

---

## Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pada Pasien Yang Mengalami Gangguan Skizofrenia

Andhika Ardiansyah<sup>1</sup>, Weni Sayekti<sup>2</sup>, Usmi Karyani<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

[f100190113@student.ums.ac.id](mailto:f100190113@student.ums.ac.id), [f100190004@student.ums.ac.id](mailto:f100190004@student.ums.ac.id), [uk257@ums.ac.id](mailto:uk257@ums.ac.id)

### ABSTRACT

**Abstract.** According to WHO, it is estimated that there are 21 million people with schizophrenia worldwide. Based on health research data, the number of schizophrenic patients in Indonesia tends to increase. Based on field data, the main problem experienced by schizophrenic patients is low motivation to live. One of the psychological treatment efforts for people with schizophrenia is group activity therapy (GAT). The purpose of this study was to describe group activity therapy to increase motivation to live in patients with schizophrenia. The research method used is qualitative with data collection using unstructured interviews and observation. The subject of the study was a 39-year-old male patient who had suffered from schizophrenia for ± 13 years, and was currently being treated at a mental hospital. Group activity therapy is carried out through four stages, namely the pre-group phase, the initial phase of the group, the group work phase, and the termination phase. Group therapy was carried out on February 17, 2022 with a duration of ± 60 minutes by four psychology students at Muhammadiyah University of Surakarta. The results showed that group activity therapy can increase motivation to live in patients who are characterized by more self-confidence, self-respect, an inner drive to recover and return to family and have a business plan.

**Keywords :** Life Motivation, Schizophrenia, Group Activity Therapy

**Abstrak** Menurut WHO, penderita skizofrenia diperkirakan sudah mencapai 21 juta orang di seluruh dunia. Berdasarkan data riset kesehatan, jumlah pasien skizofrenia di Indonesia cenderung meningkat. Berdasarkan data lapangan, masalah utama yang dialami oleh pasien skizofrenia adalah motivasi hidup yang rendah. Salah satu upaya penanganan psikologis kepada penderita skizofrenia adalah terapi aktivitas kelompok (TAK). Tujuan penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan terapi aktivitas kelompok untuk meningkatkan motivasi hidup pada pasien yang mengalami skizofrenia. Metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif dengan pengumpulan data menggunakan wawancara tidak terstruktur dan observasi. Subjek penelitian adalah seorang pasien laki-laki berusia 39 tahun yang mengidap skizofrenia selama ± 13 tahun, serta sedang menjalani rawat inap di Rumah Sakit Jiwa. Terapi aktivitas kelompok dilakukan melalui empat tahap yaitu fase pra kelompok, fase awal kelompok, fase kerja kelompok, dan fase terminasi. Terapi aktivitas kelompok dilakukan pada 17 Februari 2022 dengan durasi ± 60 menit yang dilakukan oleh empat mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok dapat meningkatkan motivasi hidup pada pasien skizofrenia ditandai dengan lebih percaya diri, menghargai diri sendiri, ada dorongan dalam diri untuk sembuh dan kembali dengan keluarga serta memiliki rencana usaha.

**Kata Kunci :** Motivasi Hidup, Skizofrenia, Terapi Aktivitas Kelompok (TAK)

---

## Pendahuluan

Gangguan jiwa merupakan salah satu permasalahan yang belum sepenuhnya dapat terselesaikan. Menurut World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa pada tahun 2000 gangguan mental menunjukkan 154 juta orang dan diantaranya sebanyak 25 juta orang mengidap skizofrenia. Pengidap gangguan jiwa sering kali mendapatkan berbagai macam perlakuan tidak baik dari masyarakat dan lingkungan seperti diskriminasi, penolakan dan stigma negatif. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fatin, Diniari dan Wahyuni (2020) menjelaskan bahwa terdapat stigma yang diterima oleh penderita skizofrenia dengan tingkat stigma yang rendah hingga tinggi dalam bentuk stereotip, prasangka maupun diskriminasi. Hal tersebut membuat penderita skizofrenia sulit berinteraksi dengan lingkungan sehingga menyebabkan motivasi hidupnya cenderung rendah. Secara global pada tahun 2019, pengidap skizofrenia mencapai 20 juta orang. Gangguan skizofrenia menjadi salah satu gangguan yang sering dialami setiap individu dengan angka mencapai 4 juta orang di Asia Tenggara. Hal tersebut tidak terkecuali di negara Indonesia yang mencatatkan bahwa pengidap skizofrenia sudah mencapai 2,6 juta orang. Skizofrenia menjadi salah satu permasalahan gangguan jiwa yang harus diselesaikan dengan segera. Pengidap skizofrenia dengan motivasi yang rendah menjadi fokus masalah yang harus dipecahkan. Untuk mengatasi hal tersebut dapat dilakukan melalui beberapa pengobatan, rehabilitasi dan terapi. Salah satu terapi yang dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi yaitu terapi aktivitas kelompok (TAK). Terapi aktivitas kelompok bersifat rehabilitatif yang dapat dijadikan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan motivasi.

Menurut Ardani (2013) skizofrenia merupakan salah satu jenis gangguan jiwa yang dapat mempengaruhi kemampuan berpikir dan berperilaku pada seseorang. Skizofrenia adalah suatu gangguan jiwa yang ditandai dengan penurunan atau ketidakmampuan dalam berkomunikasi, halusinasi, afek yang tidak wajar, tidak mampu berpikir abstrak (gangguan kognitif) dan mengalami kesulitan dalam melakukan aktifitas sehari-hari (Nuraenah, 2014). Skizofrenia adalah sindrom klinis dengan berbagai keadaan psikopatologis yang sangat mengganggu yang melibatkan proses berpikir, emosi, persepsi dan tingkah laku. Skizofrenia memiliki tingkah laku dengan insidensi pada pria lebih besar daripada wanita. Menurut Townsend (2010) skizofrenia terbagi dalam beberapa jenis diantaranya yaitu skizofrenia katatonik yang merupakan gejala awal bisa muncul akibat kegaduhan dan melukai diri; skizofrenia residual yang ditandai dengan perilaku eksentrik dan menarik diri dari lingkungan; skizofrenia tak terinci yang ditandai dengan gejala psikologi seperti halusinasi, waham, dan resiko perilaku kekerasan; dan gangguan skizoafektif yang ditandai dengan depresi berat. Berdasarkan pedoman diagnostik dari PPDGJ III, skizofrenia terbagi menjadi 9 jenis yaitu skizofrenia paranoid, skizofrenia hebefrenik, skizofrenia katatonik, skizofrenia tak terinci (undifferentiated), depresi pascas-skizofrenia, skizofrenia residual, skizofrenia simpleks, skizofrenia lainnya, dan skizofrenia yang tak tergolongkan (unspecified). Gejala awal skizofrenia dapat terjadi pada masa akhir remaja atau awal dewasa dan jarang terjadi pada usia sebelum remaja atau setelah umur 40 tahun. Gejala awal pada pria umumnya lebih awal dibandingkan pada wanita yaitu di rentang usia 15-24 tahun, sedangkan pada wanita yaitu pada usia 25-35 tahun. Adapun gejala awal skizofrenia yaitu depresi, menarik diri dari lingkungan, tidak lagi menjaga kebersihan diri, berekspresi datar atau kosong, halusinasi, delusi atau waham, gangguan tidur, kesulitan mengatur pikiran, tidak peduli dengan penampilan, dan tidak bisa melakukan aktivitas keseharian. Beberapa

---

gejala lainnya juga dapat muncul seperti nafsu makan berkurang, sulit berkonsentrasi, mudah gelisah, marah, mood tidak menentu, punya ide atau pemikiran yang aneh, mendengar suara-suara tak berwujud, paranoid, dan memiliki pikiran untuk bunuh diri. Menurut DSM IV gejala skizofrenia yaitu gejala positif dan gejala negatif. Gejala positif yaitu kumpulan gejala perilaku yang menyimpang dari perilaku normal termasuk halusinasi, waham, distorsi dalam berpikir dan bahasa, serta distorsi perilaku dan pengontrolan diri. Sedangkan gejala negatif yaitu kumpulan gejala menyimpang berupa hilangnya sebagian fungsi normal dari individu termasuk ekspresi emosi, keterbatasan dalam produktivitas berpikir, keterbatasan dalam bicara, dan keterbatasan dalam maksud dan tujuan perilaku. Adapun beberapa jenis terapi untuk skizofrenia yaitu rehabilitasi (terapi kerja), farmakoterapi, ECT (Electro Convulsive Therapy), dan terapi suportif.

Motivasi memiliki arti kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau berbuat. Motif tidak dapat diamati secara langsung, tetapi dapat diinterpretasikan dalam tingkah lakunya, berupa rangsangan, dorongan, atau pembangkit tenaga munculnya suatu tingkah laku tertentu. Motivasi merupakan dorongan dasar yang menggerakkan seseorang bertingkah laku. Dorongan ini berada pada seseorang yang menggerakkan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya. Oleh karena itu, perbuatan seseorang yang didasarkan atas motivasi tertentu mengandung tema sesuai dengan motivasi yang mendasarinya. Motivasi terjadi apabila seseorang mempunyai keinginan dan kemauan untuk melakukan sesuatu kegiatan atau tindakan dalam rangka mencapai tujuan tertentu. Teori motivasi terbagi menjadi 2 macam, yaitu: Teori motivasi yang bertitik tolak pada dorongan dan pencapaian kepuasan, ada pula yang bertitik tolak pada asas kebutuhan. Yang paling banyak diminati yaitu teori motivasi menurut asas kebutuhan (need). Teori motivasi pada asas kebutuhan ini pada hakikatnya merupakan orientasi pada satu tujuan. Dengan kata lain, perilaku seseorang dirancang untuk mencapai tujuan. Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan proses interaksi yang mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan. Para penderita skizofrenia cenderung memiliki motivasi hidup yang rendah. Adapun beberapa faktor yang dapat mempengaruhi hal tersebut yaitu faktor internal dan eksternal. Menurut Rifa'i & Anni (dalam Fauziyatun, 2014), faktor internal yaitu berasal dari dalam diri diantaranya sikap, kebutuhan, rangsangan, afeksi, kompetensi, penguatan. Sedangkan faktor eksternal yaitu berasal dari luar diri diantaranya adalah lingkungan.

Faktor yang menyebabkan skizofrenia menurut Yosep (2010) yaitu keturunan, hormon, metabolisme, susunan saraf, penyakit badaniyah, dan emosional. Keturunan yang dibuktikan oleh penelitian tentang keluarga yang menderita gangguan jiwa pada seorang anak yang mengalami kembar namun satu telur, dan anak dengan salah satu orang tua yang menderita skizofrenia. Hormon seperti Endokrin menjelaskan bahwa skizofrenia timbul pada waktu pubertas. Metabolisme, pada teori ini dilihat dari klien yang tampak pucat, nafsu makan yang berkurang, dan berat badan menurun. Susunan saraf pusat, penyebab yang diarahkan pada kelainan susunan saraf pusat. Berdasarkan teori Adolf Meyer, skizofrenia dapat disebabkan karena penyakit badaniyah yang sampai saat ini belum ditemukan adanya kelainan baik patologis, anatomis, maupun fisiologis. Dan berdasarkan teori Sigmund Freud yaitu adanya kelemahan ego yang disebabkan psikogenik atau somatik.

Motivasi yang rendah dapat diakibatkan oleh beberapa masalah seperti kebutuhan diri dan lingkungan yang kurang peduli. Masyarakat dan lingkungan yang cenderung kurang memahami

konsep gangguan mental seperti skizofrenia dan bahkan banyak yang menghubungkan skizofrenia dengan penyakit lain. Masyarakat secara umum memberikan stigma negatif terhadap mereka yang mengidap skizofrenia. Sehingga masyarakat lebih memilih untuk menghindari kontak sosial dengan para pengidap skizofrenia dan cenderung mengucilkan. Hal inilah yang dapat menyebabkan pengidap skizofrenia menjadi murung, menarik diri dari lingkungan sosial, harapan hidup yang rendah, dan motivasi hidup yang tergolong rendah.

Tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi motivasi yang rendah yaitu salah satunya yaitu TAK (Terapi Aktivitas Kelompok). Terapi aktivitas kelompok (TAK) adalah salah satu terapi modalitas yang dilakukan oleh seorang perawat pada sekelompok klien dengan masalah keperawatan yang sama (Keliat & Pawirowiyono, 2014). Terapi ini diberikan oleh perawat atau ahli profesional lain kepada pasien dibangsal masing-masing secara berkelompok. Tujuan dari terapi ini adalah agar pasien dapat saling mengenal satu sama lain, sehingga mereka bisa berinteraksi dengan baik. Tujuan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) adalah dapat meningkatkan kemampuan diri dalam mengontrol halusinasi dalam kelompok secara bertahap, yakni: klien dapat mengenal halusinasi, klien dapat mengontrol halusinasi dengan cara patuh minum obat, klien dapat mengontrol halusinasi dengan cara menghardik, klien dapat mengontrol halusinasi dengan cara bercakap cakap dengan orang lain, klien dapat mengontrol halusinasi dengan cara melakukan aktivitas terjadwal

Dalam penelitian ini akan dikaji manfaat tentang terapi aktivitas kelompok (TAK) untuk meningkatkan motivasi hidup pada pasien pengidap gangguan skizofrenia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan terapi aktivitas kelompok untuk meningkatkan motivasi hidup pada pasien yang mengalami gangguan skizofrenia.

## Metode Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu kualitatif dengan studi kasus. Studi kasus yaitu rangkaian kegiatan yang dilakukan secara terinci, intensif dan mendalam tentang aktivitas baik individu atau kelompok untuk memperoleh pengetahuan yang mendalam tentang peristiwa tersebut (Rahardjo, 2017). Studi kasus yang dilakukan yaitu dengan satu individu yang sedang mengidap gangguan skizofrenia dan sedang menjalani rawat inap di sebuah rumah sakit.

Subjek dalam penelitian ini yaitu seorang pasien laki-laki berusia 39 tahun yang mengidap skizofrenia selama ± 13 tahun, serta sedang menjalani rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Amino Gondohutomo Semarang. Subjek memiliki riwayat penyakit skizofrenia sejak di dalam penjara pada tahun 2009 dengan menunjukkan perilaku aneh. Faktor stressornya adalah stressor primary group (keluarga), sering adu mulut dengan ibu dan istri serta meninggalnya sang ayah dan perceraian. Perilaku kekambuhan yaitu marah-marah dan mengamuk bila tidak dituruti permintaannya. Perilaku yang muncul yaitu malas-malasan, rendahnya perawatan diri, kurang bersemangat, melamun, emosi cenderung naik turun, dan cenderung memiliki motivasi yang rendah.

Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan wawancara tidak terstruktur dan observasi. Wawancara dilakukan pada subjek, keluarga subjek, dan tenaga kesehatan yang bertugas di bangsal 7 khusus pria Rumah Sakit Jiwa Daerah Semarang. Wawancara yang dilakukan berfokus pada diri subjek, permasalahan yang dialami subjek, dan perilaku yang muncul saat menjalani rawat inap di rumah sakit. Wawancara dilakukan selama 2 minggu dimulai dari tanggal 07 Februari 2022 sampai dengan 14 Februari 2022 dengan durasi yang tidak menentu namun terarah pada masalah subjek dan dilakukan di bangsal 7 rumah sakit jiwa khusus pria. Wawancara tidak terstruktur yang dilakukan pada orang tua subjek yaitu mengenai

riwayat kehidupan subjek dari usia kanak-kanak hingga dewasa serta gejala yang muncul ataupun perilaku yang timbul akibat skizofrenia yang dialami subjek. Wawancara tidak terstruktur juga dilakukan terhadap tenaga medis yang bertugas di bangsal yaitu mengenai perilaku subjek dan aktivitas subjek serta komunikasi dengan rekan-rekan di bangsal selama subjek menjalani rawat inap di rumah sakit.

TAK merupakan salah satu terapi modalitas yang diberikan kepada sekelompok pasien yang mempunyai masalah keperawatan yang sama. TAK merupakan salah satu terapi modalitas yang diberikan kepada sekelompok pasien yang mempunyai masalah keperawatan yang sama. Terapi aktivitas kelompok dilakukan di depan bangsal 7 RSJ Dr.Amino Gondohutomo dengan melalui empat tahap yaitu fase pra kelompok, awal kelompok, kerja kelompok, dan terminasi. Terapi aktivitas kelompok ini bersifat rehabilitatif yaitu dapat meningkatkan kemampuan ekspresi diri, keterampilan sosial, kepercayaan diri, keterampilan empati dan meningkatkan kemampuan tentang masalah-masalah kehidupan dan pemecahannya. Empat tahap terapi aktivitas kelompok dapat dijelaskan pada tabel berikut:

**Tabel 1. Tahap Aktivitas Kelompok**

| Tahap          | Kegiatan   |
|----------------|--|
| Pra Kelompok   | membuat tujuan yaitu memotivasi pasien, menentukan leader jalannya kegiatan, menentukan jumlah peserta/anggota, menentukan tempat dan mengatur posisi nyaman, menyiapkan media berupa kertas berukuran kecil (10x10) cm dan pensil warna                                   |
| Awal Kelompok  | Perkenalan diri dari masing-masing peserta, pemberian informasi tentang kegiatan yang akan dilakukan saat ini, pemberian tugas atau aktivitas untuk menuliskan tentang dirinya sendiri dengan menuliskan diatas kertas yang sudah dibagikan sebelumnya dengan pensil warna |
| Kerja Kelompok | Memberikan waktu dan peluang bagi peserta untuk mengekspresikan dirinya dan memberikan dukungan padanya agar menjadi sadar dan percaya diri dengan kemampuan serta perencanaan yang sudah dibuat   |
| Terminasi      | memberi apresiasi, penghargaan, dan ucapan terima kasih serta pemberian reward atas apa yang sudah dilakukan dan mampu mengekspresikan dirinya di lingkungan sosial  |

Kegiatan yang dilakukan pada saat TAK yaitu diawali dengan tahap persiapan dengan memilih semua pasien yang sedang tidak ada agenda terapi lain. Kemudian membuat kontrak dengan pasien dan mempersiapkan alat untuk TAK. Kegiatan TAK dibuka dengan salam dan perkenalan dari 4 mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Praktikan menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan serta menginstruksikan apa yang akan dikerjakan oleh pasien selama mengikuti kegiatan TAK tersebut seperti menuliskan nama, asala, dan keinginan pasien saat itu. Setelah selesai melakukan ketiga hal tersebut pasien diminta untuk menggulung kertas tersebut untuk dimasukkan kedalam gelas. Kemudian ketika semua kertas sudah di gulung dan dimasukkan kedalam gelas, dilakukan pengundian bagi yang terpilih diwajibkan maju kedepan untuk memperkenalkan diri di depan pasien yang lain dan membacakan kertas harapan yang ditulisnya. Semua peserta mengikuti kegiatan dengan senang.

Menurut Keliat dan Akemat (2016), Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) adalah manual, rekreasi, dan teknik kreatif untuk memfasilitasi pengalaman seseorang serta meningkatkan respon sosial dan harga diri. Terapi aktivitas kelompok merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat atau ahli profesional lain kepada sekelompok pasien yang mempunyai masalah keperawatan yang sama. Terapi aktivitas kelompok dibagi sesuai dengan kebutuhan yaitu, stimulasi persepsi, sensori, orientasi realita, sosialisasi dan penyaluran energi. Terapi ini dilakukan dengan masing-masing pasien memperkenalkan diri dan menceritakan keadaan dirinya. Tingkat terapi kelompok ini diberikan sesuai dengan kemampuan pasien secara keseluruhan dan kondisi yang berlangsung saat itu.

Secara umum terapi aktivitas kelompok mempunyai manfaat yaitu meningkatkan kemampuan menilai dan menguji kenyataan (reality testing) melalui komunikasi dan umpan balik dengan atau dari orang lain; meningkatkan kemampuan sosialisasi pasien; meningkatkan kesadaran tentang pentingnya hubungan antara reaksi emosional diri sendiri dengan perilaku defensif (bertahan terhadap stress) dan adaptasi; membangkitkan motivasi bagi kemajuan fungsi-fungsi psikologis seperti kognitif dan afektif. Secara khusus tujuan terapi aktivitas kelompok yaitu meningkatkan identitas diri pasien; menyalurkan emosi pasien secara konstruktif, meningkatkan keterampilan hubungan sosial yang akan membantu pasien di dalam kehidupan sehari-hari; dan bersifat rehabilitatif yaitu meningkatkan kemampuan ekspresi diri, keterampilan sosial, kepercayaan diri, kemampuan empati, dan meningkatkan kemampuan tentang masalah-masalah kehidupan dan pemecahannya.

Terapi aktivitas kelompok memiliki tahapan yang terdiri dari empat fase yaitu fase pra kelompok, fase awal kelompok, fase kerja kelompok, dan fase terminasi. Pada fase pra kelompok dimulai dengan membuat tujuan terapi, menentukan leader, jumlah anggota, kriteria anggota, tempat dan waktu kegiatan serta media yang digunakan. Jumlah anggota pada terapi kelompok biasanya 7-8 orang. Sedangkan jumlah minimum 4 dan maksimum 10. Pada fase awal kelompok ditandai dengan timbulnya ansietas karena masuknya anggota kelompok, dan peran baru. Fase ini terbagi atas tiga fase, yaitu 1) Tahap orientasi. Pada fase ini anggota mulai mencoba mengembangkan sistem sosial masing-masing leader menunjukkan rencana terapi dan menyepakati kontrak dengan anggota; 2) Tahap konflik. Merupakan masa sulit dalam proses kelompok. Pemimpin perlu memfasilitasi ungkapan perasaan, baik positif maupun negatif dan membantu kelompok mengenali penyebab konflik. Serta mencegah perilaku perilaku yang tidak produktif; dan 3) Tahap kohesif. Anggota kelompok merasa bebas membuka diri tentang informasi dan lebih intim satu sama lain. Pada fase kerja kelompok dimana pada fase ini, kelompok sudah menjadi tim. Kelompok menjadi stabil dan realistis. Pada akhir fase ini, anggota kelompok menyadari produktivitas dan kemampuan yang bertambah disertai percaya diri dan kemandirian. Dan pada fase terminasi ditandai oleh perasaan puas dan pengalaman kelompok akan digunakan secara individual pada kehidupan sehari-hari. Terminasi dapat bersifat sementara (temporal) atau akhir.

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis tematik. Menurut Braun & Clarke (dalam Heriyanto, 2018) analisis tematik adalah cara untuk menganalisis data dengan tujuan untuk mengidentifikasi pola atau penentuan tema melalui data yang dikumpulkan peneliti. Penggunaan analisis tematik ini mudah digunakan karena aksesibilitas dan fleksibilitasnya, serta dapat menjelaskan sejauh mana fenomena terjadi melalui kacamata peneliti. Menurut Heriyanto

(2018) analisis tematik memiliki beberapa tahapan yaitu memahami data, menyusun kode, dan mencari tema. Pada tahap memahami data memiliki tujuan supaya peneliti merasa memahami isi data yang diperoleh dan menemukan beberapa hal di dalam data. Dalam tahap menyusun kode, peneliti melakukan koding dan meninjau kembali mana yang relevan dengan penelitiannya sehingga peneliti jadi lebih paham akan makna dari pernyataan partisipan atau subjek. Pada tahap mencari tema, peneliti menentukan tema apa yang akan muncul sesuai dengan data yang dimiliki. Dalam menentukan suatu tema langkah awal yang perlu dilakukan yaitu dengan menentukan tema tentatif. Tema tentatif didasarkan pada hasil observasi peneliti. Dalam penelitian ini tema yang ditemukan yaitu motivasi hidup rendah. Ketiga tahapan dalam analisis tematik yaitu:

1. Memahami Data

Memahami data fenomena yang sedang diteliti oleh peneliti merupakan suatu tahap yang sangat berharga untuk peneliti. Sebab peneliti harus menggali lebih dalam mengenai fenomena yang ia cari.

2. Menyusun Kode

Menyusun kode atau mengcoding, penelitilah yang menentukan data mana yang bisa diberikan kode. Dalam tahap ini, peneliti seolah mencari subjek dalam sebuah judul buku. Peneliti dapat membuat kode yang ia inginkan sesuai dengan apa yang tampak dari data penelitian tersebut.

3. Mencari Tema

Peneliti di tuntut untuk mencari tema yang menggambarkan sesuatu yang sesuai dengan apa yang ada di data mengenai rumusan masalah (Braun & Clarke, 2006) . Tema yang ditentukan berdasarkan atas hasil observasi yang telah dilakukan.

## Hasil

Perubahan pada subjek sebelum intervensi dilakukan yaitu subjek merasa gairah yang kurang bersemangat serta lebih sering bermalas-malasan, subjek juga terlihat sering melamun, murung dan keinginan berkumpul dengan keluarga cenderung rendah, juga subjek sering mengabaikan kebersihan dirinya baik itu mandi atau sekedar menyikat giginya, dalam hal komunikasi subjek juga terlihat cenderung rendah dan tidak mau berbincang dengan lingkungannya.

Perubahan subjek setelah intervensi yaitu subjek lebih menginginkan berjumpa dengan ibunya, juga subjek bercerita ingin memiliki rencana usaha setelah kembali ke rumah, juga subjek terlihat mulai menikmati kegiatan di bangsal seperti bernyanyi bersama dan melakukan aktivitas seperti jalan-jalan, dan juga subjek terlihat mulai peduli dengan badannya sehingga subjek mulai rutin untuk membersihkan dirinya, dan terlihat subjek mulai berkomunikasi dengan rekan-rekannya berbincang dan berinteraksi sosial yang terlihat mulai membaik.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang sudah dilakukan sebelumnya mengenai permasalahan subjek dapat dilihat dari munculnya perilaku seperti berikut :

**Tabel 1. Perubahan sebelum dan sesudah intervensi**

| Sebelum  | Sesudah                          |
|--|----------------------------------|
| 1. Gairah yang kurang bersemangat, malas-malasan | Menginginkan berjumpa dengan ibu |

|  |   |
|--|---|
| 2. Melamun, murung, keinginan berkumpul dengan keluarga cenderung rendah | Memiliki rencana usaha setelah kembali ke rumah (jualan)  |
| 3. Tidur/sekedar tiduran   | Menikmati kegiatan di bangsal seperti bernyanyi bersama dan melakukan aktivitas seperti jalan-jalan |
| 4. Mengabaikan mandi dan gosok gigi                                      | Rutin mandi dan gosok gigi  |
| 5. Komunikasi dengan lingkungan cenderung rendah                         | Komunikasi dengan rekan atau interaksi sosial di bangsal baik (dapat membaur)                       |

## Pembahasan

Bagi peneliti, pembahasan terkait skizofrenia ini sangat menarik, hal tersebut dikarenakan penderita skizofrenia sangat kurang terhadap gambaran dirinya. Keberhasilan kegiatan rehabilitasi sosial diindikasikan dengan perubahan klien terhadap dirinya (Dittmar, 2015). Namun demikian, sulit untuk penderita skizofrenia konsisten untuk melakukan perawatan dirinya secara mandiri. Karena adanya gangguan fungsi kognitif yang ditandai dengan ketidakmampuan dalam berpikir dan tidak realistis yang sering dikenal dengan halusinasi (Jhonson, 2007). Hal tersebut dapat membuat pengidap skizofrenia menarik diri dari lingkungan atau isolasi sosial. Penderita yang mengisolasi diri akan menyebabkan gambaran dirinya rendah, pasif, merasa tidak berguna, kurangnya minat, dan motivasi hidup yang rendah. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk memberikan solusi dengan terapi aktivitas kelompok dalam meningkatkan motivasi hidup terhadap pasien skizofrenia. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa adanya perubahan positif bagi subjek setelah dilakukannya intervensi.

Penelitian yang dilakukan ini menunjukkan hasil bahwa terdapat peningkatan motivasi hidup terhadap diri subjek. Hal ini selaras dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Abdillah Fatkhul Wahab pada tahun 2014 mengenai terapi aktivitas kelompok untuk meningkatkan motivasi menyebutkan bahwa terapi aktivitas kelompok memiliki persentase yang besar dalam upaya meningkatkan motivasi. Para ahli psikologi membagi motivasi kedalam tiga level secara umum yaitu motivasi tinggi, motivasi sedang, dan motivasi lemah (Wahab, 2014).

Penelitian ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Didin Wulandari (dalam Wahab, 2014) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi aktivitas kelompok (TAK) yang signifikan. Stimulasi Persepsi terhadap gangguan konsep diri (self image). Dikatakan memiliki motivasi yang tinggi apabila individu memiliki keinginan positif seperti harapan dan keyakinan dalam menjalani hidup yang lebih baik sehingga dapat mencapai tujuan hidup. Motivasi sedang apabila individu memiliki harapan tinggi tetapi memiliki keyakinan rendah dalam prestasi dan hasil yang dicapai serta tujuannya. Atau memiliki keyakinan tinggi namun harapan yang rendah bahwa dirinya dapat berprestasi dan berhasil dalam mencapai tujuannya. Terakhir yaitu motivasi lemah, dimana dalam diri mahasiswa atau siswa dalam proses belajar memiliki keinginan positif namun dalam dirinya memiliki harapan dan keyakinan yang rendah.

Berdasarkan hasil penelitian ini juga terdapat perubahan yang dialami oleh subjek yang lebih peduli serta lebih memiliki motivasi dalam hidupnya agar kedepannya subjek memiliki kehidupan yang lebih baik dari kehidupan sebelumnya, serta subjek lebih peduli terhadap lingkungannya. Subjek lebih merasa rindu dengan orang tuanya dan ingin bertemu dengan anaknya.

Penelitian ini juga memiliki keterbatasan dalam melakukan terapi tersebut. Kurangnya pengalaman serta referensi yang dimiliki oleh peneliti ketika melakukan kegiatan aktivitas kelompok di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang di bangsal 7 pria. Terapi aktivitas kelompok tersebut kami lakukan sepengetahuan kami dalam melakukan terapi aktivitas kelompok.

---

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok dapat meningkatkan motivasi hidup pada pasien skizofrenia ditandai dengan lebih percaya diri, menghargai diri sendiri, peduli terhadap dirinya sendiri, ada dorongan dalam diri untuk sembuh dan kembali dengan keluarga serta memiliki rencana usaha. Terapi aktivitas kelompok tersebut juga sudah mulai dilakukan di beberapa RSJ baik daerah maupun kota. Juga terapi aktivitas kelompok tersebut berdampak positif bukan hanya individu melainkan beberapa individu yang mengikuti terapi aktivitas kelompok tersebut.

## Acknowledgement

Pada kesempatan kali ini, kami mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT, penyandang dana, subjek dan seluruh keluarga subjek yang telah memberi banyak kemudahan dalam melakukan penelitian sehingga kami bisa berada di titik ini.

## Daftar Pustaka

- Abidah, F.R. (2020). Seberapa pentingkah mempelajari konseling keluarga. *Harian jurnal*, 1-10
- APA. (2013). *American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual on Mental Disorder* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Fatin, N., Diniari, N.K.S., & Wahyuni, A.A.S. (2020). Gambaran stigma terhadap penderita skizofrenia pada mahasiswa Universitas Udayana. *E-Jurnal Medika Udayana*, 9 (7), 75-79
- Fauziyatun, N. (2014). Faktor-faktor yang melatarbelakangi rendahnya motivasi belajar siswa kelas IX SMP Negeri 22 Semarang tahun ajaran 2013/2014. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Fitriani, A. (2018). Psikoterapi Suportif Pada Penderita Skizofrenia Heberfenik. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 13(2), 123-133.
- Heriyanto. (2018). Thematic analysis sebagai metode menganalisa data untuk penelitian kualitatif. *E-Journal Undip ANUVA*, 2(3), 317-324
- Hermiati, D., & Harahap, R.M. (2018). Faktor yang berhubungan dengan kasus skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 1(2), 78-92
- Keliat, B.A., Akemat. (2016). *Keperawatan Jiwa: Terapi Aktivitas Kelompok*. Jakarta: EGC.
- Kristanto, Y.D., & Padmi, R.S. (2020). Analisis data kualitatif: penerapan analisis jejaring untuk analisis tematik yang cepat, transparan, dan teliti. *SEAMEO QITEP*, 1-21
- Maulana, I., Hernawati, T., & Shalahuddin, I. (2021). Pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap penurunan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia : literature review. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ) : Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(1), 153-160
- Ningrum, S.A. (2021). Literature Review : Pengaruh terapi aktivitas kelompok (TAK) stimulasi persepsi terhadap kemampuan perawatan diri pada pasien skizofrenia tahun 2021. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan*, 1-12
- Nurhalimah. (2016). *Keperawatan jiwa*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Oltmanns, T. F., & Emery R. E. (2013). *Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Putri, A.W., Wibhawa, B., & Gutama, A.S. (2014). Kesehatan mental masyarakat Indonesia (pengetahuan dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental). *Prosiding KS: Riset & PKM*, 2(2), 147-300
- Putri, I.T., Safitri, I.R., & Herdaetha, A. (2019). Laki-laki 26 tahun dengan skizofrenia tak terinci : laporan kasus. *Jurnal UMS*, 1338-1347
- Raharjo, M. (2017). *Studi kasus dalam penelitian kualitatif: konsep dan prosedurnya*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim

- Sepalanita, W., & Khairani, W. (2018). Pengaruh terapi aktivitas kelompok dengan stimulasi persepsi terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(2), 426-431
- Suhendro, W. (2009). Psikoterapi pada penyakit skizofrenia. *OJS Unud*, 1-11
- Uno, H.B. (2017). Teori motivasi dan pengukurannya analisis di bidang pendidikan. Jakarta : Bumi Aksara
- Wahab, A.F. (2014). Pengaruh terapi aktivitas kelompok (TAK) terhadap peningkatan harga diri dan motivasi lansia. Surakarta: Universitas Sebelas Maret
- Yuniarwati, C.T. (2018). Meningkatkan motivasi belajar melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling pada siswa kelas XI APH 1 SMK N 1 Cepu Semester Gasal tahun 2017/2018. *ISSN*, 5(1), 1-11
- Yusuf. (2015). Rehabilitasi Masalah Psikososial dalam Keperawatan. Surabaya: BKKM