

Intervensi *Art Therapy* untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Pasien Dewasa Skizofrenia Paranoid

Yunia Harniati^{1*}, Siti Muthia Dinni¹

[1] Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

Abstract

Schizophrenia is a psychotic disorder that arises from vulnerability or predisposition to developmental disorders and is also usually genetic. In overcoming paranoid schizophrenia, it can be done with art therapy. This study aims to determine the effectiveness of art therapy to increase self-esteem in paranoid schizophrenia patients. The research subject was a patient of "X" Mental Hospital in Central Java with paranoid schizophrenia disorder aged 48 years male, who showed a decrease in self-esteem after being discharged from the hospital. The data collection methods used were observation, interviews, and psychological tests. Psychological tests were given to the subject in the form of cognitive tests, namely SPM (Standard Progressive Matrices), Graphic test, Wartegg test, SSCT test (Sack's Sentence Completion Test), and DASS test (Depression Anxiety Stress Scales). This study used one research subject with a single case Pre-test Post-test Design. Researchers use art therapy to explore the subject's unconsciousness to the surface. In the end, the subject realized what was happening to him with the catharsis process and formed thoughts and feelings that were difficult to express. This helps the subject reduce the tension felt and increases self-esteem. Art therapy is given individually for five meetings. The results showed that the effectiveness of art therapy boosted self-esteem in paranoid schizophrenia patients. After being given the intervention, the subject showed changes from before and after being given the intervention. The subject realized that there were some things that he could not control. The subject also learned that there would be a way out from all the trials and events, even though it took time, so the subject began to open up to others, especially his wife.

Keywords: Intervation; Self Esteem; Art Therapy; Paranoid Schizophrenic; Adults

Info Artikel

Histori Artikel: Dikirim: 2023-09-25 | Diterbitkan: 2024-03-08

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v14i1.8812>

Vol 14, No 1 (2024) Halaman: 336 - 347

(*) Penulis Korespondensi: Yunia Harniati, Universitas Ahmad Dalan, Indonesia, Email: yuniaharniati@gmail.com



Ini adalah artikel akses terbuka yang disebarluaskan di bawah ketentuan [Lisensi Internasional Creative Commons Atribusi 4.0](#), yang mengizinkan penggunaan, penyebaran, dan reproduksi tanpa batasan di media mana pun dengan mencantumkan karya asli secara benar.

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan isu kesehatan yang penting di dunia dan menjadi isu global termasuk di Indonesia. Salah satu diagnose gangguan jiwa adalah skizofrenia, yaitu penyakit yang dapat menyebabkan gangguan pada persepsi, berpikir, berbicara, dan bergerak hamper semua aspek fungsi sehari-hari (Olivia., W, Wardani., I. Y, Hardayati., 2020). Menurut World Health Organization (WHO) skizofrenia dikaitkan kecacatan parah yang dapat mempengaruhi pendidikan dan prestasi kerja. Skizofrenia merupakan gangguan mental kronis dan serius yang

menyerang 20 juta orang di seluruh dunia. Ada 21 juta orang dengan skizofrenia, data Baseline riset kesehatan pada tahun 2018 di Indonesia terdapat sekitar 400.000 penderita skizofrenia, atau 1,7 dari 1000 penduduk (Depkes RI, 2019). Kota Cimahi termasuk menempati urutan tertinggi ke-6 di Jawa Barat dengan angka gangguan jiwa 14,4% (Hadiansyah & Praghlapati, 2020). Skizofrenia adalah penyakit mental yang dihasilkan dari kombinasi atau hubungan diathesis atau disebut juga sebagai kerentanan atau predisposisi perkembangan gangguan, biasanya genetic dari pengalaman hidup yang penuh tekanan (Nevid, 2005). Salah satu jenis diathesis adalah diathesis psikologis yang mencakup *trait* kepribadian yang maladaptif dan pola pikir negatif. Hal ini dapat meningkatkan kemungkinan individu mengalami masalah psikologis dalam menghadapi stress (Morris, 2008). Pasien dengan skizofrenia sering kali memiliki gejala positif, seperti halusinasi, delusi, dan gejala negative, seperti apatis, isolasi, pengabaian diri sendiri, kehilangan motivasi dan arah, serta emosi negatif (Picchioni & Murray, 2007). Menurut American Psychiatry Association (2013) salah satu jenis skizofrenia adalah skizofrenia paranoid dengan gejala berupa halusinasi, seperti suara-suara bisikan yang mengancam dan memberi perintah. Selain itu juga dapat berupa halusinasi auditorik tanpa bentuk verbal seperti bunyi pluit, mendengung, suara tawa serta waham dan keyakinan yang khas (Halgin, R. P., & Whitbourne, 2010).

Pada subjek skizofrenia di masa pemulihan tidak jarang membuat subjek mengalami harga diri rendah karena merasa penyakitnya sulit disembuhkan dan kurangnya penerimaan keluarga dan masyarakat. Menurut Stuart dan Sundeen salah satu faktor penyebab/ predisposisi terjadinya skizofrenia adalah faktor sikap atau perilaku (konsep diri/harga diri rendah). Konsep diri rendah, kurang percaya diri, kehilangan motivasi, kendali moral menurun, tidak mampu memenuhi kebutuhan spiritual merupakan faktor presipitasi atau pencetus terjadinya skizofrenia (Direja. et al., 2021). Townsend berpendapat bahwa orang dengan skizofrenia dapat memiliki keyakinan negatif tentang diri mereka sendiri, dunia, dan orang lain, seperti mengatakan bahwa mereka rentan, tidak berguna dan orang lain tidak dapat dipercaya. Hal ini dapat mengindikasikan bahwa penderita skizofrenia memiliki harga diri yang rendah dan jika berlangsung lama maka akan menjadi harga diri rendah kronik (HDRK) (Olivia., W, Wardani., I. Y, Hardayati., 2020). Yosep mengatakan harga diri rendah adalah perasaan tidak berharga, tidak berarti dan rendah diri dalam jangka panjang karena evaluasi yang negatif terhadap diri sendiri atau kemampuan diri. Adanya perasaan hilang kepercayaan diri, merasa gagal karena tidak mampu mencapai keinginan yang diharapkan (Ramadhani et al., 2021).

Hasil penjelasan tersebut sesuai dengan yang dialami oleh subjek dalam penelitian ini. Berdasarkan wawancara awal dengan subjek pada tanggal 31 April 2022. Subjek mengungkapkan bahwa Subjek menyelesaikan sekolah hingga kelas lima SD dengan alasan subjek merasa tidak nyaman, merasa bodoh. Subjek merasa tidak pernah dianggap dalam keluarganya, ketika subjek memiliki pendapat tidak pernah di hargai, sehingga subjek

berpikir subjek melakukan kesalahan sehingga orang tua subjek tidak menyukainya. Karena hal tersebut subjek merasa sia-sia bicara dengan orang tuanya karena tidak dianggap dan merasa tidak ada artinya untuk kedua orang tuanya. Bahkan subjek merasa gagal sebagai anak, dan kakak Karena tidak dapat mendidik adiknya dengan baik. Berdasarkan permasalahan yang dialami oleh subjek, salah satu intervensi psikologi dengan pendekatan psikodinamika yang efektif untuk gangguan *skizofrenia paranoid* yang memiliki harga diri rendah yaitu *expressive therapy* dengan metode *art therapy*. *Terapi ekspresif* dengan metode *art therapy* merupakan proses terapeutik yang menggunakan media seni sebagai asesmen dan intervensi. *Art therapy* mampu sebagai katarsis atau saluran untuk menjernihkan energy negatif untuk mengatasi tekanan hidup. Melukis adalah terapi efektif yang memiliki manfaat kesehatan sebagai pereda stress (Maftukha, 2017). *Art therapy* banyak digunakan untuk menyelesaikan konflik emosional dengan cara menyalurkan perasaan dan emosi nonverbal (Kartika, Yunita, 2017). Selain itu *Art therapy* juga dapat menangani kasus seperti stress *anxiety* (kecemasan), trauma, paranoid, dan skizofrenia (Pertiwi, 2017).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maftukha, 2020), hasil dari *Art therapy* yaitu mempercepat proses penyembuhan penderita psikotik dengan media terapi penyembuhan untuk permasalahan gangguan jiwa. Selain itu penelitian oleh (Hertinjung et al., 2020), *Art therapy* sangat penting untuk diberikan kepada penderita gangguan jiwa, selain untuk memulihkan kesehatan mental seperti kebahagiaan pasien, terapi ini juga bermanfaat dalam memberikan hiburan, kesenangan, serta juga memberikan ilmu sehingga dapat meningkatkan keterampilan yang berguna untuk lakukan di luar rumah sakit. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Teglbjaerg, 2011), hasil yang didapatkan setelah intervensi yaitu sangat baik dan analisis kualitatif menunjukkan bahwa efek positif dari *Art therapy* terutama disebabkan oleh penguatan kesadaran diri pasien. Manfaat terapi seni yang paling utama adalah memperkuat perasaan positif pada pasien. Hal ini dicapai dengan keterlibatan dalam proses artistik dan dengan refleksi estetika pada gambar yang dilukis. Perasaan diri yang lebih kuat mengurangi konflik interpersonal, meningkatkan harga diri mereka dan dengan demikian meningkatkan kompetensi sosial mereka. Penelitian yang dilakukan oleh (Ching-Teng et al., 2019), yang menunjukkan bahwa Dalam penelitian ini, *Art therapy* dapat diimplementasikan untuk orang dewasa dengan tingkat *self esteem* yang rendah. Kesenjangan yang ditemukan pada pasien menjadikan peneliti tertarik untuk memberikan intervensi psikologis kepada pasien yang memiliki *self esteem* rendah setelah pulang dari rumah sakit.

METODE

Desain Penelitian

Jenis pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen menggunakan rancangan *single case Pre-test Post-test Design*. Pada desain ini terdapat *pretest* sebelum perlakuan dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat. Hal tersebut dikarenakan dapat dilakukan perbandingan antara kondisi sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2014). Adapun tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas *art therapy* untuk meningkatkan *self esteem* pada subjek dengan skizofrenia paranoid di RSJ "X" di Jawa Tengah, dengan *art therapy* yang bertujuan untuk menggali *unconsciousness* subjek untuk muncul kepermukaan. Pada akhirnya subjek menyadari apa yang terjadi pada dirinya dengan adanya proses katarsis dan membentuk mengekspresikan pikiran, perasaan, yang sulit diungkapkan. Hal tersebut

membantu peserta untuk mengurangi ketegangan yang dirasakan sehingga dapat meningkatkan *self esteem* subjek

Partisipan

Penelitian ini melibatkan 1 subjek berjenis kelamin laki-laki berusia 48 tahun yang mengalami gangguan skizofrenia paranoid yang memiliki harga diri rendah.

Instrumen

Peneliti melakukan asesmen kepada subjek menggunakan metode observasi, wawancara dengan subjek (Autoanamnesa) dan keluarga (Alloanamnesa) untuk mengetahui kondisi dan riwayat kehidupan subjek, alat tes psikologi yaitu SPM (*Standard Progressive Matrices*) untuk mengukur taraf intelegensi subjek, tes Grafis dan Wartegg untuk mengungkap kepribadian subjek, tes SSCT (*Sack's Sentence Completion Test*) untuk melihat hubungan subjek dengan lingkungannya, dan tes DASS (*Depression Anxiety Stress Scales*) untuk melihat tingkat depresi, cemas, dan stres subjek. Asesmen yang dilakukan untuk mengungkap kepribadian dan gangguan klinis yang dialami oleh subjek. Secara khusus peneliti memberikan gambaran mengenai rancangan intervensi yaitu, intervensi yang dilakukan kepada subjek terdiri dari lima pertemuan meliputi *pretest*, penyampaian hasil asesmen dan teknik intervensi, pelaksanaan teknik intervensi *Art Therapy* dan evaluasi/*follow up*. Metode yang digunakan dalam intervensi yaitu, metode ceramah, metode ini dilakukan dengan memberikan arahan mengenai pemilihan media, bahan, alat (kuas), dan warna kepada subjek. Metode tanya jawab juga digunakan untuk memberikan kesempatan untuk subjek jika belum memahami intruksi. Selanjutnya metode praktik langsung, subjek dapat mempragakan langsung dalam proses melukis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dimulaipada tanggal 31 April 2022 – 10 Juni 2022. Hasil yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan tes psikologi yaitu secara kognitif subjek. Secara kognitif subjek dapat memahami dengan cukup baik intruksi yang disampaikan meskipun ada pertanyaan yang membutuhkan pengulangan ketika diinstruksikan, Subjek juga dapat berkomunikasi dengan baik menggunakan bahasa verbal maupun nonverbal, dimana subjek dapat menggunakan bahasa Indonesia dan Jawa dengan baik. Subjek merupakan individu yang ingin dilihat prestasinya sehingga berperilaku rajin disertai dengan pola pikir yang imajinatif, kreatif, dan memiliki ketelitian sehingga berpegang teguh pada prinsip serta norma. Meskipun subjek memiliki dorongan kuat tetapi tidak diimbangi dengan kemauan mengakibatkan subjek memiliki konsentrasi lemah, tidak memiliki tujuan yang jelas, subjek memiliki fantasi yang besar dengan tidak mengakui kenyataan. Subjek memiliki Ketumpuhan intelektual yang mengakibatkan proses berpikir subjek lamban, sehingga subjek memiliki kesulitan dalam keinginan untuk maju.

Secara emosi subjek memiliki Kepekaan terhadap emosi, sehingga subjek terlihat lembut dan tenang, namun mudah terpengaruh yang mengakibatkan kecemasan, mudah tersinggung, dan frustrasi. Disisi lain subjek memiliki hambatan perasaan dan emosi yaitu kompulsif, agresif dan emosional, hal tersebut berusaha dikontrol agar tampak stabil, namun hal tersebut membuat subjek tidak asertif yang mengakibatkan subjek bersikap sering melamun, menghindari konflik, dan menjadi kurang percaya diri. Terlihat dari subjek yang merasa tidak mampu dan tidak berdaya untuk mengungkapkan pendapatnya kepada ayah subjek. Bahkan merasa gagal dan putus asa sebagai seorang kakak. Sehingga

subjek hanya memendam perasaan yang subjek rasakan selama ini. Disisi lain subjek memiliki ego yang kuat dan merasa mampu namun karena memiliki traumatis di masa lampau dan pengalaman emosional yang menyebabkan kesan negatif. Sehingga subjek merasa tertekan secara neurotis (keadaan emosional yang negative atau cemas) yang menimbulkan ketidak mantapan emosional yaitu sensitif, seperti sering menentang hatinya sendiri, perasaan bersalah, ragu-ragu, pemalu, merasa tegang, Impulsive dan insecure, yang kemudian mengakibatkan adanya kecenderungan abnormal seperti adanya kondisi depresif. Sesuai dengan hasil tes SSCT (*Sack's Sentence Completion Test*) yang telah dilakukan, bahwa subjek mengalami kondisi depresi sangat berat dengan skor 30, kecemasan dalam derajat sangat parah dengan skor 22, dan stress sedang dengan skor 22. Hal tersebut mengakibatkan adanya ketidak stabilan pada subjek namun subjek berusaha untuk mengontrol yang akhirnya subjek merasa tertekan sehingga mudah frustrasi yang mengakibatkan paranoid yaitu rasa takut yang besar, yang menyebabkan schizoprenia.

Secara sosial subjek mampu melakukan penempatan diri dalam lingkungan dikarenakan subjek fleksibilitas, sangat sederhana, dan berusaha mengsinkronkan masa lalunya dengan masa yang akan datang, namun subjek juga membutuhkan waktu lebih lama dalam penyesuaian diri. Selain itu subjek termasuk individu yang mementingkan penempatan diri dalam lingkungan, namun subjek memiliki konflik dalam hubungan dengan manusia. Sehingga adanya kebutuhan untuk menutupinya. Hal tersebut mengakibatkan subjek mengabaikan hal kecil, kurang konsisten, dan melakukan penarikan diri yang berakibat kekurangan ketegasan diri dan ketergantungan pada orang lain.

Peran orang tua sangat berpengaruh terhadap subjek, fungsi ayah subjek mengalami hambatan dalam melakukan peranannya dan otoritas ayah kurang. Sedangkan penerimaan dan fungsi ibu juga dirasa kurang sebagai tempat berlindung, hal tersebut membuat subjek merasa dikucilkan sehingga adanya kebutuhan terhadap perhatian. Subjek juga memiliki keinginan yang sedang di proses, namun subjek memiliki keinginan terlalu banyak yang tak disertai dengan kemampuan sehingga adanya aktifitas yang tidak terkendali. Salah satu keinginan subjek yaitu subjek mencoba untuk menyeimbangkan kehidupannya yaitu dengan memelihara keluarga, namun penerimaan kurang dari lingkungan sosial yang mengakibatkan adanya ekstrem yang abnormal seperti adanya waham kebesaran pada subjek. Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan tes psikologi, maka disimpulkan salah satu masalah yang subjek alami yaitu memiliki harga diri yang rendah.

Berikut hasil pemaparan intervensi *ekspressif therapy* dengan metode *art therapy* terdiri dari lima pertemuan yang bertujuan untuk meningkatkan *self esteem* pada subjek dengan skizofenia paranoid. Intervensi di dilaksanakan mulai tanggal 17 April 2022 – 10 Juni 2022. Berikut pemaparan implementasi dan hasil intervensi.

Table 1. Pelaksanaan Intervensi

Pertemuan	Waktu	Bentuk Kegiatan	Tujuan	Hasil
Pertemuan 1	Minggu 17 April 2022 12:10 – 12:40	1. Membangun raport 2. <i>Pre- test</i>	1. Membangun raport dengan subjek dan keluarga 2. Mengetahui tingkat depresi, stress, cemas pada subjek sebelum diberikan intervensi	Depresi skor 30 Kecemasan skor 22 Stress skor 22

Pertemuan 2	22 April 2022 10:00 – 13:00	1. Penyampaian hasil assessment dan tehnik intervensi 2. Psikoedukasi pada keluarga	1. Menyampaikan bentuk intervensi yang akan diberikan 2. Pemberian informasi mengenai kondisi subjek pada anggota keluarga. memberikan pemahaman tentang perlakuan yang akan diberikan kepada subjek agar tidak kambuh kembali. Serta memberikan arahan kepada keluarga untuk memotivasi subjek	Subjek dan keluarga memahami permasalahan yang sedang dihadapi, yaitu memiliki <i>self esteem</i> yang rendah dari berbagai masalah yang dialami sehingga menimbulkan gejala pada diri. Gejala-gejala tersebut antara lain kurangnya percaya diri, merasa putus asa, merasa terabaikan, bahkan sulit mengungkapkan perasaan dan pikirannya kepada orang lain yang di akibatkan peristiwa yang di alaminya. Setelah diberikan psikoedukasi, keluarga memahami kondisi yang dialami oleh subjek saat ini serta memahami dinamika subjek mengalami gangguan. Keluarga subjek juga lebih memahami tindakan dalam melakukan perawatan kepada subjek.
Pertemuan 3	Minggu 22 Mei 2022 14:30 - 16:30	1. Menjelaskan <i>art therapy</i> 2. <i>Who am I?</i> 3. Mengenal dan Mengekspresikan Emosi	1. Memberikan penjelasan mengenai intervensi yang akan diberikan 2. Membantu subjek untuk menenali dirinya 3. Mengidentifikasi mengenai emosi yang dirasakan subjek, mengidentifikasi mana yang termasuk emosi positif atau negatif, mengekspresikan emosi melalui garis dan warna	Subjek mampu mengenali dan memahami dirinya sendiri, hal tersebut ditandai dengan subjek yang dapat menuliskan kelebihan dan kekurangannya melalui gambar pintu dan dengan jumlah yang seimbang. Subjek menuliskan kelebihan yaitu memiliki empati yaitu mudah kasihan, kreatif, mandiri, dan penyayang. Sedangkan kelemahannya yaitu emosional, pelupa, susah bangun, dan boros. Subjek mampu mengidentifikasi perasaan negatif dan positif yang pernah mereka rasakan selama ini, dengan kesimpulan yaitu subjek lebih banyak mengalami emosi negatif dibandingkan dengan emosi positif. Subjek telah mengekspresikan

				emosi-emosi yang pernah dirasakan melalui gambar garis dan warna sesuai dengan persepsi dan pengalaman masing-masing subjek
Pertemuan 4	27 Mei 2022 14:30 - 16:30	1. <i>Sketch Map of Life</i> (Sungai kehidupan) 2. Aku ingin menjadi apa 3. <i>Extreme Negative</i> (Lepaskan Emosi) 4. Give love 5. Pemberian Tugas	1. subjek mampu mengidentifikasi masalah yang ada semasa hidupnya dan mampu mengekspresikan dirinya 2. membantu subjek menyadari keinginannya 3. Membantu subjek untuk menyadari dan mengekspresikan perasaan yang sedang dialaminya 4. Memberikan energy positif 5. Sebagai media subjek agar mengetahui, mengidentifikasi, dan mengekspresikan emosi-emosi yang dirasakan subjek dalam kehidupan sehari-hari	Subjek mampu mengidentifikasi masalah yang ada semasa hidupnya dan mampu mengekspresikan dirinya melalui media menggambar sungai kehidupan yang berisikan peristiwa hidup. Subjek bersedia untuk berproses meskipun merasakan ketidak nyamanan namun tetap bersedia mengikuti sesi hingga selesai. Subjek mampu mengidentifikasi dan menyadari hal yang mengganggu subjek saat ini dengan menuliskan hal tersebut pada media kertas yang telah dipersiapkan. Subjek mampu membuat perencanaan untuk masa depannya dengan menuliskan keinginannya di masa depan.
Pertemuan 5	10 Juni 2022 14:30 - 16:30	• <i>Post-test</i> • <i>Evaluasi/follow up</i>	1. Untuk mengetahui perkembangan dan hambatan-hambatan selama proses terapi. 2. Untuk mengetahui keefektifan terapi dan tingkat depresi, stress, cemas setelah diberikan intervensi.	Subjek memiliki keinginan untuk berubah untuk menjalani kehidupannya. Subjek menjadi lebih nyaman dan menerima keadaan. Subjek memiliki motivasi untuk menjadi lebih baik. Subjek merasakan adanya sedikit perubahan dalam dirinya. Dahulu subjek selalu melakukan represi sekarang subjek lebih sering berdiskusi dengan istrinya. Pendampingan yang telah dilakukan kepada subjek dan pihak keluarga, membuat keluarga menjadi

paham mengenai kondisi subjek dan lebih memahami cara yang harus dilakukan dalam menghadapi subjek.

Table 2. Hasil pre-tes dan post-test Intervensi

	<i>Pre-tes</i>	<i>Post-tes</i>
Depresi	30 (sangat parah)	23 (parah)
Kecemasan	22 (sangat parah)	20 (sangat parah)
Stres	22 (sedang)	19 (sedang)

Table 3. kesimpulan hasil evaluasi intervensi *Art Therapy*

Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
sebelum intervensi subjek lebih memilih untuk menghindari masalah dengan diam. Meskipun akan marah subjek tidak tahu harus bagaimana untuk mengekspresikannya, sehingga subjek hanya memendam.	Sekarang subjek mulai untuk lebih terbuka bahkan hal kecilpun terkadang akan subjek sampaikan/ungkapkan kepada istrinya sedikit demi sedikit. Sekarang subjek juga mulai kembali bekerja dan terlihat menikmati pekerjaannya.
sebelumnya subjek merasa rendah diri, merasa apa yang subjek lakukan sia-sia. Bahkan subjek merasa gagal sebagai anak, dan kakak Karena tidak dapat mendidik adiknya dengan baik.	Subjek menyadari bahwa subjek tidak dapat terlalu berharap pada orang lain ataupun adiknya untuk berubah. Karena memang ada beberapa hal yang tidak dapat di kontrol oleh diri sendiri seperti pemikiran, ucapan dan perilaku orang lain. saat ini subjek mencoba untuk membahagiakan diri sendiri dengan begitu subjek dapat membahagiakan diri sendiri, keluarganya dan orang yang menyayangnya. Subjek juga menyadari dari semua cobaan dan peristiwa yang terjadi pasti ada jalan keluar meskipun membutuhkan waktu.
Berdasarkan hasil intervensi yang diberikan, subjek menunjukkan perubahan yang diukur berdasarkan skor GAF (<i>global assessment of functioning</i>). Skor yang diperoleh sebelum dilakukan intervensi sebesar 40-31 (beberapa disabilitas dalam hubungan dengan realita dan komunikasi, disabilitas berat dalam beberapa fungsi)	Setelah dilakukan intervensi meningkat menjadi 60-51 (gejala sedang/moderate, disabilitas sedang).

Subjek adalah anak pertama dari empat bersaudara yang memiliki tiga adik yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Subjek mendapatkan pola asuh yang *inconsisten* dari orang tuanya. Pola asuh yang di terapkan oleh ayah yaitu otoriter, sedangkan pola asuh ibu yaitu *permissive neglectful*. Pada saat kecil subjek tidak terbiasa untuk menyampaikan perasaannya, subjek juga sering menyembunyikan masalah yang dialaminya. Hal tersebut menjadikan subjek terbiasa melakukan *repress*, untuk menyelesaikan setiap permasalahan yang dialaminya. Sehingga subjek juga mudah frustrasi dan cenderung tidak stabil secara emosi. Berdasarkan semua hasil asesmen, permasalahan yang dialami subjek saat ini adalah permasalahan gangguan skizofrenia paranoid. Penderita skizofrenia akan mengalami gangguan dalam kognitif, emosional, persepsi serta gangguan dalam perilaku (Maryatun, 2015). Menurut pedoman diagnosis gangguan jiwa rujukan ringkas dari PPDGJ-III dan DSM-IV TR menunjukkan beberapa

kriteria gejala *Skizofrenia Paranoid* yaitu preokupasi dengan satu atau lebih waham dan halusinasi dengar yang berulang kali. Suara halusinasi yang mengancam atau memberikan perintah, halusinasi auditorik tanpa bentuk verbal berupa bunyi. Halusinasi pembauan atau pengecapan rasa/bersifat seksual dll. halusinasi visual mungkin ada tetapi jarang menonjol. Waham dikendalikan, dipengaruhi, passivity, dan keyakinan dikejar.

Skizofrenia prevalensinya sama pada laki-laki dan perempuan, perbedaannya tergantung pada onset dan perjalanan penyakit. Usia puncak onset untuk laki-laki adalah 15 sampai 25 tahun, untuk wanita usia puncak adalah 25-35 tahun. Onset skizofrenia sebelum usia 10 tahun atau setelah usia 50 tahun sangat jarang terjadi (Wijayanti, A, Puspitosari, 2014). Penyebab dari skizofrenia belum diketahui. Berbagai faktor seperti faktor genetik, stabilitas mental, kepribadian dan faktor lingkungan diduga berperan dalam meningkatkan jumlah penderita skizofrenia di dunia. Faktor genetik seperti peranan neurotransmitter dopamin yang terlalu aktif sehingga mengacaukan kerja otak (Cowan & kandel, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Zahnia. S, Sumekar., (2016), terdapat beberapa faktor yang berperan dalam timbulnya skizofrenia yaitu faktor genetik, biologis, biokimia, psikososial, status sosial ekonomi, stress, serta penyalahgunaan obat. Selain itu faktor-faktor lain yang berperan terhadap skizofrenia adalah umur, jenis kelamin, pekerjaan, status perkawinan, dan status ekonomi.

Menurut Davison & Neale dalam *diathesis stres* gangguan yang dialami seseorang tidak mungkin disebabkan oleh faktor tunggal namun ada faktor lainnya yang juga berperan dalam gangguan. Faktor-faktor tersebut seperti karakteristik kepribadian, pengalaman masa kecil, strategi menghadapi stres, stresor yang dialami dimasa dewasa serta berbagai faktor lainnya (Al Amin, 2021). Subjek memiliki kerentanan psikologis yang melibatkan gaya berfikir yang cenderung mempersepsikan diri tidak berdaya seperti selalu melakukan represi atas permasalahan yang menyimpannya. Subjek juga mempersepsikan dirinya sebagai individu yang tidak mampu dalam melakukan sesuatu hal seperti menjalin hubungan yang harmonis dengan adik serta mampu mengungkapkan pendapat kepada ayahnya, sehingga subjek merasa putus asa serta sulit dalam mengungkapkan perasaannya.

Hasil dari asesmen menunjukkan bahwa gejala-gejala yang ditemukan pada subjek sesuai dengan pedoman penegakkan skizofrenia paranoid pada PPDGJ-III dan DSM-IV TR. Adapaun gejala yang tampak pada subjek yaitu muncul halusinasi auditorik subjek mendengar suara-suara seperti suara lampu yang berdengung, suara kendaraan yang berisik dan mendengar suara yang memberinya perintah untuk berlari. Subjek juga muncul halusinasi visual berupa aura jahat dari iblis. Waham pada subjek yaitu waham kebesaran melihat dan bertemu si embah (gaib) atau sunan kali jaga. Subjek juga muncul waham kejar berupa bayangan menyeramkan yang berusaha mengejar dan menyakiti keluarganya. Perilaku bizarre juga muncul ketika subjek kambuh yaitu mondar-mandir tanpa tujuan, subjek lebih sensitive, marah, membakar prabotan rumah tangga seperti bantal dan selimut. Dalam kasus ini, terapis menggunakan pendekatan psikodinamika. Menurut Freud, psikoanalisa juga mendasarkan pemikirannya ada proses bawah sadar yang membentuk perilaku dan penyimpangan perilaku sebagai akibat proses tidak sadar. Proses ketidak sadaran sebagai energi psikis yang mendapatkan represi yang terus menerus tanpa sublimasi akan memunculkan gejala yang berakibat pada neurosa dan berlanjut pada gangguan mental (Zaenuri, 2005).

Hal tersebut sejalan dengan apa yang dialami oleh subjek dikarenakan subjek selalu memendam emosi-emosi negatif karena merasa kurang diperhatikan orang tua, dan merasa tidak di pahami, sehingga subjek memiliki *ego weakness*. Hal tersebut

menimbulkan konflik dalam diri subjek yaitu merasa putus asa, ragu dan terus merasa khawatir, merasa bersalah mengakibatkan subjek kurang percaya diri dan merasa rendah diri. Pada akhirnya subjek tidak dapat mengungkapkan perasaannya dan merasa tertekan yang menyiksa dirinya dengan perasaan-perasaan negative yang subjek rasakan. Freud, dengan pendekatan psikodinamika menyatakan bahwa munculnya konflik pada diri seseorang adalah karena adanya dorongan-dorongan yang saling bertentangan yaitu adanya ketidak seimbangan antara id, ego dan superego yang mengakibatkan seseorang memiliki *tension*.

Intervensi dengan pendekatan psikodinamika yang efektif untuk gangguan *skizofrenia paranoid* yaitu *expressive therapy* dengan metode *art therapy*. *Terapi ekspresif* dengan metode *art therapy* merupakan proses terapeutik yang menggunakan media seni sebagai asesmen dan intervensi. Penggunaan aktivitas seni sebagai terapi didasarkan pada asumsi bahwa gambar merupakan bentuk komunikasi dimana jarang dilakukan resistensi oleh individu, dan memberi individu cara baru untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya (Alvina & Kurnianingrum. W, 2018). Terapi seni banyak digunakan untuk menyelesaikan konflik emosional dengan menyalurkan perasaan dan emosi nonverbal (Kartika, 2017). *Art therapy* dengan menggambar diterapkan karena adanya anggapan dasar bahwa subjek dengan harga diri rendah akan dapat mengekspresikan perasaan melalui terapi seni. Terapi seni dapat mengkaji tingkat perkembangan, status emosional subjek dengan harga diri rendah, hipotesa diagnostiknya, serta melakukan intervensi untuk mengatasi masalah subjek harga diri rendah (Mulyawan & Agustina, 2019). Hal tersebut didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa terapi seni diimplementasikan untuk orang dewasa dan tingkat harga diri yang rendah (Ching-Teng et al., 2019). Penelitian yang dilakukan kepada subjek berusia 38 tahun penderita *skizofrenia* dengan menggunakan *art therapy* mendapatkan hasil yang cukup positif sehingga *art therapy* cukup efektif untuk diberikan pada pasien skizofrenia, Namun demikian, pemberian *art therapy* tidak bisa menghilangkan gejala waham dan halusinasi subjek. Sehingga subjek tetap harus rutin dalam meminum obat yang telah diresepkan oleh dokter (Maulana, 2021).

Selain itu, terapis juga memberikan psikoedukasi atau *family psychoeducation* (FPE), Pendekatan FPE awal muncul dari penelitian yang menunjukkan hubungan antara iklim emosional dalam keluarga dan kemungkinan individu untuk kambuh yang disebut dengan *Expressed Emotion* (EE). Salah satu penelitian menemukan bahwa ada kemungkinan kekambuhan yang lebih besar dalam keluarga yang menunjukkan tingkat tinggi dari tanggapan kritis, bermusuhan atau terlalu terlibat (emosi yang diekspresikan atau tinggi, EE tinggi) terhadap individu daripada di keluarga yang menunjukkan EE rendah (Harvey, 2018). Penelitian lain menunjukkan bahwa keparahan penyakit, status kesehatan mental, beban pengasuhan, dan fungsi keluarga memiliki efek langsung pada emosi yang diekspresikan. Sementara itu, stigma memiliki efek tidak langsung pada emosi yang diungkapkan, dimediasi melalui beban pengasuhan dan status kesehatan mental pengasuh keluarga (Srihachin et al., 2016).

SIMPULAN

Dalam penelitian ini *ekspresif therapy* dengan metode *art therapy* meskipun hasilnya tidak menunjukkan perbedaan yang besar namun menunjukkan adanya peningkatan *self esteem* pada subjek sesuai yg diungkapkan oleh subjek yaitu saat ini subjek mencoba untuk membahagiakan diri sendiri dengan begitu subjek dapat membahagiakan keluarganya dan orang yang menyayangnya. Subjek mulai mengungkapkan isi hatinya

pada istrinya. Subjek juga menyadari dari semua cobaan dan peristiwa yang terjadi pasti ada jalan keluar meskipun membutuhkan waktu. Selain itu berdasarkan perbandingan hasil tes DASS antara *pre-test* dan *post-test* terlihat ada penurunan yaitu depresi skor 30 menjadi 23, kecemasan skor 22 menjadi 20, stress skor 22 menjadi 19. Adanya perubahan positif pada subjek didukung dengan komitmen subjek yang kooperatif menyelesaikan semua sesi hingga akhir. Subjek juga menyadari bahwa Subjek butuh pertolongan dari profesional sehingga memiliki komitmen yang baik dalam menyelesaikan intervensi. Faktor yang dapat memengaruhi peningkatan *self esteem* subjek yaitu dukungan dari keluarga, lingkungan dan komitmen subjek. Subjek juga diharapkan untuk menyalurkan pikiran dan perasaannya melalui hal yang disukai oleh subjek agar dapat mengurangi represi yang dilakukan. Anjuran ini diberikan karena subjek memiliki beberapa hal yang disukai, seperti olah raga dan menggambar. Keluarga diharapkan untuk terus memberi dukungan secara emosional dan memberikan apresiasi kepada subjek agar subjek merasa dirinya tidak sendiri dan memiliki *support system* yang kuat sehingga subjek menjadi lebih nyaman dalam bersosialisasi.

REFERENSI

- Al Amin, M. F. (2021). Meningkatkan keterampilan sosial pasien skizofrenia katatonik melalui social skill training. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 9(3), 107–112. <https://doi.org/10.22219/procedia.v9i3.16455>
- Alvina, & Kurnianingrum. W. (2018). Penerapan Art Therapy Untuk Meningkatkan Self-Esteem Anak Usia Middle Childhood. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 198. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1595>
- Ching-Teng, Y., Ya-Ping, Y., & Yu-Chia, C. (2019). Positive effects of art therapy on depression and self-esteem of older adults in nursing homes. *Social Work in Health Care*, 58(3), 324–338. <https://doi.org/10.1080/00981389.2018.1564108>
- Cowan & kandel. (2021). *Psychology Of Adjustment 2nd Edition*. New Jersey: Prentice.
- Direja., A. H. S., Ningrum., T. P., & .E, E. (2021). Hubungan Harga Diri Dengan Kejadian Skizofrenia Pada Pasien Yang Dirawat Dirumah Sakit Khusus jiwa soepraptop Bengkulu. *Info Kesehatan*, 11(2), 413–420. <https://doi.org/10.30643/info.kesehatan.v11i2.257>
- Hadiansyah, T., & Praghlapati, A. (2020). Kecemasan Keluarga Dalam Merawat Klien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 7(1), 25–29. <https://doi.org/10.33867/jka.v7i1.161>
- Halgin, R. P., & Whitbourne, S. K. (2010). *Psikologi Abnormal (Perspektif Klinis Pada Gangguan Psikologis)*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Harvey, C. (2018). Family psychoeducation for people living with schizophrenia and their families. *BJPsych Advances*, 24(1), 9–19. <https://doi.org/10.1192/bja.2017.4>
- Hertijung, W. S., Mardani, E. D., & Kamala, A. (2020). Terapi Seni untuk Meningkatkan Kebahagiaan Pasien Skizofrenia RSJ yang Menjalani Rehabilitasi. *University Research Colloquium*, 84–89. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1128>
- Kartika, Yunita, A. (2017). *Pengaruh Pemberian Terapi Seni Dengan Metode Menggambar Terhadap Penurunan Stres Kerja Pada Mahasiswa Yang Bekerja*. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/8138>
- Maftukha, N. (2017). Art Therapy Seni Lukis Ekspresif Untuk Penderita Gangguan Kejiwaan Di Unit Informasi Layanan Sosial Meruya. *Narada Jurnal Desain Dan Seni*,

- 4(3), 325–333.
<http://publikasi.mercubuana.ac.id/index.php/narada/article/view/3230/1783>
- Maftukha, N. (2020). Art Therapy Olah Garis Dan Warna Untuk Psikotik Di Unit Informasi Layanan Sosial (Uils) Meruya. *Jurnal Abdi Masyarakat (JAM)*, 5(2), 34.
<https://doi.org/10.22441/jam.2020.v5.i2.008>
- Maryatun, S. (2015). Peningkatan Kemandirian Perawatan Diri Pasien Skizofrenia Melalui Rehabilitasi Terapi Gerak. *Artikel Penelitian Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 2(2), 108–114. https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jk_sriwijaya/article/view/2360/1225
- Maulana, . A. M. (2021). Mengatasi psychological emptiness pada penderita skizofrenia dengan Art Therapy. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 9(2), 55–61.
<https://doi.org/10.22219/procedia.v9i2.16299>
- Mulyawan, M., & Agustina, M. (2019). Terapi Kreasi Seni Menggambar Terhadap Kemampuan Melakukan Menggambar Bentuk pada Pasien Harga Diri Rendah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 8(01), 380–387.
<https://doi.org/10.33221/jiiki.v8i01.325>
- Olivia., W, Wardani., I. Y, Hardayati., Y. A. (2020). Peningkatan Harga Diri Klien Skizofrenia melalui Praktik Klinik Online. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(4), 481–494.
- Pertiwi, E. M. P. (2017). Pengaruh Guided Imagery Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Smp. *Disertasi*.
<http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/1093>
- Picchioni, M. M., & Murray, R. M. (2007). Schizophrenia. *British Medical Journal*, 335(7610), 91–95. <https://doi.org/10.1136/bmj.39227.616447.BE>
- Ramadhani, A. S., Rahmawati, A. N., & Apriliyani, I. (2021). Studi Kasus Harga Diri Rendah Kronis pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 9(2), 13–23.
<https://jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/download/117/91>
- Srikhachin, P., Thapinta, D., Sethabouppha, H., & Thungjaroenkul, P. (2016). *Expressed Emotion among Family Caregivers*. 4, 337–349. <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/PRIJNR/article/view/56401>
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*.
- Teglbjaerg, H. S. (2011). Art therapy may reduce psychopathology in schizophrenia by strengthening the patients' sense of self: A qualitative extended case report. *Psychopathology*, 44(5), 314–318. <https://doi.org/10.1159/000325025>
- Wijayanti,. A, Puspitosari, . W. A. (2014). Hubungan Onset Usia dengan Kualitas Hidup Penderita Skizofrenia di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II Bantul Yogyakarta. *Mutiara Medika*, 14(1), 39–45.
<http://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/2469/2449>
- Zaenuri, A. (2005). Estetika Ketidaksadaran: Konsep Seni menurut Psikoanalisis Sigmund Freud (1856-1939) (Aesthetics of Unconsciousness: Art Concept according Sigmund Freud Psychoanalysis). *Harmonia: Journal of Arts Research and Education*, 6(3), 7–10.
- Zahnia, S, Sumekar., D. W. (2016). Kajian Epidemiologis Skizofrenia. *Majority*, 5(5), 160–166. <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/904/812>