

BEHAVIOUR CONTRACT UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN BERSOSIALISASI PASIEN SKIZOFRENIA DI RSJ MENUR SURABAYA

Annisa Nurul Faizuny

Jurusan Magister Profesi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus Surabaya
annisanfaizuny@gmail.com

Abstrak

Gangguan skizofrenia adalah sekelompok reaksi psikotik yang mempengaruhi berbagai area fungsi individu, termasuk berfikir dan berkomunikasi, menerima dan menginterpretasikan realitas, merasakan dan menunjukkan emosi, dan berperilaku dengan sikap yang dapat diterima secara sosial. Penelitian ini bertujuan untuk memaparkan bagaimana teknik intervensi behaviour contract dan psikoedukasi dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan bersosialisasi pada pasien skizofrenia. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan metode studi kasus pada seorang pasien di Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya. Penelitian dilakukan secara intensif selama satu bulan. Tahapan penelitian yang dilakukan adalah, pemberian asesmen, homevisit serta pemberian intervensi. Hasil dari penelitian ini adalah pasien dapat meningkatkan kemampuan bersosialisasinya sehingga pasien mendapatkan pelatihan kerja di Dinas Provinsi.

Kata kunci : behavior kontrak, interaksi sosial, dan skizofrenia.

Abstract

Schizophrenic disorder is a group of psychotic reactions that affect various areas of individual functioning, including thinking and communicating, accepting and interpreting reality, feeling and showing emotions, and behaving in a socially acceptable manner. This study aims to explain how the intervention techniques behavior contract and psychoeducation can be used to improve social skills in schizophrenic patients. This research is a qualitative descriptive study with a case study method in a patient at the Menur Mental Hospital Surabaya. The study was conducted intensively for one month. The stages of the research conducted were assessment, homevisit and intervention. The results of this study are that patients can improve their socialization skills so that patients get job training at the Provincial Service.

Keywords: contract behavior, social interaction, and schizophrenia.

Gangguan skizofrenia adalah sekelompok reaksi psikotik yang mempengaruhi berbagai area fungsi individu, termasuk berfikir dan berkomunikasi, menerima dan menginterpretasikan realitas, merasakan dan menunjukkan emosi, dan berperilaku dengan sikap yang dapat diterima secara sosial. Secara klinis untuk mengatakan seseorang menderita skizofrenia atau tidak diperlukan kriteria diagnostik paling sedikit terdapat 1 dari 6 kriteria selama dalam suatu fase penyakit.

Menurut data dari Konsultan Health Policy Unit, sebanyak 15,8 persen keluarga memiliki penderita gangguan jiwa berat yang diobati dan tidak diobati. Namun, angka itu tak mencakup keseluruhan keluarga di Indonesia. Hingga 2018, baru tercatat sebanyak 13 juta keluarga yang dipantau dan terdata. Angka itu hanya mencakup 20,24 persen dari seluruh keluarga di Indonesia. Hasil data itu mengasumsikan ada satu kasus gangguan mental berat dalam satu

keluarga. Hasilnya, terdapat 85.788 orang dengan gangguan mental berat. Dari jumlah itu, sebanyak 37.013 penderita gangguan mental berat mendapat pengobatan. Sementara 13.204 lainnya justru diasingkan.

Adanya perbedaan persepsi dan sikap dalam masyarakat terhadap penderita skizofrenia akan menentukan bagaimana posisi penderita skizofrenia di tengah masyarakat. Persepsi dan sikap masyarakat yang positif, akan membuat penderita skizofrenia kembali produktif dan mampu mendapatkan peran kembali di masyarakat, sedangkan persepsi dan sikap masyarakat yang negatif, akan membuat penderita semakin terpuruk, semakin parah akan penyakit yang dialami, dan semakin terlepas dari masyarakat. Hal semacam inilah yang masih banyak dijumpai di masyarakat, dimana persepsi dan sikap negatiflah

yang masih umum dilakukan masyarakat terhadap penderita skizofrenia.

Adanya kesalahan pengertian serta pemahaman masyarakat terhadap skizofrenia dikarenakan kurangnya informasi mengenai masalah-masalah skizofrenia. Masyarakat hanya tahu mengenai sakit jiwa atau gila, tidak sampai istilah skizofrenia. Hal inilah yang menyebabkan munculnya persepsi yang salah di kalangan masyarakat secara umum, sehingga orang yang mengalami sakit jiwa dipandang sebelah mata hingga dikucilkan. Karena merasa dikucilkan inilah akhirnya penderita skizofrenia juga menarik diri dari lingkungan untuk menjauhi masyarakat.

Orang dengan skizofrenia cenderung mengalami penurunan di dalam sosialisasi, bahkan tidak memiliki kemampuan untuk bersosialisasi dengan baik pada lingkungan sekitarnya (Bellack, dkk, 1990). Hal tersebut menunjukkan bahwa keterampilan sosial dasar pada orang dengan skizofrenia perlu untuk ditingkatkan, karena hal ini akan membantu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Keterampilan sosial dasar penting untuk dimiliki oleh pasien skizofrenia, karena keterampilan sosial dasar merupakan modal awal untuk melakukan hubungan atau relasi dengan orang lain. Keterampilan sosial dasar yang baik sangat membantu individu untuk menjalin hubungan dengan orang lain, mudah diterima dalam lingkungan masyarakat, sehingga individu merasa nyaman berada di tengah-tengah masyarakat. Masalah-masalah skizofrenia tersebut di atas ditemui peneliti di RSJ Menur Surabaya dengan mengamati perilaku pasien skizofrenia yang sedang mendapatkan perawatan di bangsal rawat inap.

Terapi pada skizofrenia bersifat komprehensif yaitu meliputi terapi psikofarmaka, psikoterapi, terapi psikososial dan terapi psikoreligius. Salah satu terapi untuk memperbaiki tingkah laku yaitu dengan menggunakan kontrak perilaku (behavior contract) yaitu mengatur kondisi konseli menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor. Kontrak perilaku (behavior contract) adalah perjanjian dua orang atau lebih untuk bertingkah laku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi tingkah laku itu. Kontrak ini menegaskan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi dan konsekuensinya. Kontrak perilaku (behavior contract) adalah salah satu teknik dari terapi konseling behavioral. Pada dasarnya konseling

behavioral atau terapi tingkah laku diarahkan pada tujuan-tujuan memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku maladaptif, serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan.

Konselor dapat memilih perilaku yang realistis dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran dapat diberikan kepada konseli. Dalam terapi ini ganjaran positif terhadap perilaku yang dibentuk lebih dipentingkan daripada pemberian hukuman jika kontrak perilaku tidak berhasil. Dalam hal teknik kontrak perilaku ini antara konselor dan konseli saling mendapat keuntungan secara timbal balik. Aturan tersebut menyatakan bahwa kita harus mencoba membalas, dengan balasan yang setimpal, apa yang diberikan orang lain kepada kita. Kontrak Perilaku didasarkan pandangan bahwa membantu konseli untuk membentuk perilaku tertentu yang diinginkan dan memperoleh ganjaran tertentu sesuai dengan kontrak yang disepakati. Dalam hal ini individu mengantisipasi perubahan perilaku mereka atas dasar persetujuan bahwa beberapa konsekuensi akan muncul. Sehingga tujuan dalam penelitian ini untuk membantu meningkatkan kemampuan bersosialisasi pasien skizofrenia di RSJ Menur Surabaya dengan menggunakan behaviour Contract.

METODE

Subjek dalam penelitian ini adalah satu pasien laki-laki berusia 41 tahun yang menempati bangsal kenari di RSJ Menur Surabaya. Metode penelitian dengan menggunakan studi kasus. Asesmen yang digunakan yaitu wawancara, tes psikologi dan observasi lingkungan tempat tinggal. Terapi yang dipilih adalah terapi behaviorisme dimana dalam teori behaviorisme hanya menganalisa perilaku yang nampak saja, dapat di ukur, dilukiskan dan diramalkan.

Kontrak perilaku (behavior contract) yaitu mengatur kondisi konseli menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor. Kontrak perilaku (behavior contract) adalah perjanjian dua orang atau lebih untuk bertingkah laku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi tingkah laku itu. Kontrak ini menegaskan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi dan konsekuensinya.

Kontrak perilaku yang digunakan di dalam penelitian ini dengan menggunakan checklist

menggunakan behavior chart untuk melihat perilaku yang diinginkan sudah terpenuhi atau tidak, di akhir kontrak, subjek mendapatkan reward berupa alat mandi yang telah dijanjikan oleh konselor pada awal kontrak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek adalah anak kedua dari dua bersaudara, kakak subjek meninggal sewaktu subjek masih ada dalam kandungan ibunya. Subjek mengingat kakak subjek sebagai adik subjek yang saat ini masi berumur dua tahunan. Ayah subjek meninggalkan subjek pada saat subjek masih SD menikah dengan perempuan lain dalam satu kampung. Perilaku subjek mulai berubah ketika ada seorang perempuan meminta menikah dengan subjek, tapi subjek belum siap secara psikis dan ekonomi, karena keluarganya tinggal menumpang dengan om dan tantenya di sebuah kamar kecil dibelakang rumah, subjek kepikiran bagaimana harus meninggalkan ibunya sendirian seperti itu dan juga subjek belum memiliki pekerjaan sehingga tidak memiliki biaya untuk menikah. Sejak saat itu subjek mulai terlihat stres, subjek mulai suka membentak-bentak ibunya, mulai marah-marah apabila ibunya telat memberinya rokok. Ibunya hanya bisa menguncinya di kamar sedangkan ibunya bekerja sebagai penjual mainan di sekolah dekat rumahnya. Ibunya sangat ketakutan, uang dari hasil jualan juga tidak bisa mencukupi biaya kehidupan mereka berdua. Ketiga anak Om dan tante yang memiliki rumah tersebut juga sangat ketakutan ketika melihat subjek yang sedang marah dan dikunci di kamar belakang marah-marah dan berteriak. Hingga akhirnya om subjek menawarkan untuk melaporkan subjek ke RT setempat. Saat itu ibunya tidak langsung setuju. Tapi ketika subjek dibiarkan keluar tetangga-tetangga subjek banyak yang menghinanya, mengata-ngatai bahwa subjek adalah seorang pengangguran dan bodoh. Akhirnya subjek marah dan berakhir di kunci lagi di kamar belakang rumah.

Sebelumnya subjek pernah dibawa periksa dan rawat jalan di rumah sakit dengan biaya dari neneknya, tapi ketika neneknya meninggal, ibu subjek sudah tidak memiliki biaya lagi untuk pengobatan anaknya. Akhirnya ibu subjek menyerah dan menyerahkan anaknya ke RT setempat, semenjak saat itu ibu subjek putus hubungan dengan subjek dan hanya bisa mendengar kabar tentang subjek dari pak RT

yang membawanya, lama sudah tdak bertemu membuat ibu subjek berfikir bahwa subjek sudah meninggal sehingga ibu subjek kaget sewaktu kami datang dari RSJ Menur untuk mencari informasi tentang anaknya yang saat ini menjalani perawatan di Menur.

Selama di Menur subjek sering mendengarkan bisikan-bisikan suara yang menyuruh untuk segera pulang. Subjek merupakan orang yang pasif dan tidak senang dengan berinteraksi sosial sehingga subjek hanya sering terlihat duduk disaat semua pasien lain melakukan aktivitas, subjek hanya akan melakukan aktivitas yang di minta oleh perawat atau mahasiswa magang. Subjek harus selalu diarahkan, kalau tidak subjek akan duduk kembali dan hanya melihat teman yang lain.

Kehidupan masa kecil subjek yang dibesarkan dengan pola asuh yang permisif sehingga apapun kebutuhan dan keinginan subjek selalu terpenuhi, ketika subjek tidak mendapatkan apa yang dia inginkan subjek akan marah dan berteriak-teriak. Subjek juga begitu dimanja sehingga ketika subjek tidak bekerja dan melakukan kesalahan lain, ibu subjek selalu menerima dan memaafkannya. Hal ini berdampak terhadap bagaimana cara subjek merespon masalah yang dihadapinya ketika dewasa. Subjek cenderung stres karena tidak mampu menyelesaikan masalah yang harus dihadapinya.

Sebelum mendapatkan intervensi subjek adalah orang yang diam dan suka menyendiri, subjek mau melakukan hal yang dilakukan orang lain tapi harus selalu diarahkan. Hal ini kurang bagus karena halusinasi subjek bisa muncul kembali ketika subjek melamun dan tidak melakukan kegiatan apapun. Setelah melakukan 5 hari intervensi untuk merubah perilaku sosial subjek, tampak adanya perubahan pada diri subjek. Subjek tidak lagi suka menyendiri dan diam. Subjek terlihat sudah mulai berinisiatif untuk berbicara dan berkenalan dengan pasien lain di bangsal. Subjek sudah mulai menyapa praktikan dan melambaikan tangan tanpa perlu praktikan minta. Subjek mendatangi praktikan dan berkomunikasi dengan praktikan bersama dengan pasien-pasien lainnya. Subjek juga mulai mengulurkan tangan serta menanyakan nama terlebih dahulu kepada pasien baru dan perawat yang ada di bangsal. Reward berupa alat mandi diberikan setelah subjek berhasil menyelesaikan enam hari intervensi yang disetujui di awal kontrak.

Setelah dilakukan proses intervensi, didapatkan hasil sementara bahwa subjek mau berkomunikasi dengan teman satu bangsal, berinteraksi dengan perawat ruangan atau mahasiswa yang sedang praktek di ruangan, subjek juga mau mengikuti kegiatan yang dilakukan oleh perawat ruangan. Hal ini bisa terjadi karena subjek sangat kooperatif dalam menjalani setiap pemeriksaan dan intervensi yang dilakukan oleh praktikan. Faktor penghambat yang ditemui praktikan adalah ketika subjek tidak diterima oleh keluarganya dan harus pulang ke liponsos sehingga praktikan kesulitan untuk melakukan intervensi lebih lanjut terhadap perkembangan perilaku subjek yang sudah terbentuk sebelumnya.

Dalam kasus yang dialami subjek diketahui bahwa terdapat beberapa masalah yang terjadi dalam kehidupannya yaitu masalah ekonomi karena tidak bekerja, di ejek teman saat tidak bekerja, emosi yang dangkal dan datar ketika bersosialisasi sehingga sulit untuk mengekspresikan emosinya. Jika dilihat dari gangguan mental yang di derita oleh subjek yaitu skizofrenia tak terinci, subjek memiliki tipe kepribadian dasar yang bersifat lebih suka menyendiri, kurang menyukai kebersamaan dengan orang lain serta menjadi orang yang pencuriga.

Dengan menggunakan behaviour contract, subjek mampu meningkatkan kemampuan bersosialisasinya kembali, sehingga subjek bisa mengikuti kegiatan dengan semangat serta bercerita dengan teman-teman satu bangsal. Subjek juga sudah mampu menunjukkan perubahan tersebut dengan mempertahankan perilaku yang sudah mulai membaik meskipun tidak lagi menggunakan reward sehingga subjek bisa mendapatkan pelatihan kerja di Dinas Provinsi seperti saat ini. Hal ini menunjukkan bahwa subjek sudah memperlihatkan perilaku yang diharapkan yaitu mampu bersosialisasi serta mampu melakukan kegiatan yang positif dibandingkan sebelum menjalani terapi.

PENUTUP

Simpulan

Metode behavior contract ini bisa digunakan untuk meningkatkan kemampuan sosialisasi pada pasien skizofrenia, karena pada awalnya, pasien ini merupakan seseorang yang aktif dan mampu bersosialisasi dengan baik, serta dari pengalamannya, subjek merupakan anak yang sangat dimanjakan oleh ibunya sehingga begitu masuk ke rumah sakit jiwa, pasien tidak mengenal siapapun

dan merasa semua orang tidak ada yang peduli terhadapnya sehingga pasien cenderung untuk menutup diri. Ketika seseorang datang dan mencoba membuatnya yakin serta memberikan kontrak dengan suatu hal yang sangat diinginkannya, maka subjek mampu merubah perilaku tertutup menjadi mampu kembali bersosialisasi seperti sebelumnya.

Saran

Perlu adanya penelitian lebih lanjut terkait dengan faktor lain yang berhubungan dengan kekambuhan subjek skizofrenia seperti dukungan masyarakat. Perlu adanya penelitian selanjutnya terkait dengan intervensi pada keluarga untuk meningkatkan dukungan keluarga guna mendukung kemampuan bersosialisasi pasien skizofrenia.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, G. (2009). *Konseling dan psikoterapi*. Refika Aditama.
- Kaplan, H. I. (2010). *Sinopsis psikiatri*. Jakarta: Bina Rupa.
- Kaplan & Sadock. (2010). *Buku Ajar Psikiatri Klinis*. Edisi 2, Jakarta : EGC
- Maramis, W.F. (2004). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Maslim, R. (2013). *Diagnosis gangguan jiwa*. Jakarta: PT. Nuh Jaya.