

PROPOSAL
TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK “ISOLASI SOSIAL”



Pembimbing Klinik :

Andikawati Fitriasari S.Kep.,Ns.,M.Kep

Disusun Oleh :

- | | |
|-------------------------|------------|
| 1. Sofia Amanda | 1150023001 |
| 2. Nasiyah | 1150023003 |
| 3. Elly Sakinatin | 1150023007 |
| 4. Winda Oktania | 1150023011 |
| 5. Siti Wulandari N | 1150023013 |
| 6. Intan Nur Isnaeni | 1150023015 |
| 7. Fira Tsania A | 1150023017 |
| 8. Diaz Ramadhan H | 1150023019 |
| 9. Zahrotun Nadiyah | 1150023021 |
| 10. Dewi Ratna Sari | 1150023025 |
| 11. Dian Saputri Devi | 1150023039 |
| 12. Nafis Azzahro | 1150023041 |
| 13. Meylinda Dwi S | 1150023043 |
| 14. Habibah Istiqomah M | 1150023045 |
| 15. Moh. Kamaludin | 1150023047 |

PRODI D-III KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SURABAYA

2025

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan orang lain disekitarnya. Salah satu kebutuhannya adalah kebutuhan sosial untuk melakukan interaksi sesama manusia. Kebutuhan sosial yang di maksud adalah rasa dimiliki oleh orang lain, pengakuan dari orang lain, penghargaan dari orang lain, serta pernyataan diri. Interaksi yang dilakukan tidak selamanya memberikan hasil yang sesuai dengan apa yang diharapkan oleh Individu sehingga memungkinkan terjadi suatu gangguan terhadap kemampuan individu untuk berintraksi dengan orang lain.

Klien yang dirawat di rumah sakit jiwa atau ruang jiwa umumnya dengan keluhan tidak dapat diatur di rumah, misalnya amuk, diam saja, tidak mandi, keluyuran, mengganggu orang lain dan sebagainya. Setelah berada dan dirawat di rumah sakit, hal yang sama sering terjadi banyak klien diam, menyendiri tanpa ada kegiatan.

Hari-hari perawatan dilalui dengan makan, minum obat dan tidur. Ada di antara klien yang dengan inisiatif sendiri mencari perubahan situasi dengan jalan-jalan di rumah sakit namun ada diantara mereka yang tidak tahu jalan pulang sehingga jika tertangkap ia dicap sebagai klien yang melarikan diri kemudian dimasukan lagi ke dalam ruang isolasi. Apa sebenarnya yang dilakukan klien??

Terapi aktivitas kelompok merupakan salah satu tindakan keperawatan untuk klien gangguan jiwa. Terapi ini adalah terapi yang pelaksanaannya merupakan tanggung jawab penuh dari seorang perawat. Oleh karena itu, seorang perawat khususnya perawat jiwa haruslah mampu melakukan terapi aktivitas kelompok secara tepat dan benar.

Beberapa aspek dari klien yang harus diperhatikan dalam penjaringan klien yang akan diberikan aktivitas kelompok adalah:

1. Aspek emosi

Gelisah, curiga, merasa tidak berguna, tidak dicintai, tidak dihargai, tidak diperhatikan, merasa disisihkan, merasa terpengel, klien merasakan takut dan cemas, menyendiri, menghindar dari orang lain.

2. Aspek intelektual

Klien tidak ada inisiatif untuk memulai pembicaraan, jika ditanya klien menjawab seperlunya, jawaban klien sesuai dengan pertanyaan perawat.

3. Aspek sosial

Klien sudah dapat membina hubungan saling percaya dengan perawat, klien mengatakan bersedia mengikuti terapi aktivitas, klien mau berinteraksi minimal dengan satu perawat lain ke satu klien lain.

Untuk mencapai hal tersebut di atas perlu dibuat suatu pedoman pelaksanaan terapi aktivitas kelompok seperti terapi aktivitas kelompok sosialisasi, penyaluran energi, stimulasi sensori dll.

Terapi aktivitas kelompok sosialisasi merupakan sebagian dari terapi aktifitas kelompok yang bisa dilaksanakan dalam praktek keperawatan jiwa. Terapi ini diharapkan dapat memacu klien untuk menyebutkan identitas dirinya, menyebutkan identitas klien lain, memberikan tanggapan pada pertanyaan yang diajukan, menterjemahkan perintah sesuai dengan permainan, mengikuti aturan main yang telah ditetapkan, memilih topic yang dibicarakan, mengemukakan pendapat mengenai terapi aktivitas kelompok yang dilakukan.

Adapun di ruang Gelatik, Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya terdapat sekitar 10 klien yang akan menjadi peserta dalam kegiatan terapi aktivitas kelompok nantinya

B. Tujuan

1. Tujuan Umum :

Klien dapat meningkatkan hubungan sosial dalam kelompok maupun di masyarakat nantinya secara bertahap

2. Tujuan Khusus :

- a. Klien dapat membina hubungan terapeutik dengan perawat, klien dapat mengenal penyebab isolasi sosial, mengenal manfaat berinteraksi, dan tahu cara berinteraksi dengan orang lain
- b. Klien mampu berinteraksi secara bertahap (berkenalan dengan orang pertama yaitu perawat)

- c. Klien mampu berinteraksi dengan orang kedua secara bertahap (teman perawat/perawat 2)
- d. Klien mampu berinteraksi dengan orang ketiga secara bertahap (teman satu ruangan dengan klien)
- e. Klien mampu berinteraksi dengan masyarakat banyak secara bertahap.

C. Karakteristik Pasien

Berdasarkan pengamatan dan kajian status klien maka karakteristik klien yang dilibatkan dalam terapi aktivitas kelompok ini adalah klien dengan masalah keperawatan seperti isolasi sosial menarik diri, resiko mencederai diri sendiri, orang lain dan lingkungan, perilaku kekerasan, defisit perawatan diri.

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Menarik Diri

1. Pengertian

Menarik diri merupakan percobaan untuk menghindari interaksi dengan orang lain, menghindari hubungan dengan orang lain (Rawlins, 2013). Terjadinya perilaku menarik diri dipengaruhi oleh faktor predisposisi dan stressor presipitasi. Faktor perkembangan dan sosial budaya merupakan faktor predisposisi terjadinya perilaku menarik diri. Kegagalan perkembangan dapat mengakibatkan individu tidak percaya diri, tidak percaya orang lain, ragu, takut salah, pesimis, putus asa terhadap hubungan dengan orang lain, menghindar dari orang lain, tidak mampu merumuskan keinginan, dan merasa tertekan. Keadaan menimbulkan perilaku tidak ingin berkomunikasi dengan orang lain, menghindar dari orang lain, lebih menyukai berdiam diri sendiri, kegiatan sehari-hari hampir terabaikan.

2. Gejala Klinis

Adapun gejalanya menurut (Budi Anna Keliat, 1998) antara lain sebagai berikut:

- a. Apatik, ekspresi sedih, afek tumpul
- b. Menghindar dari orang lain (menyendiri)
- c. Komunikasi kurang/tidak ada. Klien tidak tampak bercakap-cakap dengan klien lain/perawat
- d. Tidak ada kontak mata, klien sering menunduk.
- e. Berdiam diri di kamar klien kurang mobilitas
- f. Menolak berhubungan dengan orang lain, klien memutuskan percakapan atau pergi jika diajak bercakap-cakap
- g. Tidak melakukan kegiatan sehari-hari

3. Penyebab dari Menarik Diri

Salah satu penyebab dari menarik diri adalah harga diri rendah. Harga diri adalah penilaian individu tentang pencapaian diri dengan menganalisa seberapa jauh perilaku sesuai dengan ideal diri. Dimana gangguan harga diri dapat digambarkan.

sebagai perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilang kepercayaan diri, merasa gagal mencapai keinginan.

4. Akibat dari Menarik Diri

Klien dengan perilaku menarik diri dapat berakibat adanya terjadinya resiko perubahan sensori persepsi (halusinasi). Halusinasi ini merupakan salah satu orientasi realitas yang maladaptive, dimana halusinasi adalah persepsi klien terhadap lingkungan tanpa stimulus yang nyata, artinya klien menginterpretasikan sesuatu yang nyata tanpa stimulus rangsangan eksternal.

5. Pohon Masalah



B. Terapi aktivitas kelompok

1. Pengertian

Menurut Direktorat kesehatan jiwa terapi kelompok adalah psikoterapi yang dilakukan pada sekelompok klien bersama-sama dengan jalan berdiskusi satu sama lain dipimpin oleh seorang terapis atau petugas kesehatan jiwa yang terlatih.

2. Tujuan

a. Tujuan umum

- Meningkatkan kemampuan uji realitas.
- Membentuk sosialisasi
- Meningkatkan fungsi psikososial kesadaran tentang hubungan antara reaksi emosional dengan perilaku defensive

- Membangkitkan motivasi bagi kemampuan fungsi kognitif dan afektif
 - b. Tujuan khusus.
 - Meningkatkan identitas diri
 - Menyalurkan emosi
 - Keterampilan hubungan sosial
 - c. Tujuan rehabilitative
 - Meningkatkan kemampuan hidup mandiri
 - Sosialisasi ditengah masyarakat.
 - Empati
 - Meningkatkan pengetahuan problema hidup dan penyelesaian
3. Jenis-jenis TAK
- Terapi aktivitas kelompok berdasarkan masalah keperawatan jiwa yang paling banyak ditemukan dikelompokkan sebagai berikut:
- a. TAK sosialisasi (untuk klien dengan menarik diri yang sudah sampai pada tahap mampu berintraksi dalam kelompok kecil dan sehat secara fisik)
 - b. TAK stimulus persepsi sensori (untuk klien yang mengalami gangguan sensori)
 - c. TAK orientasi realita (untuk klien halusinasi yang telah dapat mengontrol halusinasinya, klien waham yang telah dapat berorientasi kepada realita dan sehat secara fisik)
 - d. TAK stimulus persepsi: halusinasi (untuk klien dengan halusinasi)
 - e. TAK peningkatan harga diri (untuk klien dengan harga diri rendah)
 - f. TAK penyaluran energi (untuk klien perilaku kekerasan yang telah dapat mengekspresikan marahnya konstruktif, klien menarik diri yang telah dapat berhubungan dengan orang lain secara bertahap)

C. Indikasi dan Kontra Indikasi

- 1. Indikasi
 - a. Klien dengan masalah menarik diri
 - b. Klien dengan kondisi fisik sehat.
 - c. Klien yang kooperatif karakteristik Klien

2. Kontra indikasi

- a. Waham
- b. Hal yang tidak terkontrol
- c. Depresi berat
- d. Sosio/psikopat
- e. Sedang menjalani terapi lain
- f. Pembosan

D. Terapi aktivitas kelompok sosialisasi

1. Pengertian

Terapi aktivitas kelompok sosialisasi TAKS adalah upaya memfasilitasi kemampuan sosialisasi sejumlah klien dengan masalah hubungan social.

2. Tujuan TAKS

- a. Tujuan Umum yaitu klien dapat meningkatkan hubungan social dalam kelompok secara bertahap.
- b. Tujuan khususnya yaitu:
 - Klien mampu memperkenalkan diri
 - Klien mampu berkenalan dengan anggota kelompok
 - Klien mampu bercakap-cakap dengan anggota kelompok
 - Klien mampu menyampaikan dan membicarakan topic percakapan
 - Klien mampu menyampaikan dan membicarakan masalah pribadi pada orang lain
 - Klien mampu bekerja sama dalam permainan sosialisasi kelompok
 - Klien mampu menyampaikan pendapat tentang manfaat kegiatan TAKS yang telah dilakukan

3. Kriteria dan Indikasi

Dalam Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi (TAKS) sesi yang digunakan adalah sesi yang melatih kemampuan sosialisasi klien. Klien yang mempunyai indikasi TAKS adalah klien dengan gangguan hubungan social sebagai berikut:

- a. Klien menarik diri yang telah melakukan interaksi interpersonal
- b. Klien kerusakan komunikasi verbal yang telah berespon sesuai dengan stimulus

4. Pengorganisasian

a. Pelaksanaan

- Hari/Tanggal : Jum'at 02 Januari 2026
- Waktu : WIB s.d selesai
- Tempat : Ruang Gelatik
- Jumlah Klien : 5-7 orang

b. Persiapan Lingkungan

- Ventilasi baik
- Penerangan cukup
- Suasana tenang
- Pengaturan posisi tempat duduk

5. Peran dan Fungsi Terapis

a. Leader : Diaz

- Memimpin jalannya therapy aktifitas kelompok
- Merencanakan, mengontrol dan mengatur jalannya therapy
- Menyampaikan materi sesuai tujuan TAK
- Memimpin diskusi kelompok

b. Co. leader : Elly, Nadia

Tugas:

- Membuka acara
- Mendampingi leader
- Mengambil alih posisi leader jika leader bloking
- Menyerahkan kembali posisi kepada leader
- Menutup acara diskusi

c. Fasilitator : Winda, Nafis

Tugas

- Ikut serta dalam kegiatan kelompok
- Memberikan stimulasi dan motivator pada anggota kelompok untuk aktif mengikuti jalannya therapy

d. Observer : Intan, Sofia

Tugas

- Mencatat serta mengamati respon klien (dicatat pada format yang tersedia)
- Mengawasi jalannya aktifitas kelompok dari mulai persiapan, proses, hingga penutupan

BAB III

PROSES PELAKSANAAN

TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK SOSIALISASI (TAKS)

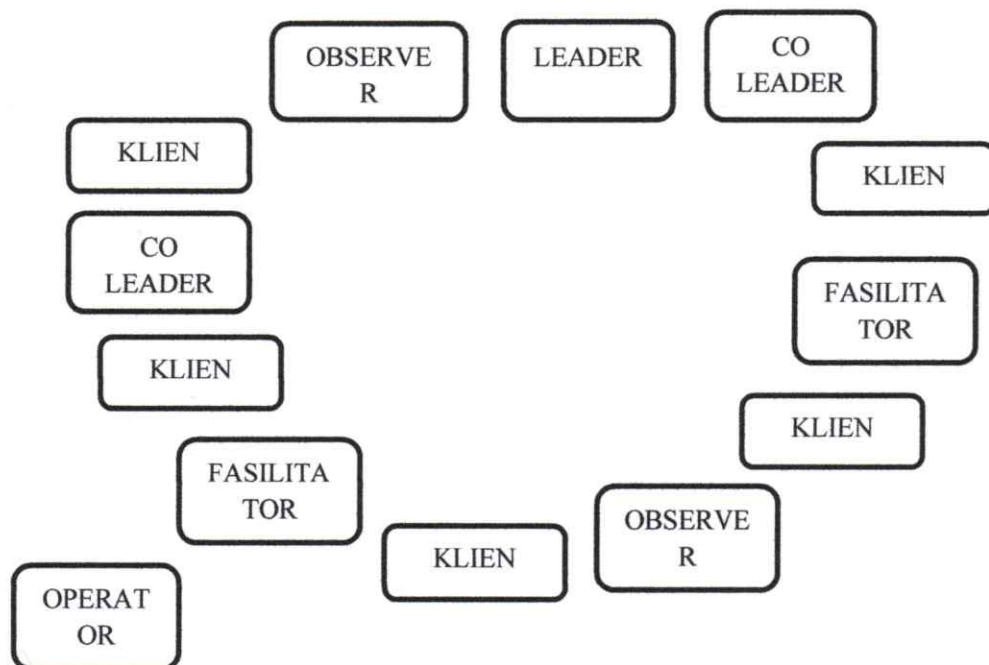
1. Tujuan

Klien mampu berkenalan dengan anggota kelompok :

1. Memperkenalkan diri sendiri : nama lengkap, nama panggilan, asal dan hobi.
2. Menanyakan diri anggota kelompok lain : nama lengkap, nama panggilan, asal dan hobi.

2. Setting

1. Klien dan terapis/leader duduk bersama dalam lingkaran.
2. Ruangan nyaman dan tenang



3. Alat

1. Musik
2. Bola
3. Buku catatan dan pulpen

4. Metode

1. Dinamika kelompok

2. Diskusi dan tanya jawab
3. Bermain peran/simulasi
5. Langkah kegiatan
 1. Persiapan
 - b. Mengingat kontrak dengan anggota kelompok
 - c. Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan
 2. Orientasi

Pada tahap ini terapis melakukan :

 - a. Memberi salam terapeutik
 - 1) Salam dari terapis
 - 2) Peserta dan terapis memakai papan nama
 - b. Evaluasi/validasi
 - 1) Menanyakan perasaan klien saat ini
 - 2) Menanyakan apakah telah mencoba memperkenalkan diri pada orang lain.
 - c. Kontrak
 - 1) Menjelaskan tujuan kegiatan, yaitu berkenalan dengan anggota kelompok.
 - 2) Menjelaskan aturan main berikut :
 - a. Jika ada klien yang meninggalkan kelompok harus minta izin kepada terapis
 - b. Lama kegiatan 45 menit
 - c. Setiap klien mengikuti kegiatan dari awal sampai selesai
3. Tahap kerja
 - a. Hidupkan music dan edarkan bola berlawanan dengan arah jarum jam
 - b. Pada saat musik dimatikan, anggota kelompok yang memegang bola mendapat giliran untuk berkenalan dengan anggota kelompok yang ada disebelah kanan dengan cara :
 - 1) Memberi salam
 - 2) Menyebutkan nama lengkap, nama panggilan, asal dan hobi.
 - 3) Menanyakan nama lengkap, nama panggilan, asal dan hobi lawan bicara.
 - 4) Dimulai oleh terapis sebagai contoh
 - c. Ulangi sampai semua anggota kelompok mendapat giliran.

- d. Hidupkan kembali musik dan edarkan bola. Pada saat musik dimatikan, minta pada anggota kelompok yang memegang bola untuk perkenalan diri pada anggota kelompok yang disebelah kanannya, yaitu : nama lengkap, nama panggilan , asal dan hobi.
- e. Ulangi sampai semua anggota mendapat giliran.
- f. Beri pujian untuk setiap keberhasilan anggota kelompok dengan memberi tepuk tangan.

4. Tahap Terminasi

- a. evaluasi
 - 1) menanyakan perasaan klien setelah mengikuti TAK
 - 2) memberi pujian atas keberhasilan kelompok
- b. rencana tindak lanjut
 - 1) menganjurkan tiap anggota kelompok latihan berkenalan

5. Evaluasi

Evaluasi dilakukan pada saat proses tak berlangsung, khususnya pada tahap kerja . Aspek yang dievaluasi adalah kemampuan klien sesuai dengan tujuan TAK. Untuk TAK dievaluasi kemampuan klien dalam berkenalan secara verbal dan nonverbal dengan menggunakan formulir evaluasi berikut.

a. Kemampuan Verbal

No	Kategori	Nama Klien				
1	Menyebutkan nama lengkap					
2	Menyebutkan nama panggilan					
3	Menyebutkan asal					
4	Menyebutkan hobi					
Jumlah						

b. Kemampuan nonverbal

No	Kategori	Nama Klien				
1	Kotak mata					
2	Duduk tegap					
3	Menggunakan Bahasa tubuh yang sesuai					
4	Mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir					
Jumlah						

Petunjuk:

1. Tulis nama panggilan klien di bawah judul nama klien.
2. Untuk tiap klien, semua aspek dinilai dengan memberi tanda (√) jika ditemukan pada klien dan tanda (-) jika tidak ditemukan.
3. Jumlahkan kemampuan yang ditemukan.
 - 1) Kemampuan verbal, disebut mampu jika mendapat nilai 3 atau 4; disebut belum mampu jika mendapat nilai ≤ 2 .
 - 2) Kemampuan nonverbal, disebut mampu jika mendapat nilai 3 atau 4; disebut belum mampu jika mendapat nilai ≤ 2 .

NAMA-NAMA KLIEN YANG BERSEDIA MENGIKUTI (TAKS) ADALAH :

NO.	NAMA PASIEN	MASALAH KEPERAWATAN	RUANGAN
1.	Tn. A	LSOS	Gelatik
2.	Tn. S	LSOS	
3.	Tn. K	LSOS	
4.	Tn. M	LSOS	
5.	Tn. G	LSOS	
6.	Tn. S	LSOS	
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			