BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skizofrenia merupakan gangguan mental yang ditandai dengan pikiran yang tidak logis, perilaku yang tidak biasa, dan memiliki penurunan kecemasa, (Wahyu et al, 2021). Skizofrenia sering terjadi gangguan jiwa, sehingga penting untuk mengenali adanya perubahan atau penyimpangan pada persepsi, pikiran, dan emosi yang tidak sesuai. Orang yang menderita skizofrenia biasanya mengalami gangguan pada kemampuan berpikir, sehingga bisa mengubah cara mereka berpikir dan merasa, serta mengurangi kemampuan mereka untuk merespons terhadap orang lain (Damayanti et al, 2023)

Skizofrenia terjadi perpecahan antara pikiran, emosi, dan perilaku. Fungsi kognitif sering menurun sehingga mempengaruhi cara berpikir, mengamati, perasaan, perilaku, serta hubungan dengan orang lain (Kardiatun et al, 2023). Kondisi ini membuat seseorang kesulitan melakukan fungsi sosial dengan baik. Salah satu bentuk gangguan jiwa yang sering dijumpai adalah skizofrenia dengan gejala isolasi sosial (Nina Angraini, 2023).

Isolasi sosial kondisi di mana seseorang mengalami keterbatasan yang cukup signifikan hingga pada akhirnya kehilangan kemampuan untuk membangun dan mempertahankan hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Kondisi ini bisa terjadi karena seseorang merasa tidak suka, kurang siap, atau kurang mampu untuk membangun hubungan antarmanusia yang baik dan bermanfaat (Hendrawati et al, 2021).

Masalah isolasi sosial mencakup kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, hilangnya semangat dan ketertarikan, penurunan kemampuan dalam berkomunikasi sosial, kurangnya perhatian terhadap kebersihan diri, serta munculnya kecenderungan paranoid. Perilaku lain yang sering terjadi 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 et al, 2022).

Pasien dalam isolasi sosial biasanya menganggap lingkungan sosial sebagai ancaman bagi dirinya, sehingga mereka tidak ingin berinteraksi dengan orang lain. Gejala yang umum ditemukan pada pasien isolasi sosial meliputi ketidakspontanan,kecemasa,menolak bersosialisasi, mengisolasi diri sendiri, kurang merawat diri dan tidak memperhatikan kebersihan diri, serta kurang sadar terhadap lingkungan sekitarnya (Utami et al, 2021).

Jika isolasi sosial tidak ditangani, maka akibatnya dapat berupa risiko perubahan sensori persepsi, Isolasi sosial dapat mengganggu kesehatan fisik, seperti menyebabkan masalah kesehatan jantung, merusak rasa percaya diri, menyebabkan depresi, dan bahkan dapat memicu bunuh diri. Oleh karena itu, pasien skizofrenia yang mengalami isolasi sosial membutuhkan perawatan yang tepat dan dilakukan terus menerus (Avelinus et al, 2024).

Salah satu intervensi yang dapat diberikan pada pasien skizofrenia dengan masalah keperawatan isolasi sosial adalah terapi kognitif. Terapi kognitif dapat digunakan sebagai pengelolaan bagi pasien skizofrenia untuk berinteraksi dan mengatasi penurunan kecemasan. Terapi ini bertujuan untuk membantu pasien mengenali dan mengubah pola pikir yang tidak sehat serta meningkatkan kemampuan berinteraksi sosial (Damaniket al, 2023)

Kesalahan berpikir sering terjadi pada orang yang kurang berinteraksi dengan orang lain, dan terapi kognitif dibuat agar bisa membantu mereka. Salah satu jenis psikoterapi yang bisa digunakan untuk mengobati berbagai penyakit mental adalah terapi kognitif. Pasien yang mendapatkan terapi singkat dan konsisten akan memiliki dasar untuk memahami masalah mereka, mengungkapkan diri, mengatasi kondisi emosional yang menantang, serta menyelesaikan masalah (Blackbun et al, 2021)

Masalah skizofrenia dan isolasi sosial juga terlihat dari data epidemiologis global dan nasional. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2024), skizofrenia memengaruhi sekitar 23 juta orang atau 1 dari 345 orang (0,29%) di seluruh dunia. Angka kejadian skizofrenia pada orang dewasa adalah 1 dari 233 orang (0,43%).

Menurut (WHO, 2024), isolasi sosial mempengaruhi sekitar 16% orang di seluruh dunia. Di Indonesia, menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018–2019), jumlah orang yang menderita skizofrenia atau psikosis adalah 7 dari setiap 1.000 orang. Provinsi dengan angka tertinggi adalah Bali, yaitu 11,1 per 1.000 rumah tangga, dan Yogyakarta sebesar 10,4 per 1.000 rumah tangga. Pada tahun 2023, skizofrenia berkisar antara 0,3% hingga 1%.

Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019, dari sekitar 400 ribu orang yang menderita skizofrenia di Indonesia, sekitar 72 persen di antaranya mengalami isolasi sosial. Di Provinsi Sumatera Utara, prevalensi skizofrenia sebesar 1,4 per 1.000 penduduk, dengan distribusi kasus di Kota Medan sebesar 1,1 per 1.000 penduduk, Serdang Bedagai 2,5 per 1.000 penduduk, dan Samosir 2,1 per 1.000 penduduk.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2025) menunjukkan bahwa terapi kognitif yang diberikan selama empat hari mampu menurunkan tanda dan gejala isolasi sosial secara signifikan, yaitu dari 64,7% menjadi 29,4%. Temuan ini menegaskan bahwa intervensi keperawatan berupa terapi kognitif efektif dalam membantu pasien mengurangi gejala isolasi sosial sekaligus meningkatkan kemampuan mereka untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial. Dengan demikian, terapi kognitif dapat dijadikan salah satu pendekatan yang relevan dalam praktik keperawatan, khususnya pada pasien dengan masalah psikososial.

Sejalan dengan hasil tersebut, studi kasus yang dilakukan oleh Kasim (2025) memperlihatkan bahwa pemberian terapi kognitif selama tiga hari dengan durasi 10–15 menit per sesi juga menghasilkan perubahan positif. Analisis deskriptif menunjukkan bahwa kedua responden mengalami peningkatan kemampuan bersosialisasi, ditandai dengan keberanian untuk

berkenalan dan berinteraksi dengan orang lain setelah intervensi diberikan. Hal ini memperkuat bukti bahwa terapi kognitif, meskipun dilakukan dalam waktu relatif singkat, tetap mampu memberikan dampak yang bermakna terhadap penurunan isolasi sosial dan peningkatan keterampilan sosial pasien.

Berdasarkan data rekam medis di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan, jumlah pasien rawat inap pada Januari sampai Juli 2024 sebanyak 747 orang. Sepanjang tahun 2024 tercatat 1.062 pasien yang didiagnosis skizofrenia, dengan 1.000 pasien di antaranya mengalami isolasi sosial. Sementara itu, pada Januari sampai Mei 2025 tercatat sebanyak 546 pasien yang didiagnosis menderita skizofrenia. Data tersebut menunjukkan bahwa skizofrenia, khususnya yang disertai masalah isolasi sosial, masih banyak ditemukan di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan, ditemukan berbagai kegiatan terapi yang diberikan kepada pasien. Hasil wawancara terhadap empat responden menunjukkan bahwa dua responden pernah mengikuti terapi kognitif dan menyatakan bahwa terapi tersebut memberikan efek yang baik, seperti membantu berinteraksi dengan orang lain dan meningkatkan rasa percaya diri. Sementara itu, dua responden lainnya belum pernah mengikuti terapi kognitif, tetapi menyatakan keinginan untuk mengikuti kegiatan tersebut.

Berdasarkan fenomena tersebut, dapat dilihat bahwa pasien skizofrenia dengan isolasi sosial masih membutuhkan intervensi yang dapat membantu mengatasi kecemasan dan meningkatkan kemampuan dalam berinteraksi dengan orang lain. Salah satu intervensi yang dapat diterapkan adalah terapi kognitif, yang membantu pasien mengenali serta mengubah pola pikir negatif sehingga diharapkan dapat mengurangi kecemasan dan mendukung proses interaksi sosial pasien.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

Bagaimanakah penerapan terapi kognitif terhadap penurunan kecemasan pada pasien skizofrenia dengan isolasi sosial di Ruangan Sorik Merapi 5 RSJ Prof.Dr.Muhammad Ildrem Medan.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk mengetahui bagaimana penerapan terapi kognitif terhadap penurunan kecemasan pada pasien skizofrenia dengan isolasi sosial di Ruangan Sorik Merapi 5 RSJ Prof.Dr.Muhammad Ildrem Medan.

2. Tujuan Khusus
   a. Mengindetifikasi Karakteristik responden penurunan kecemasan pada pasien skizofrenia dengan isolasi sosial
   b. Mengindetifikasi penurunan kecemasan pada pasien skizofrenia dengan isolasi sosial sebelum dilakukan terapi kognitif
   c. Mengindetifikasi penurunan kecemasan pada pasien skizofrenia dengan isolasi sosial sesudah dilakukan terapi kognitif
   d. Menganalisis penurunan kecemasan pada pasien skizofrenia dengan isolasi sosial sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi kognitif.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pasien

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan dalam melakukan penerapan terapi kognitif untuk mengatasi masalah pada pasien skizofrenia dengan isolasi social untuk meningkatkan kemandirian subjek penelitian melakukan terapi kognitif.

2. Bagi Rumah Sakit Jiwa Prof.Dr.Muhammad Ildem

   Penelitian ini diharapkan dapat menambahkan keuntungan bagi rumah sakit Prof.Dr.Muhammad Ildem Medan untuk menambahkan petunjuk tentang pengembangan pelayanan praktek dan mengatasin masalah pada pasien skizofrenia dengan isolasi social.

3. Bagi Keluarga

   Penelitian ini diharapkan menambah wawasan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam melakukan tindakan mandiri sebagai klien dalam mengatasi masalah klien dengan isolasi sosial.

4. Bagi institusi pendidikan

   Penelitian ini diharapkan menjadi pelengkap yang berguna bagi peningkatan kualitas pendidikan, bisa dijadikan referensi serta bahan bacaan di ruang belajar prodi D-III Keperwatan Poltekkes Kemenkes Medan.