kamar, dan hal tersebut membuatnya merasa takut.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Penerapan Terapi *Social Skill Training* pada Tn. F dengan Isolasi Sosial di Ruangan Mandau RSJ Tampan Provinsi Riau.

METODE

Metode penelitian dalam karya ilmiah yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi kasus berupa rangkaian asuhan keperawatan. Penelitian studi kasus ini dimulai dari pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 27 Juli – 30 Juli 2025. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi langsung pemberian Sp1-Sp4, intervensi utama yang diberikan adalah terapi *social skill training*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus dilakukan dengan pengkajian awal sebelum melakukan intervensi keperawatan, pada kasus ini didapatkan data subjektif pasien mengungkapkan rasa malas untuk berinteraksi dengan orang lain, merasa malu, kebingungan saat hendak memulai percakapan, serta merasa berbeda dari orang lain. Sementara itu, secara objektif terlihat bahwa pasien sering menyendiri di dalam kamar, kurang melakukan kontak mata, enggan berinteraksi, berbicara dengan singkat, dan lebih banyak diam. Ekspresi pasien juga menunjukkan kesedihan, sering melamun, bingung, serta ketakutan.

Berdasarkan data yang diperoleh, tidak ditemukan kesenjangan antara kondisi Tn. F dengan teori yang ada. Peneliti mengalami kendala dalam mengumpulkan informasi mengenai faktor predisposisi, faktor presipitasi penyakit, serta riwayat perjalanan penyakit pasien karena keluarga pasien jarang mengunjungi di rumah sakit jiwa. Oleh karena itu, peneliti meningkatkan frekuensi interaksi dengan pasien menggunakan teknik komunikasi terapeutik guna memperoleh data yang lebih lengkap terkait kondisi penyakit pasien.

Pada hari pertama tindakan keperawatan dilakukan pada hari Senin, 28 Juli 2025, jam 10.00 WIB, dimulai mengingatkan kontrak bersama pasien, menanyakan kabar serta mempertahankan hubungan saling percaya dengan pasien. Kemudian peneliti membantu pasien mengenali penyebab isolasi sosial, membantu pasien mengenal keuntungan dan kerugian tidak berhubungan dengan orang lain dimana pada saat akan diajak melakukan SP1 pasien menolak untuk berbincang-bincang dengan perawat, pasien hanya mau berdiam diri dikamar terus tidak mau keluar berinteraksi dengan yang lain, pasien menolak untuk diajak berbincang-bincang dengan perawat. Rencana tindak lanjut untuk hari berikutnya yaitu, tetap melanjutkan SP1 dan melakukan kegiatan terapi *social skill training*.

Pada hari kedua tindakan keperawatan dilakukan pada hari Selasa, 29 Juli 2025, jam 10.00 WIB, dimulai mempertahankan hubungan saling percaya dengan pasien. Kemudian melakukan kontrak waktu dengan pasien dan melakukan berbincang-bincang dengan pasien mengenai penyebab isolasi sosial. Peneliti

menjelaskan tujuan terapi generalis SP 1 memperkenalkan kepada pasien mengenai keuntungan memiliki teman dan kerugian tidak memiliki teman. Kemudian peneliti memotivasi pasien untuk mendemonstrasikan cara berkenalan. Pada hari kedua ini pasien juga memulai kegiatan terapi *social skill training*, pasien mengikuti kegiatan terapi tersebut.

Hasil evaluasi jam 13.30 WIB, yaitu pasien mengatakan memahami apa yang dijelaskan peneliti tentang SP 1 isolasi sosial: berkenalan dengan orang lain. Pasien mengikuti kegiatan terapi *social skill training* (SST) dengan peneliti sebagai role model untuk mencotohkan kepada pasien setiap sesi yang ada dan selanjutnya pasien mempraktekannya. Dengan hasil pasien dapat mempraktekkan yang diberikan peneliti setiap sesi yang ada dan pasien senang mengikuti kegiatan terapi *social skill training*.

Pada hari ketiga tindakan keperawatan dilakukan pada hari Rabu, 30 Juli 2025, jam 10.00 WIB, dimulai mempertahankan hubungan saling percaya dengan pasien. Peneliti menjelaskan tujuan terapi generalis SP 2 cara berkenalan dengan dua orang. Peneliti dan pasien membuat aktivitas pasien setiap pagi mengikuti senam. Selanjutnya peneliti meminta pasien melakukan kegiatan terapi *social skill training*.

Hasil evaluasi jam 13.30 WIB, yaitu pasien mengatakan memahami apa yang dijelaskan oleh peneliti tentang SP 2 isolasi sosial dan membuat aktivitas terjadwal dan Pasien mengikuti kegiatan terapi *social skill training* (SST) pasien dapat mempraktekkan setiap sesi yang ada dan pasien senang mengikuti kegiatan terapi *social skill training*.

Pada hari keempat Pelaksanaan tindakan keperawatan dilakukan pada hari Kamis, 31 Juli 2025, jam 10.00 WIB, dimulai mempertahankan hubungan saling percaya dengan pasien, peneliti mengevaluasi kembali SP1 dan SP2 yang telah diajarkan dan perawat memberikan kesempatan kepada pasien untuk mempraktekkan cara berkenalan dengan dua orang. Selanjutnya Peneliti menjelaskan tujuan terapi generalis SP 3 berbincang-bincang tentang cara berkenalan dengan dua orang atau lebih dan menganjurkan pasien memasukkan dalam jadwal kegiatan harian. Selanjutnya peneliti meminta pasien melakukan kegiatan terapi *social skill training*.

Hasil evaluasi jam 13.30 WIB, yaitu pasien mengatakan memahami apa yang dijelaskan oleh peneliti tentang SP 3 isolasi sosial, pasien mengikuti kegiatan terapi *social skill training* (SST) pasien dapat mempraktekkan setiap sesi yang ada dan pasien senang mengikuti kegiatan terapi *social skill training*.

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa pasien dengan isolasi sosial penting dilakukan pelaksanaan terapi *Social Skill Training* yang diberikan didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok *Social Skill Training* efektif dalam mengurangi gejala kognitif, fisiologis, perilaku, dan sosial, serta meningkatkan kemampuan pasien dan keluarganya (Sukaesti, 2019). Hal ini juga diperkuat oleh temuan dari (Trisnawati, C., & Ningtyas, 2023), yang menyatakan bahwa setelah empat hari menjalani terapi *Social Skill Training*, pasien menunjukkan respons yang lebih baik, seperti berkurangnya kecenderungan menyendiri, peningkatan kontak mata, serta kemajuan dalam berinteraksi dengan orang lain.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengkajian pada Tn. F, ditemukan data yang mengarah pada masalah keperawatan isolasi sosial dengan manifestasi menarik diri. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah isolasi sosial: menarik diri, sesuai dengan kondisi klinis yang ditunjukkan pasien. Intervensi keperawatan yang diberikan berupa penerapan Strategi Pelaksanaan (SP 1–4) dan terapi *Social Skill Training* yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial pasien. Implementasi dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan sesuai rencana asuhan keperawatan hingga masalah teratasi. Evaluasi selama empat hari menunjukkan perkembangan yang positif. Pasien mampu menyebutkan serta mendemonstrasikan kembali latihan SP 1–4 dan terapi *Social Skill Training*, serta menunjukkan peningkatan kemampuan dalam berinteraksi dengan orang lain. Analisis hasil inovasi keperawatan sebelum dan sesudah penerapan SP dan terapi *Social Skill Training* menunjukkan adanya penurunan tanda dan gejala isolasi sosial yang signifikan pada Tn. F di Ruang Mandau RSJ Tampan Provinsi Riau. Dengan demikian, intervensi yang diberikan terbukti efektif dalam mengurangi masalah isolasi sosial pada pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Herman S. Direja. (2021). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Jiwa.
 Arisandy, W. (2022). Penerapan Asuhan Keperawatan Jiwa pada Pasien dengan Gangguan Isolasi Sosial. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 14(1), 126.
 Damanik, R. K., Pardede, J. A., & Manalu, L. W. (2020). Terapi Kognitif Terhadap Kemampuan Interaksi Pasien Skizofrenia dengan Isolasi Sosial. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2), 226–235.
 Damayanti, & I. (2020). Asuhan Keperawatan Jiwa. Bandung: PT Refika Aditama.
 Harahap, R. (2021). Asuhan Keperawatan pada Tn.D dengan Gangguan Jiwa : Isolasi Sosial dengan Penerapan

Social Skill Training pada Pasien Isolasi Sosial di Desa Partihaman Kota Padang Sidempuan.

- Hidayah, N., Kurniawati, D. S. N., & Ariyani, N. (2024). Efektifitas Penerapan Terapi Social Skill Training Terhadap Kemampuan Berinteraksi Pasien dengan Isolasi Sosial di Puskesmas Limboto. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 8(1), 51.
- Ita, A., Ririn, I. S., & Silfa, N. F. (2022). Asuhan Keperawatan Gangguan Sosialisasi : Isolasi Sosial pada Tn. Y dengan Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ) : Persatuan Perawat Indonesia*, 10(4), 705–714.
- Keliat, B.A, dan A. (2020). Model Praktik Keperawatan Professional Jiwa. Jakarta : EGC.
- Kurniasari. C. I., Dwidiyanti, M., & Sari, S. P. (2019). Terapi Keperawatan Dalam Mengatasi Masalah Interaksi Sosial pada Pasien Skizofrenia. *Literatur Review : Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 41–46.
- Resma, E., Riyana, A. (2024). Asuhan Keperwata Jiwa pada Ny.W dengan Isolasi Sosial di Wilayah Puskesmas Sindangkasih Kabupaten Ciamis. 45–53.
- Safitri, A., Agustina, M., & Ghanesia, H. (2022). Asuhan Keperawatan Jiwa dengan Isolasi Sosial. *Open Access Jakarta. Journal of Health Sciences*, 1(4), 133–137.
- Sukaesti, D. (2019). Social Skill Training pada Klien Isolasi Sosial. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(1), 19.
- Tobing, D. L. (2018). Pengaruh Terapi Social Skill Training Terhadap Kemampuan Bersosialisasi Klien Skizofrenia di RS Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JKI)*, 1(2), 29.
- Trisnawati, C., & Ningtyas, R. (2023). Asuhan Keperawatan Isolasi Sosial pada Tn.K dengan Fokus Tindakan Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi : Social Skill Training (SST) di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta. 1(7), 416–422.