



PENERAPAN TERAPI KOGNITIF DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN BERINTERAKSI PADA PASIEN DENGAN MASALAH ISOLASI SOSIAL DI RSKD DADI PROV. SULSEL

Meisi A. Kasim¹, Basmalah Harun², Rusli Abdullah³, Ekayanti Hafidah Ahmad⁴

Program Studi D-III Keperawatan STIK Makassar, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history

Submitted: 2025-08-04

Revised: 2025-09-01

Accepted: 2025-09-13

Keywords:

Social isolation; Interaction;
Cognitive therapy

Kata Kunci:

Isolasi sosial; Interaksi; Terapi kognitif

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license:



ABSTRACT

Background: Social isolation is a condition in which an individual experiences significant limitations, even to the point of total loss of ability, in forming and maintaining social relationships with those around them. To minimize the signs and symptoms of social isolation, cognitive therapy is provided through social interaction. **Objective:** To determine the application of cognitive therapy in improving interaction skills in patients with social isolation at the Dadi Regional General Hospital (RSKD) in South Sulawesi Province. **Method:** A descriptive case study approach was used with two female patients with social isolation. The patients received cognitive therapy for three days, each session lasting 10-15 minutes per day. Data analysis in this case study was conducted descriptively, then presented in tables and narratives. **Results:** After three days of cognitive therapy, both respondents showed positive changes in their scores. Both respondents were able to socialize and get to know others following the intervention. **Conclusion:** The application of cognitive therapy can help improve patients' ability to interact with others.

ABSTRAK

Latar Belakang: Isolasi sosial merupakan suatu kondisi di mana individu mengalami keterbatasan yang signifikan, hingga pada tingkat kehilangan total kemampuan, dalam membentuk dan mempertahankan hubungan sosial dengan orang-orang di sekelilingnya. Untuk meminimalkan tanda dan gejala penderita isolasi sosial diberikan terapi kognitif dengan cara berkenalan. **Tujuan:** Untuk mengetahui penerapan terapi kognitif dalam meningkatkan kemampuan berinteraksi pada pasien dengan masalah isolasi sosial di RSKD dadi provinsi sulawesi selatan. **Metode:** pendekatan deskriptif studi kasus yang dilakukan pada dua pasien perempuan dengan masalah isolasi sosial. Pasien diberikan terapi kognitif selama tiga hari dengan durasi 10-15 menit/hari. Analisa data dalam studi kasus ini dilakukan secara deskriptif, kemudian disajikan dengan table dan narasi. **Hasil:** Setelah pemberian terapi kognitif selama tiga hari, kedua responden menunjukkan perubahan skor yang positif. Kedua responden mampu bersosialisai dan berkenalan dengan orang lain setelah diberikan intervensi. **Kesimpulan:** Penerapan terapi kognitif dapat membantu meningkatkan kemampuan pasien berinteraksi dengan orang lain.

✉ Corresponding Author:

Meisi A. Kasim

Program Studi DIII Keperawatan, STIK, Makassar, Indonesia

Telp. 082291656124

Email: meisikasm852@gmail.com

PENDAHULUAN

Isolasi sosial merupakan suatu kondisi di mana individu mengalami keterbatasan yang signifikan, hingga pada tingkat kehilangan total kemampuan, dalam membentuk dan mempertahankan hubungan sosial dengan orang-orang di sekelilingnya. Hal ini dapat disebabkan oleh perasaan penolakan, ketidaksiapan, atau ketidakmampuan individu dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat dan konstruktif (Hendrawati dskk, 2020). Masalah isolasi mencakup kesulitan dalam berkomunikasi, hilangnya motivasi dan minat, penurunan kemampuan dalam keterampilan sosial, kurangnya perhatian terhadap kebersihan diri, serta munculnya kecenderungan paranoid. Selain itu, perilaku lain yang kerap ditemui adalah rendahnya harga diri, yang berkaitan erat dengan pencapaian akademik dan sosial yang kurang memuaskan, timbulnya perasaan tidak nyaman, dan yang paling dominan adalah terjadinya isolasi sosial. (Marbun & Pardede, 2022)

Berdasarkan data terbaru, prevalensi gangguan jiwa di Indonesia menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan. Menteri Kesehatan Budi Gunadi Sadikin memperkirakan bahwa sekitar 30% dari 280 juta penduduk Indonesia mengalami penyakit mental, termasuk depresi, kecemasan, atau bipolar (Pada November 2023, Menkes juga mengungkapkan bahwa satu dari sepuluh orang Indonesia terdeteksi mengalami gangguan kesehatan jiwa, mencakup anxiety, depresi, dan skizofrenia (Republika, 2023). Selain itu, data lain dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa sekitar 2% atau satu dari 50 Masalah kesehatan memengaruhi warga Indonesia yang berusia 15 tahun atau lebih. jiwa, seperti depresi, kecemasan, dan skizofrenia (Katadata, 2024).

Prevalensi gangguan jiwa di seluruh dunia menurut data (WHO, 2022), terdapat 301 juta orang termasuk 58 juta anak-anak dan remaja 40 juta orang menderita gangguan bipolar, 280 juta orang menderita gangguan kecemasan, termasuk 23 juta anak-anak dan remaja yang menderita depresi dan pada tahun 2022, 24 juta orang atau 1 dari orang yang terdiri dari 24 orang merupakan pasien dengan diagnosa keperawatan Harga Diri Rendah Kronis. 40 orang merupakan pasien dengan diagnosa keperawatan Isolasi Sosial, 80 orang merupakan pasien dengan diagnosis keperawatan Halusinasi, 80 orang merupakan pasien dengan diagnosa keperawatan Risiko Perilaku Kekerasan, dan 62 orang merupakan pasien dengan diagnosa keperawatan Defisit Perawatan Diri. (Wulandari & Febriana, 2024)

Berdasarkan hasil penelitian (Rahmayani dan syisnawati, 2022). Menunjukan bahwa Terapi kognitif merupakan suatu bentuk intervensi yang berfokus pada pelatihan individu untuk mengatasi pola pikir yang disfungsi, khususnya dalam menilai dan mempertimbangkan kemampuan mental yang mengalami gangguan. Pendekatan ini memberikan kontribusi yang berarti dalam penanganan pasien skizofrenia, khususnya bagi mereka yang mengalami isolasi sosial, dengan membantu pasien untuk mempelajari pola interaksi yang lebih adaptif berdasarkan fungsi kognitif yang optimal. Melalui pelaksanaan terapi ini, pasien diarahkan untuk merekonstruksi pola pikir yang lebih realistis dan logis, sekaligus mengasah kemampuan dalam memahami serta menjalani hubungan dengan individu lain. Dengan demikian terapi kognitif dapat menjadi bagian penting dalam penatalaksanaan pasien skizofrenia yang mengalami isolasi sosial, guna meningkatkan kemampuan mereka untuk berinteraksi dan mengurangi kecenderungan menarik diri dari lingkungan sekitar. Kesalahan berpikir tersebar luas di antara orang-orang yang terisolasi secara sosial, dan terapi kognitif dirancang untuk membantu mereka. Salah satu jenis psikoterapi yang dapat digunakan untuk mengobati berbagai penyakit mental adalah terapi kognitif. Pasien yang menerima terapi singkat dan konsisten ini memperoleh dasar untuk memahami masalah mereka serta kemampuan untuk mengekspresikan diri, mengatasi kondisi emosional yang menantang, dan memecahkan masalah (Blackbun & Davidson, 2022).

METODE

Desain

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan deskriptif studi kasus yang dilakukan pada dua orang pasien perempuan dengan masalah isolasi sosial.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Studi kasus ini akan dilaksanakan di RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan. Waktu studi kasus dilaksanakan tiga hari pada tanggal 23 s/d 25 April 2025.

Sampel

Sampel dalam penelitian ini berjumlah dua orang yang dirawat di Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan, dengan kriteria inklusi: pasien yang didiagnosis isolasi sosial, berjenis kelamin Perempuan, klien umur 20-50 tahun, pasien yang memiliki pikiran negatif, pasien yang tidak mampu berinteraksi.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilaksanakan secara langsung kepada pasien yang telah mendapatkan izin untuk melakukan penelitian dari Direktur RS DADI Provinsi Sulawesi Selatan. Kemudian peneliti melakukan observasi status rekam medis pasien untuk memilih responden. Responden yang memenuhi kriteria inklusi kemudian ditemui untuk diberikan penjelasan terhadap tindakan dan tujuan dari penelitian ini, sejalan dengan etika penelitian. Bilamana pasien bersedia untuk dijadikan responden maka dipersilahkan menandatangani *informed consent*.

Sebelum responden diberikan terapi kognitif, terlebih dahulu kedua klien diberikan lembar observasi tentang terapi kognitif untuk mengetahui perubahan setelah melakukan terapi kognitif. Terapi ini akan diberikan dalam waktu tiga hari dengan waktu pelaksanaan 10-15 menit perhari.

Analisis Data

Analisa data dalam studi kasus ini dilakukan secara deskriptif, kemudian disajikan dengan table dan narasi.

HASIL

Tabel 1. Hasil Observasi pada Responden I

No	Pernyataan	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
1.	Sering berbicara dengan orang lain (teman sekamar atau dengan yang lain) setiap hari.	2	3	3
2.	Merasa nyaman saat berinteraksi dengan orang lain.	2	2	3
3.	Memiliki seseorang yang bisa di ajak bicara.	3	4	4
4.	Sering mengikuti kegiatan sosial (senam)	2	2	3
5.	Sering merasa kesepian meskipun sedang bersama orang lain.	2	2	2
6.	Sering menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang sekitar.	2	3	3
7.	Sering menghindari situasi sosial.	2	2	2
8.	Sering didukung oleh orang-orang terdekat seperti keluarga	2	2	2
9.	Sering memulai percakapan dengan orang lain.	2	3	3
10.	Merasa puas dengan hubungan sosial saat ini.	2	2	2
Total		21	25	27

Sumber: Data Primer (2025)

Penepatan Skor :

- 1 = Tidak pernah
- 2 = Jarang
- 3 = Kadang-kadang
- 4 = Sering
- 5 = Sangat sering

Interpretasi Skor:

- < 10 : sangat rendah
- 10-20 : Rendah
- 20-30 : Sedang
- 30-40 : Tinggi
- 40-50 : Sangat Tinggi

Tabel 1 menunjukkan bahwa terjadi perubahan pada pasien yang mengikuti terapi. Dari total skor, terjadi peningkatan dari hari pertama hingga hari ketiga. Artinya, kemampuan pasien dalam berinteraksi sosial semakin membaik.

Tabel 4.2. Hasil Observasi pada Responden II

No	Pernyataan	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
1.	Sering berbicara dengan orang lain (teman sekamar atau dengan yang lain) setiap hari.	1	2	2
2.	Merasa nyaman saat berinteraksi dengan orang lain.	1	2	2
3.	Memiliki seseorang yang bisa di ajak bicara.	2	2	2
4.	Sering mengikuti kegiatan sosial (senam)	1	2	2
5.	Sering merasa kesepian meskipun sedang bersama orang lain.	2	2	2
6.	Sering menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang sekitar.	2	2	2
7.	Sering menghindari situasi sosial.	5	4	4
8.	Sering didukung oleh orang-orang terdekat seperti keluarga	1	1	2
9.	Sering memulai percakapan dengan orang lain.	1	1	1
10.	Merasa puas dengan hubungan sosial saat ini.	3	2	3
Total		19	20	21

Sumber: Data Primer (2025)

Tabel 2 menunjukkan adanya perubahan positif pada pasien setelah diberikan terapi. Dari perolehan skor, terdapat sedikit peningkatan dari hari pertama hingga hari ketiga.

DISKUSI

Dari studi kasus yang melibatkan Penerapan *Terapi Kognitif*. dalam penelitian ini difokuskan pada upaya penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan interaksi sosial pada pasien yang mengalami masalah isolasi sosial. Studi kasus ini melibatkan dua orang partisipan, yaitu responden I “Ny.W” dan responden II “Ny.L” serta dilaksanakan selama tiga hari berturut-turut, yakni pada tanggal 23 hingga 25 April 2025. Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa kedua responden menunjukkan kemampuan dalam menjalin komunikasi secara aktif, baik melalui respons verbal maupun nonverbal yang mencerminkan adanya keterlibatan dalam interaksi sosial

Pada pertemuan pertama pada 23 April 2025 didapatkan Kedua responden ditemukan terisolasi secara sosial pada pertemuan awal tanggal 23 April 2025. Tidak tampak adanya perbedaan antara “Ny.W” dan “Ny.L”. Setelah diberi tahu, kedua responden dengan antusias menyetujui untuk mengisi formulir persetujuan peneliti. Setelah menjalani Terapi Kognitif, “Ny.W” dan “Ny.L” menunjukkan tanda dan gejala seperti penolakan untuk terlibat, menarik diri, merasa terganggu oleh pikiran mereka sendiri, kurangnya kontak mata selama interaksi, tampak lesu atau tidak antusias, memiliki afek datar, dan keinginan terus-menerus untuk menyendiri. kedua “Ny.W” dan “Ny.L” masih belum melakukan dalam Penerapan Terapi Kognitif yaitu dengan cara berkenalan dengan pasien yang lain, dan melakukan cuci tangan

Pada pertemuan kedua pada tanggal 24 April 2025 setelah diberikan penerapan terapi kognitif terdapat perbedaan pada “Ny.W” sudah untuk mampu melakukan penerapan terapi kognitif yaitu mencuci tangan tetapi tampak tidak bergairah atau lesu dan pada “Ny.L”, menunjukkan afek datar atau ekspresi wajah datar ketika diminta berinteraksi, menolak terlibat dalam perawatan kognitif, dan masih belum melakukan cukup banyak hal melakukan Penerapan *Terapi Kognitif* yaitu mencuci tangan dan berkenalan.

Pada pertemuan ketiga pada tanggal 25 April 2025 setelah diberikan Penerapan *Terapi Kognitif*, Temuan kedua responden menunjukkan bahwa tanda dan gejala, termasuk Adanya kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial, penolakan terhadap interaksi interpersonal, ekspresi emosional yang datar (afek tumpul), serta minimnya kontak mata telah menghilang. Namun, kedua responden masih mampu melakukan kontak mata, berinteraksi, dan melakukan cuci tangan atau berkenalan dengan pasien lain dan tampak bahagia saat melakukan tindakan.

Selama proses penerapan terapi kognitif yang dilakukan selama tiga hari berturut-turut, yaitu dari tanggal 23 hingga 25 April 2025, peneliti menemukan adanya kesenjangan perkembangan antara kedua responden, yaitu “Ny.W” dan “Ny.L”. Meskipun pada awalnya kedua responden menunjukkan kondisi yang serupa, namun respons terhadap terapi dan kecepatan adaptasi menunjukkan perbedaan yang cukup mencolok. Perbedaan mencolok terlihat dari antusiasme dan keterlibatan dalam sesi

terapi. “Ny.W” tampak aktif sejak hari kedua. Ia mulai menunjukkan semangat untuk berubah, terlihat dari cara dia berkenalan, serta berani menceritakan pengalaman pribadinya yang relevan. Saat diberikan pertanyaan untuk hal-hal pikiran otomatis yang negatif, “Ny.W” menjawab dengan spontan dan reflektif. Yang “Ny.W” rasakan pada saat itu ia menceritakan situasi yang ia alami, Apa yang sedang diproses dalam pikirannya pada saat itu, serta kondisi emosional yang menyertainya. Perasaan yang dirasakan oleh pikiran otomatis negatif, “Ny.W” menjelaskan bahwa ia sering merasa tidak cukup baik, terutama ketika berada dalam situasi sosial atau saat menerima kritik. Ia mengaitkan pikiran tersebut dengan perasaan cemas, takut ditolak, serta rasa tidak percaya diri yang muncul secara spontan. Selain itu, ia juga mengaku pernah merasa putus asa dan sedih berkepanjangan karena sering membandingkan dirinya dengan orang lain. Dan akhirnya “Ny.W” selalu mengurung diri.

Sebaliknya, “Ny.L” tampak kurang bergairah dalam mengikuti sesi terapi. Ia sering terlihat pasif, menjawab pertanyaan dengan singkat, dan cenderung hanya berbicara jika ditanya terlebih dahulu. Ketika diberi latihan mandiri yang sama, hasil yang diberikan “Ny.L” jauh lebih sederhana. Hal ini menunjukkan bahwa ia belum sepenuhnya memahami atau belum siap untuk menerapkan teknik-teknik yang diajarkan dalam terapi kognitif.

Dari keseluruhan proses terapi selama tiga hari, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan terapi kognitif memiliki peran yang signifikan dalam mendukung peningkatan kemampuan interaksi sosial pada pasien yang mengalami isolasi sosial. Namun, efektivitas terapi bersifat individual, tergantung pada kesiapan mental, karakter, dan kemampuan adaptasi masing-masing pasien. Kesenjangan yang muncul menjadi bahan evaluasi bahwa dalam penerapan terapi kognitif, pendekatan yang digunakan perlu disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan tiap pasien untuk mencapai hasil yang ideal.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh (Sari & Maryatun, 2020) dalam studi berjudul “evaluasi terapi kognitif terhadap keterampilan interaksi sosial klien dalam rehabilitas sosial di panti rehabilitas. Penelitian tersebut melibatkan sebanyak 36 individu dengan kondisi isolasi sosial, yang secara proporsional dibagi ke dalam kelompok kontrol dan kelompok intervensi, hasil analisis menunjukkan bahwa penerapan terapi kognitif secara signifikan berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan interaksi sosial para pasien.

Sejalan dengan hal tersebut, (Agustina & Rafiyah, 2023) dalam penelitiannya yang bertajuk “intervensi pelatihan keterampilan sosial untuk pasien isolasi sosial” juga menunjukkan bahwa intervensi melalui pelatihan keterampilan sosial memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap peningkatan kapasitas interaksi sosial, meskipun penelitian tersebut hanya melibatkan satu pasien sebagai subjek studi. Setelah empat hari intervensi, kapasitas interaksi pasien meningkat berkat intervensi keperawatan sosial.

Kedua responden dapat mengonfirmasi hipotesis penulis bahwa gejala isolasi sosial, seperti ingin menyendiri, menolak bersosialisasi, memiliki afek datar, dan kehilangan kontak mata, tidak lagi terlihat akan tetapi setelah berkenalan dengan pasien yang lain dan tampak bahagia setelah kedua responden mendapatkan penerapan *Terapi Kognitif* yaitu salah satunya dengan mencuci tangan dan berkenalan. Hal ini mengindikasikan bahwa *terapi kognitif* yaitu dengan mencuci tangan dan berkenalan dapat meningkatkan interaksi pada pasien isolasi sosial karena dengan cara berkenalan dapat menimbulkan rasa kepercayaan diri oleh pasien. Dapat dilihat dari berbagai macam penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa pasien gangguan jiwa yang mengalami Isolasi Sosial dapat berinteraksi dengan diatasi cara berkenalan.

SIMPULAN

Penerapan terapi kognitif berupa aktivitas berkenalan dengan pasien lain dan mencuci tangan pada dua responden dengan masalah isolasi sosial di Ruang Kenanga RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan menunjukkan adanya peningkatan kemampuan berinteraksi, dimana setelah tiga hari intervensi terjadi perubahan dari kondisi kesepian, menarik diri, kurang kontak mata, dan afek datar menjadi lebih mampu berinteraksi dengan pasien lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisandy, W. (2022). Penerapan Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Dengan Gangguan Isolasi Sosial.
- Agustina, F., & Rafiyah, I. (2023). Intervensi Latihan Keterampilan Sosial Pada Pasien Isolasi Sosial: A Case Report. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), 2922–2931.
- Ach. Apandi. (2023). Analisis Implementasi Berhubungan Sosial Secara Bertahap Pada Pasien Isolasi Sosial. *Journal Keperawatan Jiwa, UNIMUS*, 1, 24–30.
- Blackburn, I. M., Davidson, K. M., & Kendell, R. E.) Terapi Kognitif Untuk Depresi dan isolasi sosial
- Dalami, & dkk. (2023). Keperawatan Perilaku isolasi sosial Klien Dengan Gangguan Jiwa.
- Damanik, R. K., Amidos Pardede, J., & Warman Manalu, L. (2020). Terapi Kognitif Terhadap Kemampuan Interaksi Pasien Skizofrenia Dengan Isolasi Sosial.
- Henry Dhany Saputra, M. U. H. A. M. M. A. D. (2020). Asuhan keperawatan jiwa pada pasien skizofrenia dengan masalah keperawatan isolasi sosial
- Hendrawati, Amira, I., Senjaya, S., Maulana, I., Rosidin, U., Hernawaty, & Taty . (2020). Pada Pasien Skizofrenia Dengan Isolasi Sosial
- Marbun, M. A., & Pardede, J. A. (2022). Penerapan Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Ny . S Dengan Masalah Isolasi Sosial Di Ruangan Cempaka : Studi Kasus.
- Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (2022). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy*. Vol 36. 455-470.
- Putri, N., & Pardede, J. A. (2022). Manajemen Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Penderita Skizofrenia Dengan Masalah Isolasi Sosial Menggunakan Terapi Generalis Sp 1-4 : Studi Kasus. March, 1–37.
- Rahmayani, A., & Syisnawati. (2022). Mengontrol Pikiran Negatif Klien Skizofrenia Dengan Terapi Kognitif.
- Stuart, G. W., & Sundeen, S, J.S (2023) Buku Saku Ilmu Keperawatan jiwa. Jakarta:ECG
- Wahyuni, S. R. I. (2022). Keperawatan Jiwa (Konsep Asuhan Keperawatan pada Diagnosa Keperawatan Jiwa) Penerbit LovRinz. LovRinz Publishing.
- WHO. (2022b). *Scizophrenia*. https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/schizophrenia?gclid=CjwKCAiAyp-sBhBSEiwAWWzTntEy24jtWfN1JFLk1DB-LRnZVBtrOdKoKXr21cmaOyqx_TGK7zv5xoCReoQAvD_BwE
- Wulandari, A., & Febriana, A. I. (2024). Kejadian Skizofrenia pada Pasien Rawat Inap di RSUD Dr. H. Soewondo Kendal. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(4), 562–573. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i4.69619>
- Yuswatiningsih, E., & Iva Milia Hani Rahmawati. (2020). *Kemampuan Interaksi Sosial Pada Pasien Isolasi Sosial*