

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT SALING
LEMPAR, SALING KENAL: TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK (TAK)
MUSIK DAN BOLA UNTUK MENINGKATKAN EKSPRESI DIRI DAN
INTERAKSI SOSIAL DENGAN PASIEN ISOLASI SOSIAL DI
BANGSAL ABIMANYU RSJD DR. ARIF ZAINUDIN PROVINSI JAWA
TENGAH**

**Nur Sahid¹, Sitti Rahma Soleman², Lailatul Salsabela³, Fatikha Widyastuti⁴,
Muhammad Iqbal Zulkarnain⁵, Neiska Lala Putri Zayrika⁶, Nur Rohmanni Yuliana⁷,
Aminatun Indah Kumalasari⁸, Raditya Fajar Pratama⁹**

sahidnur668@gmail.com¹, sitti@aiska-university.ac.id², lailatulsalsabela1512@gmail.com³,
fatikhawidyastuti@gmail.com⁴, iqbalzulk7@gmail.com⁵, neiskalpz@gmail.com⁶,
nurrohmanniy@gmail.com⁷, aminatunindahkumalasari@gmail.com⁸, rfajarp31@gmail.com⁹

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Pasien dengan masalah isolasi sosial sering mengalami hambatan dalam mengekspresikan diri dan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Kondisi ini memerlukan intervensi terapeutik yang terstruktur dan menyenangkan agar pasien dapat kembali membangun kemampuan sosialnya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan ekspresi diri dan interaksi sosial pasien isolasi sosial melalui Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) “Saling Lempar, Saling Kenal” dengan media musik dan bola di Bangsal Abimanyu RSJD Dr. Arif Zainudin Provinsi Jawa Tengah. Metode yang digunakan adalah pelaksanaan TAK yang melibatkan pasien secara aktif dalam kegiatan bermain bola sambil mengenal diri dan anggota kelompok dengan iringan musik. Kegiatan ini dilaksanakan melalui tahapan persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan partisipasi pasien, keberanian dalam berkomunikasi, kemampuan menyebutkan identitas diri, serta interaksi sosial antar pasien. Terapi aktivitas kelompok dengan media musik dan bola terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam membantu pasien isolasi sosial meningkatkan ekspresi diri dan kemampuan berinteraksi sosial. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi alternatif terapi yang berkelanjutan di bangsal perawatan jiwa.

Kata Kunci: Isolasi Sosial, Terapi Aktivitas Kelompok, Musik.

ABSTRACT

Patients with social isolation problems often experience difficulties in self-expression and social interaction. This condition requires structured and enjoyable therapeutic interventions to help patients rebuild their social abilities. This community service activity aimed to improve self-expression and social interaction of patients with social isolation through Group Activity Therapy (GAT) entitled “Throwing and Getting to Know Each Other” using music and ball media at Abimanyu Ward, RSJD Dr. Arif Zainudin, Central Java Province. The method used was the implementation of group activity therapy that actively involved patients in ball games combined with self-introduction and group recognition accompanied by music. The activity was conducted through preparation, implementation, and evaluation stages. The results showed an increase in patient participation, confidence in communication, ability to introduce themselves, and social interaction among patients. Group activity therapy using music and ball media proved to be an effective non-pharmacological intervention in improving self-expression and social interaction in patients with social isolation. This activity is expected to be applied continuously as an alternative therapeutic approach in psychiatric wards.

Keywords: Social Isolation, Group Activity Therapy, Music.

PENDAHULUAN

Isolasi sosial adalah suatu pengalaman menyendiri dari seseorang dan perasaan segan terhadap orang lain sebagai sesuatu yang negatif atau keadaan yang mengancam. Ancaman yang dirasakan dapat menimbulkan respons, Respon kognitif pasien isolasi sosial dapat berupa merasa ditolak oleh orang lain, merasa tidak dimengerti oleh orang lain, merasa tidak berguna, merasa putus asa tidak mampu membuat tujuan hidup serta tidak mampu konsentrasi dan membuat keputusan. (Suerni1 & PH, 2021).

Menarik diri adalah gangguan perawatan diri, gangguan penampilan diri dan potensial terjadinya halusinasi bahkan keinginan untuk bunuh diri. Mengingat dampak yang timbul seperti menarik diri maka diperlukan tindakan asuhan keperawatan yang komprehensif dan intensif khususnya untuk menarik diri (Suerni1 & PH, 2019). Menurut (Latihan et al., 2021) Skizofrenia merupakan gangguan mental kronis dan parah yang mempengaruhi 20 juta orang di seluruh dunia. Skizofrenia ditandai dengan distorsi dalam berpikir, persepsi, emosi, bahasa, rasa diri dan perilaku. Pengalaman umum termasuk halusinasi (mendengar suara atau melihat hal-hal yang tidak ada) dan delusi keyakinan tetap.

Salah satu negara yang memiliki angka kejadian penyakit skizofrenia yang relative cukup tinggi adalah Indonesia. Angka prevalensi skizofrenia di Indonesia pada tahun 2023 naik menjadi 10% atau 10 dari 100 orang penduduk di Indonesia mengalami skizofrenia. Prevalensi skizofrenia tertinggi pada provinsi di Indonesia tercatat Yogyakarta sebagai urutan pertama (9,3%) dan Jawa Tengah (6,5%) pada urutan kedua (SKI, 2023). Sehingga masalah ini sangat perlu diteliti lebih lanjut. Rekam medis Rumah Sakit Jiwa di Daerah Surakarta tahun 2021 menunjukkan angka penderita gangguan jiwa sebanyak 23.984 sedangkan yang terdiagnosis Isolasi Sosial pada bulan juli terdapat 34 penderita, bulan agustus 7 sebanyak penderita, bulan September 8 penderita, bulan oktober 15 penderita, bulan November 53 penderita, bulan Desember 73 penderita. Berdasarkan data di wilayah Jawa Tengah tercatat tahun 2017 di Dinas Kesehatan Provinsi Jateng, satu dari empat orang atau sekitar 25% warga Jawa tengah menderita gangguan jiwa dengan kategori ringan. Sedangkan untuk katagori gangguan jiwa berat rata-rata 1,7 % atau kurang dari 12 ribu penderita.

Wilayah Kota Solo Pemkot Surakarta merilis dari data yang ada bahwa 2.095 warganya mengalami gangguan jiwa, sebanyak 760 orang terkena gangguan jiwa berat, sedangkan sisanya mengalami gangguan jiwa kategori ringan. Salah satu masalah gangguan jiwa yaitu Skizofrenia. Skizofrenia merupakan suatu gangguan jiwa berat yang ditandai penurunan atau ketidak mampuan berkomunikasi, gangguan realitas (halusinasi atau waham, afek yang tidak wajar atau tumpul gangguan kognitif (tidak mampu berfikir abstrak) serta mengalami kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari.

Gejala negatif dari skizofrenia sendiri adalah dapat menyebabkan pasien mengalami gangguan fungsi sosial dan isolasi sosial: mengisolasi diri. Kasus pasien gangguan jiwa yang mengalami gejala isolasi sosial sendiri tergolong tinggi yaitu 72% Meningkatnya pasien dengan gangguan jiwa ini disebabkan banyak hal. Kondisi lingkungan sosial yang semakin keras diperkirakan menjadi salah satu penyebab meningkatnya jumlah masyarakat yang mengalami gangguan kejiwaan. Apalagi untuk individu yang rentan terhadap kondisi lingkungan dengan tingkat kemiskinan terlalu menekan.

Penatalaksanaan keperawatan klien dengan gangguan jiwa adalah pemberian terapi modalitas yang salah satunya adalah Terapi Aktifitas Kelompok (TAK). Terapi aktivitas kelompok merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat pada sekelompok klien yang mempunyai masalah keperawatan yang sama. Aktifitas digunakan sebagai terapi, dan kelompok digunakan sebagai target asuhan (Fortinash & Worret, 2023). Terapi kelompok adalah metode pengobatan ketika klien ditemui dalam rancangan waktu tertentu dengan tenaga yang memenuhi persyaratan tertentu fokus terapi adalah membuat sadar diri (self-awareness). Peningkatan hubungan interpersonal, membuat perubahan, atau ketiganya. Kelompok adalah

suatu system social yang khas yang dapat didefinisikan dan dipelajari. Sebuah kelompok terdiri dari individu yang saling berinteraksi, interelasi, interdependensi dan saling membagikan norma social yang sama (Stuart & Sundeen, 2021).

Berdasarkan uraian di atas, kami terdorong untuk melakukan penyuluhan berupa pengabdian kepada masyarakat dengan judul: Terapi aktivitas kelompok (TAK) musik dan bola untuk meningkatkan ekspresi diri dan interaksi sosial dengan pasien isolasi sosial di bangsal Abimanyu yang mayoritas pasiennya merupakan pasien dengan diagnosa isolasi sosial.

METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini menggunakan pendekatan edukatif, suportif, dan terapeutik melalui implementasi Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) pada klien dengan masalah keperawatan isolasi sosial yang dirawat di Ruang Abimanyu Rumah Sakit Jiwa Daerah (RSJD) Arif Zainudin. Pendekatan tersebut dirancang untuk memfasilitasi klien agar mampu meningkatkan kemampuan interaksi sosial, membangun kepercayaan diri, serta mengurangi perilaku menarik diri melalui kegiatan kelompok yang terstruktur dan terarah. Secara operasional, pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Pengkajian (Identifikasi Masalah)

Tahap pengkajian dilakukan untuk mengidentifikasi permasalahan psikososial yang dialami pasien serta faktor yang memengaruhi interaksi sosial di lingkungan perawatan. Pengkajian dilakukan melalui wawancara, observasi, dan telaah dokumentasi rekam medis.

Hasil pengkajian menunjukkan bahwa sebagian pasien menunjukkan tanda isolasi sosial, meliputi:

- a. Menarik diri dari interaksi dengan lingkungan
- b. Minim kontak mata dan respons terhadap komunikasi
- c. Enggan terlibat dalam aktivitas kelompok
- d. Menunjukkan afek datar atau kurang ekspresif
- e. Kesulitan memulai percakapan dan mempertahankan hubungan sosial

Identifikasi permasalahan mengarah pada kebutuhan peningkatan kemampuan interaksi sosial melalui stimulasi aktivitas kelompok yang terstruktur, menarik, dan aman.

2. Tahap Perencanaan (Perumusan Kegiatan)

Pelaksanaan PKM dirancang dalam bentuk Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) berbasis media musik dan bola, yang dilakukan secara rutin terjadwal, dengan memfokuskan pada peningkatan partisipasi, komunikasi, serta ekspresi sosial pasien.

a. Tujuan Umum

Meningkatkan kemampuan interaksi sosial dan mengurangi perilaku menarik diri pada pasien dengan isolasi sosial melalui pelaksanaan TAK dengan media musik dan bola di Ruang Abimanyu RSJD.

b. Tujuan Khusus

- 1) Meningkatkan motivasi pasien untuk terlibat dalam kegiatan kelompok
- 2) Meningkatkan kemampuan pasien dalam menyapa, memperkenalkan diri, dan merespons anggota kelompok
- 3) Mengembangkan kemampuan komunikasi verbal sederhana dalam situasi sosial
- 4) Meningkatkan koordinasi motorik dan kerja sama melalui aktivitas menggunakan bola
- 5) Menurunkan ekspresi perilaku menarik diri selama aktivitas kelompok
- 6) Menciptakan suasana kelompok yang positif, aman, dan suportif

3. Tahap Pelaksanaan (Implementasi Kegiatan)

Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara bertahap dengan durasi 45–60 menit per sesi, meliputi:

- a. Pembukaan
 - 1) Menyapa peserta dan mengenalkan tujuan kegiatan
 - 2) Mengajak pasien menyebut nama dan perasaan saat ini
 - 3) Memberikan reinforcement positif untuk meningkatkan motivasi
- b. Aktivitas Musik
 - 1) Memutar musik instrumental dengan tempo ringan
 - 2) Mengajak pasien mengikuti ritme: menepuk tangan, mengangguk, atau bergerak sederhana

Tujuan: mengurangi ketegangan, meningkatkan fokus, dan membangun suasana positif

- c. Aktivitas Bola Berbasis Interaksi Sosial
 - 1) Pasien duduk melingkar
 - 2) Bola dilempar dari satu peserta ke peserta lain
 - 3) Setiap penerima bola menyebutkan: Nama Minat, hobi, atau jawaban atas pertanyaan sederhana
 - 4) Variasi kegiatan:
 - Menyebut nama teman sebelum melempar bola
 - Pergantian bola cepat
 - Kolaborasi dalam kelompok kecil

Tujuan: meningkatkan inisiatif bicara, mengenali rekan, melatih kerja sama, dan ekspresi diri

- d. Penutupan dan Refleksi
 - 1) Musik relaksasi dengan tempo lebih lambat
 - 2) Menanyakan perasaan pasien setelah mengikuti kegiatan
 - 3) Memberikan umpan balik positif dan pujian

4. Evaluasi

- a. Evaluasi Proses
 - 1) Dilakukan selama pelaksanaan kegiatan untuk menilai:
 - 2) Kehadiran dan partisipasi peserta
 - 3) Respons dan keterlibatan selama aktivitas
 - 4) Kemampuan mengikuti instruksi
 - 5) Suasana emosional, afek, dan perilaku non-verbal
 - 6) Keamanan dan kenyamanan selama kegiatan
 - 7) Instrumen evaluasi menggunakan:
 - 8) Lembar observasi perilaku
 - 9) Catatan lapangan (field notes)

- b. Evaluasi Hasil

Dilakukan untuk menilai dampak kegiatan terhadap kemampuan sosial pasien, mencakup:

- 1) Peningkatan kemampuan berbicara dan kontak mata
- 2) Meningkatnya interaksi dengan anggota kelompok
- 3) Penurunan perilaku menarik diri
- 4) Munculnya ekspresi afektif positif (senyum, tawa)
- 5) Peningkatan kemampuan kerja sama dan kemampuan mengikuti alur kegiatan

Penilaian dilakukan dengan:

- 1) Skala kemampuan interaksi social
- 2) Perbandingan perilaku sebelum dan sesudah kegiatan
- 3) Analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif

5. Dokumentasi dan Pelaporan

- 1) Seluruh rangkaian kegiatan didokumentasikan dalam format:
- 2) Daftar hadir peserta
- 3) Foto kegiatan (dengan persetujuan dan memperhatikan privasi)

- 4) Lembar observasi evaluasi proses dan hasil
- 5) Catatan insiden jika terjadi keadaan khusus
- 6) Laporan naratif pelaksanaan kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pelaksanaan kegiatan PKM dengan judul “*Saling Lempar, Saling Kenal: Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Musik dan Bola untuk Meningkatkan Ekspresi Diri dan Interaksi Sosial pada Pasien Isolasi Sosial di Bangsal Abimanyu RSJD Pemprov Jawa Tengah*” telah berjalan dengan baik dan sesuai dengan target sasaran yang direncanakan. Seluruh rangkaian kegiatan terlaksana sesuai rundown yang telah disusun oleh kelompok. Berdasarkan hasil observasi awal, diketahui bahwa pasien masih belum saling mengenal satu sama lain, sehingga tim memutuskan untuk melaksanakan terapi aktivitas kelompok sebagai upaya untuk meningkatkan interaksi serta membangun hubungan antar pasien.

Dalam kegiatan TAK, pasien diberikan latihan untuk saling berkenalan dan mengenal identitas masing-masing. Aktivitas dimulai dengan perkenalan diri, dilanjutkan dengan perkenalan antar pasien, dan kemudian membuat pohon harapan. Melalui kegiatan ini, diharapkan pasien mampu mempraktikkan kemampuan berinteraksi dan berkomunikasi di kehidupan sehari-hari di lingkungan bangsal.

Kegiatan TAK yang dilaksanakan pada hari Rabu, 10 Desember 2025, di ruang Arjuna RSJD dr. Arif Zainuddin Provinsi Jawa Tengah menghasilkan perkembangan yang positif. Pasien mampu melakukan perkenalan dengan baik, saling mengingat nama masing-masing, serta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama proses berlangsung. Respon positif tersebut menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok dapat memberikan dampak yang berarti dalam meningkatkan interaksi sosial pasien. Hasil kegiatan TAK disampaikan oleh observer dalam tabel berikut :

Tabel 1 Hasil Terapi Aktivitas Kelompok

Nama Pasien	Partisipasi dalam Kegiatan	Kemampuan Perkenalan & Mengingat Nama	Ekspresi Diri (Musik & Pohon Harapan)	Interaksi Sosial Selama TAK
Tn. J	Sangat baik, aktif mengikuti seluruh	Mampu memperkenalkan diri dan mengingat nama	Menunjukkan ekspresi positif, tersenyum, dan mau menuliskan	Interaksi baik, mampu merespons dan mengajak

	tahapan kegiatan	teman dengan cepat	harapan	bicara peserta lain
Tn. W	Baik, mengikuti instruksi dengan kooperatif	Mampu memperkenalkan diri dan menyebutkan nama teman	Dapat mengekspresikan perasaan dan menuliskan harapan di pohon harapan	Mulai terlibat aktif dalam diskusi ringan dan permainan bola
Tn. B	Kurang partisipatif, namun tetap hadir dan mengikuti sebagian besar kegiatan	Mampu berkenalan dan hafal nama setelah perkenalan, meskipun tampak ragu-ragu	Ekspresi diri minimal, menuliskan harapan dengan bantuan fasilitator	Interaksi terbatas, hanya menjawab ketika ditanya
Tn. M	Baik, antusias dalam setiap sesi	Mampu memperkenalkan diri dan hafal nama teman dengan jelas	Aktif menuliskan harapan dan mengekspresikan perasaan saat musik diputar	Aktif berkomunikasi, ikut memulai interaksi dengan peserta lain

Sebelum kegiatan TAK dimulai, kelompok terlebih dahulu memberikan penyuluhan mengenai isolasi sosial dengan tujuan meningkatkan pemahaman pasien mengenai dampak, keuntungan, dan kerugian dari perilaku menarik diri. Penyuluhan tersebut berlangsung dengan baik; pasien tampak antusias mendengarkan materi dan aktif mengikuti kegiatan. Kelompok juga berupaya menyampaikan materi dengan jelas karena telah dipersiapkan secara matang sebelum pelaksanaan.

Sebagai upaya lanjutan untuk meningkatkan ekspresi diri dan kemampuan bersosialisasi, pasien dianjurkan untuk menerapkan keterampilan yang telah dipelajari kepada pasien lain di bangsal. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, moderator menutup acara dengan menyampaikan ucapan terima kasih kepada peserta. Kegiatan tersebut sekaligus menjadi penutup dari pelaksanaan TAK di ruang Arjuna RSJD dr. Arif Zainuddin Provinsi Jawa Tengah.

Pembahasan

Pelaksanaan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) dengan judul “Saling Lempar, Saling Kenal: Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Musik dan Bola untuk Meningkatkan Ekspresi Diri dan Interaksi Sosial pada Pasien Isolasi Sosial di Bangsal Abimanyu RSJD Pemprov Jawa Tengah” berjalan sesuai target yang direncanakan. Semua rangkaian kegiatan terlaksana dengan baik mengikuti rundown yang telah disusun oleh tim pelaksana, mulai dari penyuluhan awal, kegiatan terapi hingga evaluasi penutup kegiatan.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar pasien masih menunjukkan perilaku menarik diri dan belum saling mengenal, yang merupakan manifestasi utama dari isolasi sosial pada gangguan jiwa. Isolasi sosial sering ditandai ketidakmampuan pasien untuk memulai atau mempertahankan hubungan interpersonal, sehingga berdampak negatif terhadap kualitas interaksi sosial (Mukharomatini et al., 2024). Kondisi ini mendasari

kebutuhan intervensi berbasis aktivitas kelompok sebagai strategi untuk meningkatkan kemampuan berinteraksi secara bertahap.

Pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) dalam kegiatan ini mencakup pengenalan diri, pengenalan antar pasien, serta pembuatan pohon harapan sebagai media ekspresi diri. Aktivitas musik dan permainan bola dirancang untuk meningkatkan motivasi pasien dalam berinteraksi, sekaligus memberi ruang ekspresif yang aman. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa intervensi aktivitas kelompok dapat secara signifikan meningkatkan kemampuan sosial dan interaksi pasien dengan masalah isolasi sosial setelah diberikan pembedaan sesi terapi secara terstruktur (Mukharomatin et al., 2024). Interaksi terstruktur dalam kelompok memberikan kesempatan personal untuk berlatih komunikasi verbal maupun nonverbal.

Penelitian Maulana et al. (2021) menunjukkan bahwa stimulus sensoris seperti musik dapat mempermudah pasien berkonsentrasi dan mengikuti aktivitas, sehingga menurunkan hambatan komunikasi. Efek menenangkan dari musik juga meningkatkan kesiapan pasien untuk terlibat dalam interaksi interpersonal selama TAK. Dalam praktiknya, musik yang diputar pada awal sesi terbukti membuat pasien lebih rileks, lebih mudah tersenyum, mengikuti instruksi, dan lebih terbuka untuk berbicara.

Selain itu, penerapan TAK pada pasien isolasi sosial juga terbukti efektif dalam penelitian lain yang menunjukkan peningkatan kemampuan berinteraksi dan penurunan tanda serta gejala isolasi sosial pada pasien setelah intervensi (Febrianti et al., 2024). Kehadiran unsur musik dan permainan seperti bola dalam terapi ini juga konsisten dengan temuan bahwa aktivitas kelompok dengan elemen permainan kreatif dan partisipatif dapat memperkuat keterampilan sosial dan ekspresi diri pasien. Walaupun belum semua penelitian secara langsung memasukkan olahraga atau musik, prinsip aktivitas kelompok dalam berbagai bentuk termasuk seni dan permainan menunjukkan efek positif yang konsisten terhadap peningkatan sosialisasi pasien (Dewi et al., 2024)

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pasien mampu memperkenalkan diri, mengingat nama teman bangsal yang juga terlibat dalam TAK, serta menunjukkan antusiasme selama proses berlangsung. Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa TAKS memiliki efek positif terhadap peningkatan kemampuan sosial dan interaksi pasien gangguan jiwa dengan masalah isolasi sosial (Mukharomatin et al., 2024). Selain itu, aspek antusiasme yang tinggi selama sesi terapi menandakan penerimaan sosial yang meningkat, yang merupakan indikator penting keberhasilan intervensi kelompok dalam konteks kesehatan mental.

Sebelum pelaksanaan TAK, penyuluhan mengenai isolasi sosial diberikan kepada pasien untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang dampak dan implikasi perilaku sosial menarik diri. Edukasi awal ini penting karena memberikan konteks yang diperlukan pasien agar dapat lebih memahami tujuan kegiatan terapi kelompok, sehingga partisipasi mereka menjadi lebih sadar dan proaktif (Febrianti et al., 2024). Pemberian penyuluhan juga bertujuan mendorong insight pasien terhadap pentingnya keterlibatan sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagai langkah lanjutan, pasien dianjurkan menerapkan keterampilan komunikasi yang dipelajari dalam interaksi sehari-hari di lingkungan bangsal. Latihan berulang dalam konteks sosialisasi yang aman sangat penting untuk memperkuat keterampilan interpersonal dan sebagai bentuk generalisasi terapi ke kehidupan nyata pasien. Penguatan praktik komunikasi sosial setelah terapi terbukti meningkatkan kemampuan bersosialisasi secara berkelanjutan pada pasien isolasi sosial (Mukharomatin et al., 2024).

Secara keseluruhan, pelaksanaan PKM ini menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok merupakan pendekatan efektif untuk meningkatkan ekspresi diri dan interaksi sosial pasien isolasi sosial di bangsal. Temuan ini konsisten dengan bukti ilmiah terkini

yang mendukung penggunaan intervensi kelompok dalam praktik keperawatan jiwa untuk mengatasi masalah isolasi sosial (Febrianti et al., 2024).

KESIMPULAN

Pelaksanaan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) “Saling Lempar, Saling Kenal” melalui Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) musik dan bola terbukti efektif dalam meningkatkan ekspresi diri dan interaksi sosial pada pasien dengan isolasi sosial di Bangsal Abimanyu RSJD. Seluruh kegiatan berjalan lancar dan pasien mampu mengikuti sesi terapi dengan baik. Musik membantu menciptakan suasana yang menyenangkan sehingga pasien lebih mudah membuka diri, sementara permainan bola dan aktivitas perkenalan mendorong mereka untuk saling mengenal dan berinteraksi.

Sebagian besar pasien menunjukkan peningkatan kemampuan komunikasi, mampu memperkenalkan diri, serta mengingat nama teman kelompok. Meskipun satu pasien menunjukkan partisipasi lebih rendah, tetap terdapat kemajuan positif dalam kemampuan berkenalan. Secara keseluruhan, program ini memberikan dampak positif terhadap kemampuan bersosialisasi dan mengurangi tanda-tanda isolasi sosial.

Saran

Kegiatan terapi aktivitas kelompok ini sebaiknya dilanjutkan secara berkala oleh rumah sakit untuk mempertahankan dan meningkatkan kemampuan sosial pasien. Perawat diharapkan terus menciptakan suasana yang suportif agar pasien merasa aman berinteraksi serta dapat mengembangkan keterampilan komunikasi yang telah dilatih. Pasien dianjurkan untuk mempraktikkan kemampuan sosial yang diperoleh selama terapi dalam interaksi harian mereka di bangsal. Selain itu, tim PKM maupun institusi pendidikan dapat menjadikan kegiatan ini sebagai model untuk pengembangan program intervensi kreatif lainnya yang mendukung peningkatan kesehatan jiwa dan keterampilan sosial pasien secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, S. A. S. U., Maulana, I., & Sriati, A. (2024). Penerapan socio-art therapy pada pasien isolasi sosial di rumah sakit jiwa Cisarua: Studi kasus. *SINERGI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(3), 61–70.
- Dini, F. (2024). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok (Tak) Terhadap Penurunan Frekuensi Halusinasi Pada Pasien Gangguan. 01(02), 100–107.
- Febrianti, S., Sundari, R. I., & Rahmawati, A. N. (2024). Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi Pada Pasien Isolasi Sosial. *Multidisciplinary Indonesian Center Journal (MICJO)*, 1(4), 1693–1698. <https://e-jurnal.jurnalcenter.com/index.php/micjo/article/view/304>
- <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/6924/pdf%0Ahttps://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/6924/0>
- Mane, G., Kuwa, M. K. R., Reong, A. R., Ekarista, M. Y., Lambertus, P., Vinsensius, F., & Sareng, V. F. A. D. (2022). Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Melatih Stimulasi Sensori; Bermain Ular Tangga Bersama Warga Disabilitas Mental Di Desa Du. *Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(6), 795–800. <https://doi.org/10.55983/empjcs.v1i6.308>
- Maulana, I., Hernawati, T., & Shalahuddin, I. (2021). Terapi Aktivitas Kelompok menurunkan Tingkat Halusinasi pada Pasien Skizofrenia: Literature Review | Maulana | *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia. Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(1), 153–160.
- Muhammad Chaidar, N., Ns Renta Sianturi, Mk., Ns Adelia Yasmin Syafitri, S. J., & Ns Anisa Noviana Herlambang, Sk. (2021). Aplikasi Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi pada Pasien dengan Isolasi Sosial. www.penerbitlitnus.co.id
- Mukharomatin, A. P., Maulana, I. A., Salsabila, N. A., Sholikhah, S., & Rokhman, A. (2024). Pengaruh terapi aktivitas kelompok sosialisasi terhadap kemampuan bersosialisasi dan interaksi sosial pada pasien gangguan jiwa dengan isolasi sosial. *El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6), 3247–3260.
- Ni'mah, A. F., Fitria, Y., Kurniawan, E. H., & Kusumaningsih, A. (2025). Penerapan terapi generalis

dan terapi aktivitas kelompok sosialisasi pada gangguan isolasi sosial: studi kasus. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 21–29.

Suhanda, S., Firmansyah, A., & Sangadah, L. N. Improving interaction ability in social isolation patients by application of group activity therapy. *JURNAL VNUS*.