

Komunikasi Terapeutik Pada Orang dengan Gangguan Mental Illness

Liza Ulfah Nuarida Barus¹, Ferdial Fahrul Rozi SP², Galang Rivaldy Harahap³,
Hasan Sazali⁴, Maulana Andinata Dalimunthe⁵

¹²³⁴⁵Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

E-mail : ¹Lizaaabarus@gmail.com, ²Ferdial2505fahrul@gmail.com,

³Galangrivaldy23@gmail.com ⁴Hasansazali@uinsu.ac.id ⁵Maulanaandinatad@usu.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mencari jawaban dari penelitian tim peneliti guna mengetahui bagaimana penerapan strategi komunikasi terapeutik dalam penanganan pada orang yang memiliki gangguan kesehatan. Dalam penelitian ini kami mencoba mengetahui bagaimana peranan komunikasi terapeutik yang diterapkan dari perspektif orang tua yang memiliki anak dengan gangguan kesehatan mental. Tim peneliti menerapkan dan berpedoman pada teori penetrasi sosial. Teori penetrasi sosial ini merupakan sebuah teori yang dikembangkan oleh dua orang ahli sosiologi tepatnya di Amerika, ahli sosiologi tersebut bernama Irwan Altman dan Dalmis A. Taylor. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan penelitian lapangan digunakan dalam penelitian ini. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang tidak menggunakan perhitungan. Penelitian ini menghasilkan bahwa dari kedua narasumber, tidak semuanya menerapkan strategi komunikasi maupun strategi komunikasi terapeutik pada penanganannya.

Kata Kunci : *Komunikasi Terapeutik, Strategi, Kesehatan Mental*

Abstract

This study aims to find answers from the research team of the research team in order to find out how to apply therapeutic communication strategies in handling people who have health problems. In this study, we try to find out how the role of therapeutic communication is applied from the perspective of parents who have children with mental health disorders. The research team applies and is guided by the theory of social penetration. This social penetration theory is a theory developed by two sociologists in America, namely Irwan Altman and Dalmis A. Taylor. The research method used is a qualitative research method with field research used in this study. Qualitative research is research that does not use calculations. This study resulted that from the two sources, not all of them applied communication strategies or therapeutic communication strategies in their handling.

Keywords: *Therapeutic Communication, Strategy, Mental Health*

PENDAHULUAN

Komunikasi diinterpretasikan sebagai bagian yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena dengan berkomunikasi, manusia dapat berinteraksi dengan lincer antar satu sama lain. Karenanya, komunikasi memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Terkait dengan pentingnya komunikasi, komunikasi juga diartikan sebagai proses penyampaian informasi dari seseorang kepada orang lain guna memberitahu, mengubah sikap, pendapat, atau perilaku, baik secara langsung maupun tidak langsung. Menurut pendapat ahli, Judy C. Person dan Paul E. Nelson mereka

berpendapat bahwa komunikasi memiliki fungsi diantaranya adalah pertama, sebagai sarana bagi kelangsungan hidup diri sendiri yang meliputi keselamatan fisik, meningkatkan kesadaran diri, menampilkan diri kita sendiri kepada orang lain dan berguna untuk menggapai ambisi pribadi. Kedua, sebagai sarana untuk kelangsungan hidup masyarakat, khususnya untuk memperbaiki hubungan social dengan keberadaan suatu masyarakat (Pratiwi & Pertiwi, 2018).

Komunikasi secara harfiah memiliki dua aliran sistem komunikasi yaitu komunikasi verbal dan nonverbal. Menurut Larry A. Samovar dan Richard E. Porter, komunikasi nonverbal mencakup semua rangsangan (selain rangsangan verbal) dalam lingkungan komunikasi yang dihasilkan oleh individu dan penggunaan lingkungan oleh individu yang memiliki nilai. pesan potensial untuk pengirim atau penerima. Sedangkan, pesan-pesan nonverbal memiliki pengaruh yang sangat besar dalam berkomunikasi. Banyak yang mengartikan bahwa, isyarat nonverbal kebanyakan juga tidak universal, melainkan memiliki keterikatan dengan budaya, Jadi bisa tim penulis simpulkan bahwa komunikasi non verbal itu dipelajari, bukan bawaan dari diri. Selain itu, komunikasi juga memiliki peran yang sangat penting dalam memupuk konsep diri kita, pengembangan diri bagi kelangsungan hidup guna mendapatkan kebahagiaan dan terhindar dari hal-hal yang tidak diinginkan. Kendati demikian, lewat komunikasi dapat menghibur dan merajut hubungan dengan orang lain (Walansendow et al., 2017).

Dapat disimpulkan bahwa berhasil tidaknya suatu komunikasi terletak pada mengetahui dan mempelajari komponen-komponen yang terlibat dalam proses komunikasi. Komponen-komponen tersebut adalah pengirim pesan (Sender), penerima pesan (Receiver), pesan (Message), saluran (Channel) dan pengirim (Feedback). Dalam proses komunikasi, komponen-komponen tersebut merupakan kunci utama terjadinya komunikasi yang efektif, karena komunikasi yang tidak efektif adalah komunikasi tanpa arah atau tujuan. Dalam hal ini, komunikasi yang efektif diharapkan ketika penerima pesan memberikan umpan balik langsung kepada pengirim pesan yang diterima (Pratiwi & Pertiwi, 2018).

Di gempuran era sekarang, kalimat “Mental Illness” sudah tidak asing lagi bagi kita, dah bahkan, isu ini sedang digaungkan guna untuk mengerti para pengidap mental illness. Dilansir dari pernyataan data, World Health Organization (WHO) terdapat sekitar 450 juta orang terkena pengidap gangguan mental dan perilaku di seluruh dunia. Dan dari dampaknya, diperkirakan satu dari empat orang akan menderita gangguan mental selama masa hidup mereka. Menurut WHO regional Asia Pasifik (WHO SEARO) jumlah kasus gangguan depresi terbanyak di India (56.675.969 kasus atau 4,5% dari jumlah populasi), dan terendah di Maldives (12.739 kasus atau 3,7% dari populasi).

Sedangkan di Indonesia sendiri sebanyak 9.162.886 kasus atau 3,7% dari populasi. Sedangkan berdasarkan swaperiksa web PDKSJI (Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia) terdapat 64,8% dari 4.010 responden yang menderita masalah psikologis dalam lima bulan saat Covid-19 masuk ke Indonesia. Masalah psikologis ini antara lain cemas, depresi, dan trauma psikologis. Dan pada nyatanya, selama Covid-19 penderita gangguan psikologi terus meningkat penderitanya.

Dalam kehidupan sehari-hari, tidak bisa kita elakan bahwa banyak sekali tekanan dalam hidup yang kerap terjadi dalam diri kita sendiri, maupun dari orang lain. Pada hakikatnya, cara-cara kecil yang bisa menghargai, mendengarkan, merangkul, serta menentramkan jiwa seseorang merupakan suatu hal kecil namun berdampak baik bagi kesehatan mental kita. Secara sosial, banyak spekulatif bahwa kesehatan mental sendiri pada umumnya dipacu oleh keadaan jiwa yang merasa terancam, gelisah, maupun tidak diperhatikan oleh orang yang berada disekitarnya. Dari fenomena sosial ini, dapat kita ketahui bersama bahwa pentingnya komunikasi secara interpersonal bagi diri sendiri,

untuk menjaga kesehatan mental (Jebarus, 2017).

Menyoal tentang pentingnya komunikasi, fungsi komunikasi salah satunya ada pada ranah kesehatan. Dalam dunia kesehatan sendiri, ada yang dinamakan dengan komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik ini merupakan strategi komunikasi dalam kesehatan yang pada biasanya dilakukan oleh perawat kepada pasiennya. Mungkin kita bertanya-tanya, bagaimana seorang perawat menghadapi orang-orang yang mentalnya terganggu, emosinya tidak stabil, dan lain sebagainya dengan sikap tenang? Nah, dalam hal ini seorang perawat kepada pasiennya melakukan strategi komunikatif guna melakukan pendekatan dengan pasiennya. (Prasanti, 2017).

Proses interaksi manusia terjadi melalui jenis komunikasi verbal dan non verbal yaitu tertulis dan tidak tertulis, terencana dan tidak terencana. Dalam peranan seorang perawat menangani pasien yang terkena gangguan jiwa atau kesehatan mental, seorang perawat harus memiliki kemampuan komunikasi yang baik. Seorang perawat harus paham mengenai bahasa tubuh pasien. Jadi, kemampuan komunikasi sangat diperlukan dalam hal ini.

Dalam penelitian ini, tim peneliti menerapkan dan berpedoman pada teori penetrasi sosial. Teori penetrasi sosial ini merupakan sebuah teori yang dikembangkan oleh dua orang ahli sosiologi tepatnya di Amerika, ahli sosiologi tersebut bernama Irwan Altman dan Dalmas A. Taylor. Mereka mencoba mengembangkan konsep teori penetrasi sosial, untuk membantu strategi pemahaman dalam self-disclosure atau pengungkapan diri dengan konsep kedekatan hubungan dan tahapan yang harus dilalui masing masing individu agar dapat berjalan sebagaimana mereka bergerak dari derajat kedekatan yang minim ke hubungan yang lebih dekat lagi. Jadi, teori penetrasi sosial ini berupaya untuk mengidentifikasi proses peningkatan keterbukaan seseorang dalam menjalani hubungan dengan orang lain. Pada penelitian ini, tim penulis akan mencoba mencari jawaban dari penelitian tim peneliti guna mengetahui bagaimana penerapan strategi komunikasi terapeutik dalam penanganan pada orang yang memiliki gangguan kesehatan. Dalam penelitian ini kami mencoba mengetahui bagaimana peranan komunikasi terapeutik yang diterapkan dari perspektif orang tua yang memiliki anak dengan gangguan kesehatan mental.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan penelitian lapangan. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang tidak menggunakan perhitungan. Penelitian kualitatif ini menekankan pada makna, penalaran, definisi situasi tertentu (dalam konteks tertentu). Pendekatan kualitatif lebih pada proses daripada hasil akhir. Oleh karena itu, urutan kegiatan dapat berubah sewaktu-waktu, tergantung pada keadaan dan jumlah gejala yang diamati (Hadi, 2016). Subjek dalam penelitian ini adalah Ibu (Orang tua) dari anak yang memiliki gangguan kesehatan mental. Subjek penelitian dipilih secara matang dengan bantuan observasi singkat di awal, subjek penelitian juga dipilih berdasarkan kriteria informan yang telah ditetapkan oleh tim peneliti. Dalam hal ini, kami memilih 2 orang tua sebagai subjek penelitian.

Teknik pengumpulan data ini, menggunakan dua teknik, yaitu teknik observasi dan wawancara. Observasi yang dilakukan oleh tim peneliti yaitu dengan melakukan survey lapangan dan mengobservasi terkait target subjek dalam penelitian ini. Dan mengobservasi bagaimana komunikasi terapeutik dan penanganan oleh orang tua kepada anak yang memiliki gangguan mental. Dan wawancara yang dipilih oleh tim peneliti yaitu In Deep Interview atau yang biasa disebut dengan wawancara mendalam. Dalam hal ini peneliti akan bertatap muka secara langsung melakukan wawancara kepada subjek penelitian, guna mencapai tujuan penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari proses observasi subjek penelitian, pengumpulan data, dan serangkaian penelitian ini, penelitian ini membuahkan hasil penelitian bahwa seperti yang sudah dibahas sebelumnya bahwa gangguan kesehatan mental tidak bisa dianggap remeh. Dalam penangannya, bagi orang dekat dan terutama bagi yang menangani langsung orang pengidap gangguan kesehatan mental akan lebih baik jika melakukan dengan komunikatif, yaitu dengan menerapkan komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik ini bukan sekedar komunikasi biasa seperti yang sudah dibahas pada bab sebelumnya.

Pada bagian ini, tim peneliti mencoba meneliti dan menguraikan dari hasil analisis dan serangkaian penelitian yang sudah tim peneliti lakukan, dengan menerapkan metode penelitian, metode kajian teori, serta ditujukan untuk menjawab berbagai permasalahan yang sudah dijabarkan pada pembahasan diatas. Sehingga dapat disimpulkan hasil penelitiannya, sebagai berikut :

Komunikasi Terapeutik Orang Tua Pada Anak Yang Memiliki Gangguan Kecemasan (*Anxiety Disorder*)

Dalam melakukan observasi, tim peneliti menemukan keluarga yang didalamnya terdapat seorang anak yang memiliki gangguan kesehatan mental, namun tidak terlalu parah. Gangguan kesehatan mental yang dialaminya adalah gangguan kecemasan atau yang sering disebut dengan *Anxiety Disorder*. Gangguan kecemasan ini merupakan salah satu gangguan kesehatan mental yang dimana seseorang akan merasakan cemas secara berlebihan yang menetap dalam kurun waktu yang lama. Dan gangguan kecemasan berlebihan ini bisa dipicu oleh faktor-faktor yang relative biasa-biasa saja (Prabowo & Sihombing, 2010).

Dalam penelitian ini, tim peneliti melakukan wawancara secara mendalam dengan Ibu penderita anxiety sebagai orang tua dan sebagai orang yang merawat anaknya yang mengidap gangguan kecemasan. Orang tua BG (Nama inisial penderita) dan SS (Nama inisial orang tua penderita) nama disamarkan demi menjaga privasi dari keluarga tersebut. SS, orang tua BG mengaku menyadari bahwa BG telah mengidap gangguan kecemasan sejak ia kecil. BG mengalami gangguan kecemasan ketika keluarganya tinggal bersama dengan sanak saudaranya yang memiliki sikap tempramen tinggi. Pada saat itu, di masa kecil BG sering melihat secara langsung pertengkaran saudaranya yang kerap terjadi di semasa mereka tinggal bersama dengan saudaranya (Pamannya). Dan dampak yang terjadi pada Bg sampai sekarang, sampai ia duduk di sekolah dasar. Hal ini ditandai dengan rasa cemas yang menghantuinya ketika mendengar kata sekolah dan kata guru. Karena dari perpektif ibunya, BG sering menceritakan bahwa guru itu sering marah-marah kepada temannya, dan tak ayal sering mencubit ataupun lainnya.

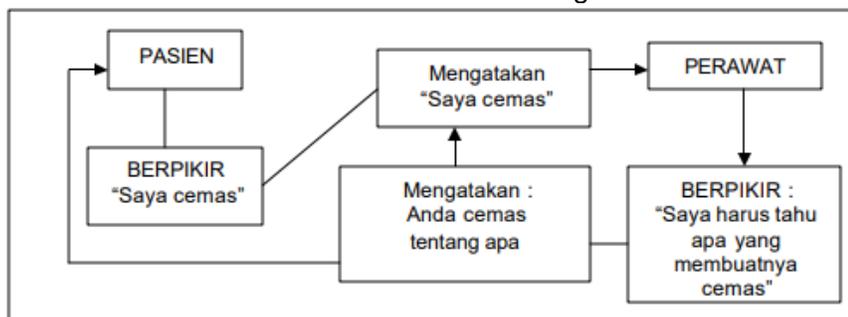
“BG setiap saya suruh sekolah, langsung lari, gamau bersiap pigi sekolah. Karena katanya takut sama guru, padahal gurunya ke BG juga tidak pernah marah ataupun nyubit. Hal ini saya ketahui sejak BG masuk sekolah, keemasannya sangat berlebihan. Jadi, dia mau sekolah kalau ibunya nungguin, kalau ibunya gak mau nungguin, dia gamau sekolah. Pernah waktu itu, saya cuma ngantar saja dia ke sekolah, tapi setelah saya pigi, dia narik-narik baju saya, minta ditungguin sekolah”.

Ungkap SS, selaku orang tua BG yang memiliki gangguan kesehatan mental, anxiety disorder, yang ibunya ungkapkan ketika tim peneliti melakukan wawancara secara mendalam. Lalu, dari tim peneliti, kami menanyakan, bagaimana SS merawat BG dengan perilaku keemasannya yang secara berlebihan dalam kehidupan sehari-hari.

“Kalau soal merawatnya ya, kami belum pernah secara rutin menterapkan BG ke psikolog, karena terkendala dengan biaya. Tapi saya selalu ajak dia ngomong,

ngomong dengan secara dekat, ngajak dia ngobrol. Dan saya juga melarang untuk kakak dan abangnya jangan pernah marah atau menakuti adiknya. Karena kadang kan iseng ya, jadi sering dijailin adiknya. Mungkin itu cara merawat keluarga saya pada BG”.

Jawab SS dalam wawancara mendalam tersebut. Dari wawancara ini tim peneliti dapat menyimpulkan bahwa dari keluarga BG sendiri belum paham dengan yang namanya apa itu komunikasi terapeutik. Dan dalam hal ini tim peneliti mencoba memberitahunya, dan memberikan strategi komunikasi terapeutik dalam penanganan gangguan kecemasan secara berlebihan oleh keluarga.



Gambar 1. Komunikasi Terapeutik yang Dilakukan Perawat Pada Penderita Gangguan Kecemasan

Komunikasi Terapeutik Pada Anak Yang Memiliki Gangguan Fobia Secara Berlebihan (*Agoraphobia*)

Berlatar dari penelitian sebelumnya, pada informan kedua, peneliti menemukan keluarga yang memiliki anak dengan gangguan kesehatan mental yang tidak parah, masih standar dan umum. Informan yang sebagai orang tua yang merawatnya berinisial (RH) dan anak yang mengalami penderita agrophobia berinisial (FD) lagi-lagi kami sebagai tim peneliti menyembunyikan identitas lengkap narasumber karena merupakan privasi dari keluarga tersebut. FD mengidap agrophobia sejak ia kecil, dan yang menjadi objek agrophobianya adalah badut. *Agrophobia* merupakan kondisi dimana seseorang mengalami traumatis lebih dari satu kali dengan serangan panis pada suatu objek/tempat tertentu. Sehingga penderita phobia akan takut dan menghindari objek/tempat dan kondisi tersebut (Ayuningtyas et al., 2018).

Dalam penelitian ini, tim peneliti juga melakukan wawancara secara mendalam kepada informan yang sudah ditetapkan, yaitu RH selaku orang tua dan Ibu yang sangat mengerti kondisi FD dan merupakan orang yang merawat FD dirumah. RH menyatakan bahwa FD mengalami gangguan yang berlebihan terhadap badut. Hal ini ia rasakan sejak ia kecil ketika takut melihat badut.

“Pada waktu kecilnya FD, saya pernah mengajak FD ke pasar malam, terus ada badutnya, entah kenapa FD tiba-tiba panik ketakutan. Jadi, sampai sekarang sampai kelas 2 SD ini, FD panis dan takut banget kalau liat badut”.

Selanjutnya, tim peneliti melanjutkan pertanyaan, dengan menanyakan kepada RH, bagaimana teknik ataupun strategi yang dilakukan dalam menghadapi dan menangani sikap takut FD jika ketemu badut?

“Saya selalu bilang ke FD, itu bukan badut tapi itu boneka orang. Kalau saya katakana itu boneka orang FD agak tenang”

Dari wawancara pada penelitian ini, dapat kita ketahui bahwa RH selaku ibu yang menangani dan merawat agrophobia dari FD yang takut akan badut. Ia melakukan teknik komunikasi, yang biasanya dalam kajian psikologi, teknik ini bernama Vidio Clip dalam Treatment yang dimana RH mengganti kata badut dengan boneka orang, dan ini termasuk

dalam unsur komunikasi terapeutik.

SIMPULAN

Dari penelitian ini dapat kita simpulkan bahwa komunikasi memiliki peranan yang penting bagi kesehatan jiwa, terkhusus pada penerapan komunikasi terapeutik dalam menangani dan merawat orang dengan gangguan mental. Dalam penelitian yang sudah peneliti dapat disimpulkan bahwa, pada penelitian dengan informan pertama, menghasilkan bahwa orang tua (SS) selaku orang yang merawat BG selaku anak yang mengidap anxiety disorder, belum menerapkan strategi komunikasi maupun komunikasi terapeutik guna membantu penanganan pada gangguan kesehatan mental. Sedangkan, pada narasumber pada penelitian kedua, RH selaku orang yang merawat FD, sudah melakukan strategi komunikasi dengan menerapkan strategi Video Clip dalam Treatment dengan taktiknya mengganti objek yang ditakuti menjadi objek yang tidak ditakuti.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, M., & Rayhani, M. (2018). Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>
- Hadi. (2016). Pemeriksaan Keabsahan. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 74–79.
- Jebarus, C. H. (2017). Dimensi teologis komunikasi terapeutik. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan Missio*, 9(2), 128–137.
- Prabowo, P. S., & Sihombing, J. P. T. (2010). Gambaran gangguan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas “X” angkatan 2007. *Jkm*, 9(2), 161–168.
- Prasanti, D. P. B. (2017). *Penggunaan Media Promosi Dalam Komunikasi Terapeutik Bagi Pasien Di Kab . Serang Studi Deskriptif Kualitatif tentang Penggunaan Media Promosi Dalam Komunikasi Terapeutik Tenaga Medis kepada Pasien di Puskesmas Tunjung Teja , Kab . Serang Ditha Prasanti Be.* 2(1).
- Pratiwi, R. D., & Pertiwi, D. S. (2018). Hubungan Komunikasi Terapeutik Dan Caring Rumah Sakit Umum Multazam Medika Bekasi Timur. *Edudharma Journal*, 2(2).
- Walansendow, V. L., Pinontoan, O. R., Rompas, S. S., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Ratulangi, U. S. (2017). 15828-31731-1-Sm. 5.