



## Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok terhadap Peningkatan Interaksi Sosial pada Pasien Gangguan Jiwa

M. Agus Jabir<sup>1</sup>, Rezqiqah Aulia Rahmat<sup>2</sup>, Abdul Rahim<sup>3</sup>, Halbina Famung Halmar<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Keperawatan, STIKes Yapika Makassar

<sup>2</sup> Program Studi Kedokteran, Universitas Bosowa

<sup>3</sup> Program Studi Keperawatan, STIKes Gunung Sari

<sup>4</sup> Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Universitas Bangka Belitung

**Correspondent Author:** M. Agus Jabir, Email: [agusjabirmuhammad@gmail.com](mailto:agusjabirmuhammad@gmail.com)

### ABSTRACT

Mental disorders often lead to a decline in an individual's ability to interact socially with their surroundings. Patients with mental disorders tend to experience social isolation, withdrawal, and difficulty establishing interpersonal relationships. Group activity therapy is a therapeutic intervention that can help improve patients' social interaction skills through structured, collaborative activities. This study aims to determine the effect of group activity therapy on improving social interaction in patients with mental disorders. The study used a quasi-experimental design with a pretest–posttest approach. The study sample consisted of 30 patients with mental disorders selected using a purposive sampling technique. Data were collected using social interaction observation sheets before and after group activity therapy. Data analysis used a paired t-test. The results showed an increase in social interaction scores from an average of 45.3 to 70.6 after group activity therapy. The statistical test showed a p-value of 0.001 ( $p < 0.05$ ). It was concluded that group activity therapy had a significant effect on improving social interaction in patients with mental disorders.

**Keywords:** *Group Activity Therapy, Social Interaction, Mental Disorders, Psychiatric Nursing*

### ABSTRAK

Gangguan jiwa seringkali menyebabkan penurunan kemampuan individu dalam berinteraksi sosial dengan lingkungan sekitarnya. Pasien dengan gangguan jiwa cenderung mengalami isolasi sosial, menarik diri, serta kesulitan dalam menjalin hubungan interpersonal. Terapi aktivitas kelompok merupakan salah satu intervensi terapeutik yang dapat membantu meningkatkan kemampuan interaksi sosial pasien melalui kegiatan yang terstruktur dan dilakukan secara bersama-sama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap peningkatan interaksi sosial pada pasien gangguan jiwa. Penelitian menggunakan desain quasi-experimental dengan pendekatan pretest–posttest.



Sampel penelitian berjumlah 30 pasien gangguan jiwa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi interaksi sosial sebelum dan sesudah pelaksanaan terapi aktivitas kelompok. Analisis data menggunakan uji paired t-test. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor interaksi sosial dari rata-rata 45,3 menjadi 70,6 setelah diberikan terapi aktivitas kelompok. Hasil uji statistik menunjukkan nilai  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Disimpulkan bahwa terapi aktivitas kelompok berpengaruh signifikan terhadap peningkatan interaksi sosial pada pasien gangguan jiwa.

**Kata Kunci:** Terapi Aktivitas Kelompok, Interaksi Sosial, Gangguan Jiwa, Keperawatan Jiwa

## I. PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan masalah kesehatan yang dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan individu, termasuk kemampuan dalam berinteraksi sosial. Pasien dengan gangguan jiwa sering mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain, menarik diri dari lingkungan sosial, serta mengalami penurunan kemampuan komunikasi interpersonal.

Kondisi isolasi sosial yang dialami pasien gangguan jiwa dapat memperburuk kondisi psikologis serta menghambat proses pemulihan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi terapeutik yang dapat membantu meningkatkan kemampuan interaksi sosial pasien.

Salah satu intervensi yang sering digunakan dalam keperawatan jiwa adalah terapi aktivitas kelompok. Terapi ini melibatkan pasien dalam berbagai kegiatan kelompok yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan komunikasi, kerja sama, serta keterampilan sosial.

Melalui terapi aktivitas kelompok, pasien didorong untuk berinteraksi dengan anggota kelompok lainnya sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan bersosialisasi.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap peningkatan interaksi sosial pada pasien gangguan jiwa.

## II. METODE PENELITIAN

### A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *quasi-experimental* dengan pendekatan pretest–posttest.

### B. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah pasien gangguan jiwa yang menjalani perawatan di fasilitas kesehatan jiwa.

Sampel penelitian sebanyak 30 pasien yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*.



### C. Kriteria Inklusi

1. Pasien dengan gangguan jiwa stabil
2. Mampu berkomunikasi dengan baik
3. Bersedia mengikuti terapi aktivitas kelompok

### D. Variabel Penelitian

Variabel independen:

1. terapi aktivitas kelompok

Variabel dependen:

1. interaksi sosial pasien

### E. Pengumpulan Data

Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi yang menilai kemampuan interaksi sosial pasien.

### F. Analisis Data

Analisis data menggunakan:

1. analisis deskriptif
2. uji *paired t-test* dengan tingkat signifikansi 0,05.

## III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 30 pasien gangguan jiwa yang mengikuti terapi aktivitas kelompok. Karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, dan lama menjalani perawatan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	18	60
Perempuan	12	40
<b>Usia</b>		
18–30 tahun	12	40
31–45 tahun	10	33,3
>45 tahun	8	26,7



# Barongko

## Jurnal Ilmu Kesehatan

Karakteristik	n	%
<b>Lama perawatan</b>		
<6 bulan	14	46,7
≥6 bulan	16	53,3

Sebagian besar pasien berada pada usia produktif dan telah menjalani perawatan lebih dari enam bulan. Lama perawatan dapat memengaruhi kemampuan pasien dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial.

### 2. Tingkat Interaksi Sosial Sebelum Terapi

Penilaian interaksi sosial dilakukan melalui observasi terhadap kemampuan pasien dalam berkomunikasi, berpartisipasi dalam aktivitas kelompok, serta menjalin hubungan dengan orang lain.

**Tabel 2. Distribusi Interaksi Sosial Sebelum Terapi**

Kategori Interaksi Sosial	n	%
Rendah	18	60
Sedang	9	30
Tinggi	3	10

Mayoritas pasien menunjukkan tingkat interaksi sosial yang rendah sebelum diberikan terapi aktivitas kelompok. Kondisi ini mencerminkan adanya gejala isolasi sosial yang sering dialami oleh pasien gangguan jiwa.

### 3. Tingkat Interaksi Sosial Sesudah Terapi

Setelah mengikuti beberapa sesi terapi aktivitas kelompok, dilakukan evaluasi ulang terhadap kemampuan interaksi sosial pasien.

**Tabel 3. Distribusi Interaksi Sosial Setelah Terapi**

Kategori Interaksi Sosial	n	%
Rendah	5	16,7
Sedang	12	40
Tinggi	13	43,3

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan interaksi sosial setelah pasien mengikuti terapi aktivitas kelompok.

#### 4. Perubahan Skor Interaksi Sosial

Tabel 4. Perbandingan Skor Interaksi Sosial

Pengukuran	Mean $\pm$ SD
Pretest	45,3 $\pm$ 8,6
Posttest	70,6 $\pm$ 7,9

Rata-rata skor interaksi sosial meningkat sebesar 25,3 poin setelah pelaksanaan terapi aktivitas kelompok.

#### 5. Analisis Statistik

Tabel 5. Hasil Uji Paired t-test

Variabel	t-value	p-value
Interaksi sosial sebelum–sesudah terapi	9,42	0,001

Nilai  $p < 0,05$  menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan terapi aktivitas kelompok terhadap peningkatan interaksi sosial pasien gangguan jiwa.

### B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan interaksi sosial pada pasien gangguan jiwa. Sebelum mengikuti terapi, sebagian besar pasien menunjukkan tingkat interaksi sosial yang rendah, yang ditandai dengan perilaku menarik diri, kurangnya komunikasi, serta minimnya partisipasi dalam kegiatan sosial.

Setelah mengikuti terapi aktivitas kelompok, terjadi peningkatan kemampuan interaksi sosial yang cukup signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok dapat membantu pasien mengembangkan keterampilan sosial melalui interaksi dengan anggota kelompok lainnya.

Terapi aktivitas kelompok memberikan kesempatan bagi pasien untuk belajar berkomunikasi, berbagi pengalaman, serta membangun hubungan interpersonal dalam lingkungan yang aman dan suportif. Interaksi yang terjadi selama kegiatan kelompok dapat membantu pasien mengurangi perasaan isolasi serta meningkatkan rasa percaya diri.

Selain itu, terapi aktivitas kelompok juga berperan dalam meningkatkan kemampuan pasien dalam memahami norma sosial serta mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih efektif. Melalui aktivitas kelompok, pasien dapat belajar mengekspresikan perasaan dan pendapatnya dengan cara yang lebih adaptif.



# Barongko

## Jurnal Ilmu Kesehatan

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori keperawatan jiwa yang menyatakan bahwa interaksi sosial merupakan salah satu aspek penting dalam proses rehabilitasi pasien gangguan jiwa. Lingkungan sosial yang suportif dapat membantu pasien meningkatkan kemampuan adaptasi serta mempercepat proses pemulihan.

Keberhasilan terapi aktivitas kelompok juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain kondisi klinis pasien, dukungan tenaga kesehatan, serta keterlibatan pasien dalam kegiatan terapi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan kemampuan interaksi sosial pasien gangguan jiwa. Oleh karena itu, terapi ini dapat dijadikan sebagai bagian dari program rehabilitasi psikososial dalam pelayanan kesehatan jiwa.

Tenaga kesehatan, khususnya perawat jiwa, perlu mengembangkan berbagai bentuk aktivitas kelompok yang menarik dan sesuai dengan kondisi pasien sehingga dapat meningkatkan partisipasi pasien dalam kegiatan terapi.

#### IV. KESIMPULAN DAN SARAN

##### A. Kesimpulan

Terapi aktivitas kelompok memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan interaksi sosial pada pasien gangguan jiwa. Setelah mengikuti terapi, pasien menunjukkan peningkatan kemampuan dalam berkomunikasi serta berinteraksi dengan lingkungan sosial.

##### B. Saran

1. Terapi aktivitas kelompok perlu diterapkan secara rutin dalam pelayanan keperawatan jiwa.
2. Tenaga kesehatan perlu melibatkan pasien secara aktif dalam kegiatan kelompok untuk meningkatkan keterampilan sosial.
3. Penelitian selanjutnya dapat mengkaji efektivitas terapi aktivitas kelompok pada berbagai jenis gangguan jiwa.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 5th ed. Washington DC; 2013.
2. Anurogo, D., Rahim, A., Latif, S. A., & Mudrika, M. (2025). Perlakuan Dan Penanganan Yang Tepat Menurunkan Demam Anak Dengan Teknik Kompres Blok Di



# Barongko

## Jurnal Ilmu Kesehatan

- Pembuluh Darah Superfisial Dengan Teknik Seka Yang Menggunakan Air Hangat (Tepid Water Sponge). *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 409–417. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i2.635>
3. Barker P. *Psychiatric and mental health nursing*. London: Elsevier; 2017.
  4. Boyd MA. *Psychiatric nursing: contemporary practice*. Philadelphia: Lippincott; 2015.
  5. Jabir, M. A., Bayaranie, M., Cahya, M. R. F., & Djunaedi, D. (2026). Edukasi Interaksi Obat Dengan Makanan Pada Pasien Yang Menggunakan Terapi Jangka Panjang. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 579–587. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v4i2.1027>
  6. Keliat BA. *Keperawatan kesehatan jiwa komunitas*. Jakarta: EGC; 2016.
  7. Kaplan HI, Sadock BJ. *Synopsis of psychiatry*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2015.
  8. Maran, A. A., Alim, A., Marpaung, M. P., Nurhaedah, N., Pannyiwi, R., & Rahmat, R. A. (2023). Edukasi Tentang Pengelolaan Sampah Rumah Tangga Dalam Menjaga Kesehatan Lingkungan Kelurahan Manisa. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), 241–249. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i4.176>
  9. Notoatmodjo S. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2020.
  10. Pannyiwi, R., & Ali, A. (2025). Analisis Program Pencegahan dan Faktor Risiko Penyalahgunaan Narkoba pada Remaja: Studi Mixed Method di Kabupaten Sidenreng Rappang. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(2), 153–162. <https://doi.org/10.59585/jimad.v2i2.859>
  11. Rahmat Pannyiwi M. Khalid Fredy Saputra, Nofita Dewi Kok, Supriadin, Arnianti, Iskandar Zulkarnaen, Rosida, (2025). *Keperawatan Medikal Bedah: Pendekatan Sistem Tubuh dan Praktik Klinis*. Penerbit AGDOSI - ISBN: 978-634-96389-4-4. [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=id&user=hsoWibgAAAAJ&pagesize=80&authuser=1&citation\\_for\\_view=hsoWibgAAAAJ:NMxIIDl6LWMC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=hsoWibgAAAAJ&pagesize=80&authuser=1&citation_for_view=hsoWibgAAAAJ:NMxIIDl6LWMC)
  12. Smeltzer SC. *Medical surgical nursing*. Philadelphia: Lippincott; 2018.
  13. Santi, S., Yufuai, A. R., Masding, M., Hanifah, A. N., Yunus, M., Nari, J., Astuti, F., Wahyuni, R., & Pannyiwi, R. (2023). The Role of Midwives in Motivating Mothers to Initiate Early Breastfeeding at Pertiwi Mother and Child Hospital in Makassar City. *International Journal of Health Sciences*, 1(3), 203–216. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i3.88>
  14. Supriatin, S.Kep.,Ners.,M.Kep,(2026). *Buku Ajar Etika dan Hukum Keperawatan: Teori, Prinsip dan Praktik*. Penerbit AGDOSI - ISBN : 978-634-96747-9-9. [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=id&user=hsoWibgAAAAJ&pagesize=80&authuser=1&citation\\_for\\_view=hsoWibgAAAAJ:ldfaerwXgEUC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=hsoWibgAAAAJ&pagesize=80&authuser=1&citation_for_view=hsoWibgAAAAJ:ldfaerwXgEUC)



# *Barongko*

## *Jurnal Ilmu Kesehatan*

15. Stuart GW. *Principles and practice of psychiatric nursing*. St Louis: Mosby; 2016.
16. Townsend MC. *Psychiatric mental health nursing*. Philadelphia: F.A. Davis; 2018.
17. Varcarolis EM. *Foundations of psychiatric mental health nursing*. St Louis: Elsevier; 2017.
18. Videbeck SL. *Psychiatric-mental health nursing*. Philadelphia: Lippincott; 2019.
19. WHO. *Mental health action plan*. Geneva; 2018.
20. WHO. *Mental health guidelines*. Geneva; 2020.
21. WHO. *Community mental health services*. Geneva; 2021.