



Psychosocial Interventions for Patients in the Rehabilitation Room of Naimata Mental Hospital

Intervensi Psikososial Terhadap Pasien Di Ruang Rehabilitasi Rumah Sakit Jiwa Naimata

Claudia Madyatric Sariano^{1*)}, Aprilia Natasya Aurola Asbanu², Marike Magi Tada³, Manggota Alviani Benga Tokan⁴, Deverio Y Boling⁵, Ifandry Mega Wati Ndu Ufi⁶, Marleny Purnamasary Panis⁷, Pasifikus Christa Wijaya⁸

Published online: 6 July 2025

ABSTRACT

The lack of self-acceptance, low self-esteem, and insufficient social support can lead to inner conflicts both with oneself and with those around, which can hinder the healing process of patients at Naimata Regional Mental Hospital. Psychosocial intervention activities are conducted as support in the healing process of patients in the rehabilitation room of Naimata Regional Mental Hospital. The psychosocial intervention activities utilize a psychoeducation method with three techniques: sharing sessions, art therapy, and forgiveness therapy. Through the psychosocial intervention activities conducted for patients in the rehabilitation room of Naimata Regional Mental Hospital, it was found that the patients actively participated in these activities. The success of the three techniques is measured by the achievement of the goals of each technique applied to the patients, and these techniques are considered successful because each patient participated in the activities and understood them. This understanding was assessed through several questions related to the three techniques: sharing sessions, art therapy, and forgiveness therapy. This process is expected to be useful and beneficial for patients to help enhance inner peace and accelerate the healing process of patients at Naimata Regional Mental Hospital.

Keywords: Patients; Regional Mental Hospital; Sharing Session; Art Therapy; Forgiveness Therapy

Abstrak. Kurangnya penerimaan diri, rendahnya harga diri, dan kurangnya dukungan sosial, dapat menjadi konflik batin baik dengan diri sendiri maupun dengan orang di sekitar, yang mana hal ini dapat menghambat proses penyembuhan pasien di Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata. Kegiatan intervensi psikososial yang dilakukan sebagai dukungan dalam proses penyembuhan para pasien di ruang rehabilitasi Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata. Kegiatan intervensi psikososial yang dilakukan menggunakan metode psikoedukasi dengan tiga teknik yang digunakan yakni *sharing session*, *art therapy*, dan *forgiveness therapy*. Melalui kegiatan intervensi psikososial yang dilakukan kepada para pasien di ruang rehabilitasi Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata, didapati hasil bahwa para pasien mengikuti kegiatan ini dengan berpartisipasi aktif, keberhasilan dari ketiga teknik ini diukur dengan ketercapaian tujuan dari setiap teknik yang diaplikasikan kepada para pasien dan ketiga teknik ini dikatakan mencapai tujuan karena setiap pasien mengikuti kegiatan tersebut dan memahaminya ini diukur dengan beberapa pertanyaan yang diajukan berkaitan dengan ketiga teknik tersebut yakni *sharing session*, *art therapy*, dan *forgiveness therapy*. Proses ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat bagi para pasien untuk membantu meningkatkan perdamaian dalam diri dan mempercepat proses penyembuhan para pasien di Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata.

^{1,2*)3,4,5,6,7,8} Universitas Nusa Cendana, Jln. Adisucipto
Penfui, Kelurahan Penfui, Kecamatan Maulafa, Kota
Kupang, Nusa Tenggara Timur, Kode Pos 85228,
Indonesia

*) *corresponding author*

Claudia Madyatric Sariano
Universitas Nusa Cendana
Email: sarianoclaudia@gmail.com

Keywords: Pasien; Rumah Sakit Daerah Jiwa; Sharing Session; Art Therapy; Forgiveness Therapy

PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan mental atau jiwa adalah hal yang sangat penting untuk dijaga, sama halnya dengan kesehatan fisik. WHO atau *World Health Organization* mendefinisikan kesehatan mental sebagai sebuah kondisi di mana individu memiliki kesejahteraan yang menyadari seberapa besar potensi dirinya sendiri serta dapat mengatasi berbagai macam tekanan yang ada dalam kehidupan serta dapat bekerja secara produktif dan mampu memberikan kontribusi kepada orang-orang di sekitarnya (Fakhriyani, 2019). Kesehatan Mental menurut Bahri, (2016) adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan yang mengitari. Kondisi yang memungkinkan adanya perkembangan optimal secara fisik, intelektual, dan emosional, sepanjang hal itu juga sesuai dengan keadaan orang lain. Jika kesehatan mental terganggu maka akan membuat kehidupan menjadi kurang nyaman, seperti gampang stres, lelah, dan bosan (Rahmawaty et al., 2022). Selain itu, sebuah masyarakat yang baik adalah masyarakat yang memungkinkan perkembangan ini bagi anggotanya, sekaligus menjamin kesejahteraan masyarakat itu sendiri (Ardiansyah et al., 2022).

Kesehatan mental dapat menurun dan menyebabkan individu mengalami gangguan pada mental atau jiwa yang sering disebut dengan distress psikologik. Distress psikologik menandakan bahwa individu sedang mengalami beberapa perubahan psikologis yang diakibatkan oleh beberapa situasi atau kondisi tertentu. Menurut Kemenkes, (2014) dalam Mane et al., (2022) menjelaskan bahwa orang dengan gangguan jiwa atau ODGJ adalah individu yang mengalami gangguan pikiran, perilaku, dan perasaan yang ditunjukkan dalam gejala-gejala dan perubahan perilaku yang bermakna, serta dapat menimbulkan penderitaan dan hambatan pada individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Kondisi orang dengan gangguan jiwa dapat diatasi dengan baik apabila pergi ke pusat pelayanan kesehatan jiwa yang mana dalam hal ini merupakan Rumah Sakit Jiwa dan tidak dapat berkembang menjadi gangguan mental yang lebih serius atau yang disebut dengan psikotik (Panni et al., 2021). Orang dengan gangguan jiwa memerlukan proses penyembuhan melalui program kombinasi antara medis dan psikologi, yang mana secara medis orang dengan gangguan jiwa mengkonsumsi obat-obatan secara teratur serta memerlukan dukungan psikososial untuk dapat sembuh (Ekasari & Agus, 2020).

Rumah Sakit Jiwa (RSJ) memainkan peran penting dalam penanganan gangguan mental dengan menyediakan layanan rehabilitasi bagi pasien dengan gangguan psikososial. Rehabilitasi sendiri merupakan rangkaian usaha yang terdiri dari upaya medis sosial, serta vokasional untuk dapat melatih seseorang agar dapat mencapai kemampuan fungsional sebaik mungkin. Pelayanan rehabilitasi yang digunakan untuk orang dengan gangguan jiwa berat seperti skizofrenia adalah tindakan rehabilitasi psikiatri atau rehabilitasi sosial (Korobu, 2015).

Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata, merupakan salah satu pusat layanan kesehatan jiwa yang berada di Jl. Taebenu, RT.007/RW.003, Naimata, Kec. Maulafa, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur. Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata sendiri memiliki Dokter yang bertugas, Psikiater yang siap untuk membantu pasien yang datang dan memantau kondisi pasien yang ada, apoteker yang bertugas di apotek. Ada pula Perawat, pekerja sosial yang selalu siap membantu dan melayani para pasiennya. Beberapa ruangan yang dimiliki juga belum bisa dinyatakan lengkap untuk Rumah sakit Jiwa, beberapa fasilitas yang dimiliki juga belum begitu lengkap terkhusus pada ruangan rehabilitasi yang nyatanya belum memiliki fasilitas yang lengkap untuk melangsungkan proses intervensi. Kekurangan instruktur dalam melaksanakan program menjadi salah satu hal sulit karena nyatanya perawat yang ada di ruangan reliabilitas hanya dua orang saja, lalu mereka juga tidak memiliki Psikolog Klinis yang bertugas juga membuat para perawat sedikit kesulitan. Hal ini membuat Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata masuk dalam kategori C (menengah) yang bisa menampung 50 pasien. Selain fasilitas seperti ruang rawat inap, ruang isolasi, apotik, dan laboratorium, di rumah sakit daerah jiwa naimata juga menyediakan fasilitas berupa ruang rehabilitasi. Di mana di ruangan ini, berfungsi untuk membantu pasien meningkatkan kesehatan mental dan kemandirian para pasien. Selain itu, para pasien juga dapat semakin mengasah keterampilan mereka, seperti dalam hal memasak, melukis, berolahraga, berkebun, dan bernyanyi.

Lingkup Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata, pemanfaatan ruang rehabilitasi tidak hanya menjadi ruang untuk meningkatkan kesehatan mental para pasien tetapi juga dapat membantu pasien dalam proses penyembuhan selain dengan menerima terapi, perawatan, dan pengobatan. Di ruang rehabilitasi sendiri, jumlah pasien yang berkunjung variatif. Dalam satu hari kunjungan, pasien dibagi secara berkelompok dengan rentangan empat sampai belasan pasien. Secara umum, pasien yang berkunjung ke ruang rehabilitasi ini, adalah pasien yang sudah sedikit lebih tenang dari kondisi sebelumnya, seperti sudah tidak ditemukan agresivitas maupun gaduh gelisah. Hal ini berarti pasien yang menerima program rehabilitasi hari itu, dapat dikatakan sudah lebih tenang dari pada kedatangan awalnya ke Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan bersama para perawat, didapati bahwa yang di ruang reliabilitas hanya terdapat dua perawat yang saling bekerja sama dalam menjalankan program intervensi yang berlangsung setiap harinya. Hal ini membuat kedua perawat sedikit keteteran pada kegiatan rehabilitasi selain itu di ruang rehabilitasi juga Tidak didapati tenaga yang secara langsung mempelajari mengenai kesehatan mental seperti psikologi yang membuat para perawat menjadi semakin kewalahan dalam memberikan intervensi kepada para pasien.

Secara umum, pasien di Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata khususnya adalah pasien dengan gangguan kejiwaan seperti skizofrenia. Ketika sudah lebih tenang, dan sudah menjalankan kegiatan rehabilitasi, para pasien sering didapati mengalami masalah seperti rendahnya penerimaan terhadap keadaan diri, harga diri yang rendah, dan kurangnya dukungan sosial dari keluarga dan masyarakat sekitar. Oleh karena itu, banyak dari mereka yang mengalami gangguan pada kejiwaan yang penyebabnya tidak terlepas dari permasalahan dengan orang-orang di sekitar khususnya keluarga.

Masalah-masalah ini menghambat pemulihan pasien, sehingga memerlukan intervensi psikososial untuk dapat membantu pasien dalam proses penyembuhan di rumah sakit jiwa sekaligus meningkatkan rasa perdamaian baik dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan di sekitarnya seperti keluarga.

TINJAUAN LITERATUR

Intervensi psikososial ini menggunakan tiga teknik yaitu *sharing session*, *art therapy*, dan *Therapy forgiveness*. *Sharing session* adalah pertemuan bersama untuk saling berbagi dalam hal pengetahuan (Syakira & Tohani, 2023). *Sharing session* yang diberikan pada pasien rumah sakit jiwa bertujuan untuk memberikan pasien ruang yang aman untuk bercerita, dan saling mendengarkan. Dalam *sharing session* yang dilakukan secara berkelompok ini, menyediakan ruang aman bagi individu untuk saling berbagi pengalaman dan strategi pemulihan.

Khadar et al dalam (Fauziyyah et al., 2020), mengatakan *art therapy* merupakan kegiatan seni melukis dan menggambar sebagai upaya pengurangan gejala perilaku menyimpang. *Art therapy* adalah seni terapi yang mendefinisikan seni sebagai alat yang ampuh dalam berkomunikasi (Aiyuda, 2019).

Therapy forgiveness adalah jenis terapi yang bertujuan untuk membantu seseorang memaafkan, baik memaafkan orang lain maupun diri sendiri. *Forgiveness therapy* adalah suatu intervensi yang dapat meningkatkan motivasi individu untuk memaafkan, sehingga memperbaiki kedekatan dan komitmen hubungan setelah peristiwa menyakitkan (Fatma, 2019) dalam (Kusuma.P., 2023).

Ketiga teknik ini diimplementasikan pada pasien di Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata guna membantu meningkatkan perdamaian dalam diri mereka serta mendukung proses penyembuhan yang sedang dijalani. Perdamaian sendiri merupakan sebuah istilah untuk menyebut suatu kondisi yang aman, serasi, dan adanya saling pengertian antara satu dan yang lain (Wulandari, 2010). Dalam kaitanya dengan ilmu psikologi, menurut Salsabiela, (2012) mengemukakan bahwa psikologi perdamaian adalah sebuah disiplin ilmu mengenai proses mental individu mengenai kekerasan, mencegah kekerasan, serta memfasilitasi anti kekerasan dan mempromosikan keadilan, rasa hormat, dan martabat seluruh manusia, yang bertujuan untuk menyembuhkan efek psikologis. Pendekatan ini

menekankan pentingnya mengatasi kesalahpahaman, stereotip, dan prasangka yang sering menjadi akar konflik.

Psikologi perdamaian berupaya untuk mengembangkan teori dan praktik dengan tujuan untuk pencegahan tindak kekerasan baik fisik maupun psikis atau kondisi yang tidak harmonis dari lingkup kecil seperti antar individu hingga dalam lingkup yang besar antar negara secara langsung dan struktural. Psikologi perdamaian mendorong pengelolaan konflik yang dibingkai secara positif tanpa adanya kekerasan dan berupaya untuk mencapai keadilan sosial atau yang disebut sebagai tindakan menciptakan dan membangun perdamaian (Christie et al., 2007).

BAHAN DAN METODE

Metode Pengumpulan Data Awal Intervensi Psikososial

Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara bersama kepala ruangan dan seorang perawat di ruangan rehabilitas. Wawancara merupakan salah satu teknik utama yang digunakan untuk mengumpulkan data (Fadhallah, 2021). Tujuan wawancara adalah untuk menggali masalah psikososial yang terjadi pada pasien di ruangan rehabilitas Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata. Permasalahan yang digali seperti kondisi pasien, program intervensi psikososial yang sudah ada dan terlaksana, efektivitas intervensi psikososial, hambatan dan tantangan yang dialami saat proses intervensi, dan faktor-faktor lainnya yang mempengaruhi proses intervensi tersebut.

Berdasarkan hasil assessment awal yang dilakukan, ditemukan tiga kebutuhan psikososial utama yang menjadi dasar perencanaan intervensi. Pertama, yaitu kebutuhan untuk mengenali dan memahami masalah diri, hal terjadi karena sebagian besar pasien belum memiliki pemahaman utuh tentang kondisi psikologis maupun psikiatrik. Kedua, kebutuhan sosialisasi dan interaksi positif, banyak pasien yang mengalami keterasingan sosial serta kemampuan untuk berinteraksi secara sehat dengan lingkungan. Ketiga, kebutuhan dukungan lingkungan dan fasilitas, keterbatasan menjadi salah satu alasan kegiatan rehabilitas belum dapat berjalan secara optimal karena keterbatasan fasilitas, alat, dan tenaga pendamping. Untuk itu, dibutuhkan dukungan dari institusi, relawan, dan pihak luar dalam bentuk bantuan sarana, prasarana, serta keterlibatan sosial yang berkelanjutan.

Peserta Intervensi Psikososial

Partisipan dalam kegiatan intervensi ini adalah pasien Rumah Sakit Jiwa yang dapat mengunjungi ruangan rehabilitas dengan gangguan mental seperti kurangnya penerimaan diri, harga diri rendah, kurangnya citra diri, dan kurangnya penerimaan sosial. Pasien yang sudah masuk ruang rehabilitas adalah pasien yang mendapatkan skor PANSS-EC dengan skor dibawah 15, dan dinyatakan sudah bisa mengikuti kegiatan di ruang rehabilitas. Jumlah yang mengikuti kegiatan intervensi sebanyak 11 orang, kegiatan rehabilitas dijalankan setiap hari pada jam yang telah ditentukan, setiap sesi rehabilitas ditangani oleh 2 orang perawat yang mendampingi seluruh proses kegiatan, rata-rata usia pasien yang mengikuti program rehabilitas berkisar antara 20 hingga 63 tahun.

Metode Intervensi Psikososial

Metode intervensi yang digunakan dalam program ini adalah psikoedukasi. Psikoedukasi adalah suatu tindakan yang diberikan kepada individu dan keluarga untuk memperkuat strategi koping atau suatu cara khusus dalam menangani kesulitan perubahan mental (Trisanti & Nurwati, 2022). Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan, kegiatan intervensi yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pemahaman pasien akan konsep perdamaian. Dalam hal ini akan dilakukan kegiatan psikoedukasi bagi para pasien di rumah sakit jiwa mengenai perdamaian. Berdasarkan permasalahan tersebut, adapun beberapa teknik yang dapat dilakukan untuk dapat membantu proses rehabilitasi pasien di Rumah Sakit Jiwa Naimata, yakni *sharing session*, *art therapy*, *forgiveness therapy* yang mana dalam hal ini teknik yang dipakai adalah membuat jurnal pemaafan, baik pada diri sendiri

maupun pada orang lain. Kegiatan ini dilakukan secara berkelompok agar pasien juga dapat saling berbagi pengalaman dan membangun dukungan sosial antar sesama pasien.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Intervensi Psikososial

Kegiatan intervensi psikososial yang telah dilaksanakan selama satu hari bertempat di ruang rehabilitasi Rumah Sakit Daerah jiwa naimata. Kegiatan ini diikuti oleh 7 (tujuh) orang pasien dengan 10 orang perawat (2 orang perawat di ruangan rehabilitasi dan 8 orang perawat ruang inap). Kegiatan yang dilaksanakan ini terjadi sebanyak 3 sesi. Pasien yang mengikuti kegiatan intervensi psikososial ini kebanyakan adalah pasien yang mengalami gangguan skizofrenia, namun mereka sudah tidak memiliki gejala agresivitas atau gaduh gelisa, yang diukur dengan menggunakan skala PANSS-EC. Selama kegiatan berlangsung, metode evaluasi yang dilakukan berupa observasi partisipatif dan wawancara untuk melihat apakah para pasien benar-benar memahami apa yang dibahas atau yang sedang dilakukan.

Observasi Partisipatif

Kegiatan intervensi psikososial yang dilaksanakan di rumah sakit daerah jiwa Naimata terjadi dalam tiga sisi yakni Sharing session, art therapy, dan forgiveness therapy. Dalam kegiatan ini, 6 dari 7 partisipan terlihat aktif dalam mengikuti kegiatan yang terjadi. Dimulai dari sisi menceritakan pengalaman yang dialami seperti pengalaman menyenangkan yang terjadi sebelum masuk rumah sakit atau saat telah berada di rumah sakit, maupun hal-hal menyenangkan yang dilakukan sebelum mengikuti kegiatan hari itu. Setiap pasien terlihat menceritakan pengalamannya dengan bersemangat. Sesi kedua yang dilaksanakan adalah art therapy disini, partisipan diminta untuk menggambar benda-benda atau hal-hal yang mereka sukai atau yang dapat menggambarkan emosi yang mereka rasakan di hari itu. Setelah selesai menggambar partisipan menceritakan isi gambar dengan baik dan bersemangat. Namun satu dari enam partisipan terlihat masih di bawah pengaruh obat sehingga terlihat kurang aktif namun tetap mengikuti semua kegiatan hingga selesai.

Wawancara

Kegiatan intervensi psikososial yang telah dilaksanakan, dimulai dengan sharing session. Sharing session dilakukan dengan menanyakan atau mengarahkan para pasien untuk menceritakan kejadian atau peristiwa baik itu yang menyenangkan ataupun yang menyedihkan yang mereka alami baik selama di dalam ruangan rehabilitasi maupun kejadian-kejadian yang mungkin mereka ingat.

Para pasien menceritakan pengalaman kesehariannya ketika sedang menjalani penyembuhan di rumah sakit daerah jiwa naimata, salah satunya adalah EM yang menceritakan bahwa ia menyukai ketika berada di dalam rumah sakit karena bisa bertemu dengan teman-teman sekamarnya, kemudian ia juga menceritakan tentang kesehariannya seperti bangun tidur, mandi, sarapan pagi yang dilanjutkan dengan minum obat pagi, berolahraga, dan dilanjutkan dengan kegiatan di ruangan rehabilitasi seperti hari itu kegiatan yang sebelumnya dilakukan adalah ibadah bersama teman-teman sekamarnya yang mana ada sekitar 3 orang dan dilanjutkan dengan kegiatan edukasi ini.

Pasien lainnya dengan inisial FG, menceritakan hal yang sama mengenai kesehariannya ketika menjadi pasien di Rumah Sakit Jiwa Daerah Naimata, dan ia berharap ia dapat segera pulih dan kembali bertemu dengan sang ayah di rumah. Tidak hanya saling mendengarkan dan berbagai cerita antara sesama pasien tetapi dalam sesi sharing season ini juga diberikan ruang kepada para pasien untuk saling memberikan dukungan baik itu dalam berupa kata-kata penyemangat atau tepukan tangan dengan kata lain mereka diarahkan untuk menjadi peer support satu sama lain.

Sesi kedua yaitu art therapy, art therapy yang akan digunakan berupa aktivitas menggambar sebagai media ekspresi non-verbal. Kegiatan ini bertujuan membantu pasien menyalurkan emosi yang sulit diungkapkan secara verbal, mengurangi stres, dan meningkatkan kesadaran diri.

Pada sesi ini pasien diarahkan untuk menggambarkan suatu hal yang bisa menjelaskan emosi yang sedang mereka rasakan. Setelah selesai menggambar, para pasien diberi kesempatan untuk menjelaskan arti dari gambar tersebut secara bergiliran. Pasien tampak antusias mengikuti kegiatan, menunjukkan minat untuk menggambar dan berbagi cerita, meskipun ada beberapa yang pasif karena masih dipengaruhi obat-obatan.



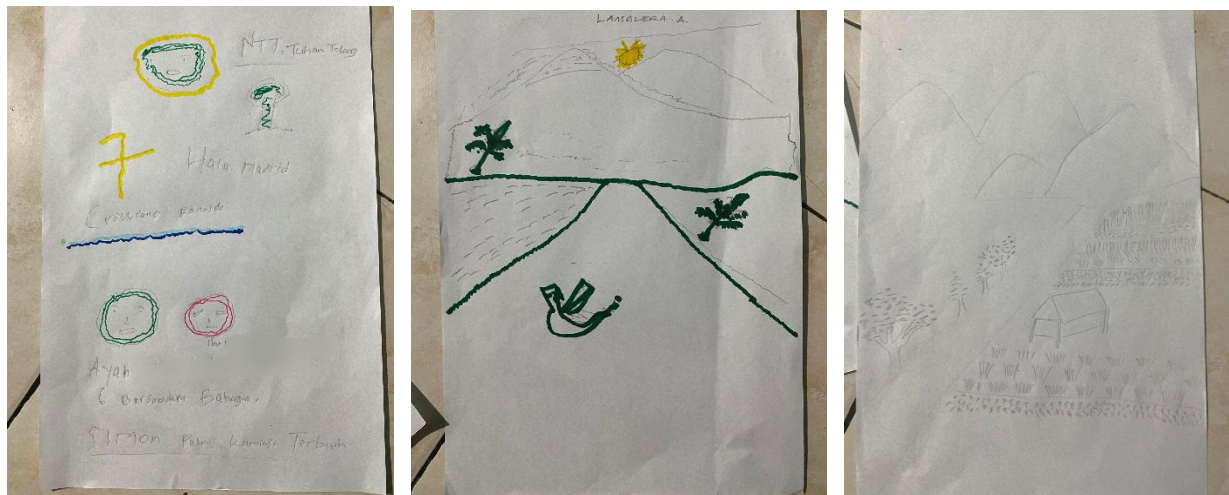
Gambar 1. Sesi Sharing Session

Salah satu pasien dengan Inisial AO membuat gambar tiga orang yang melambangkan dirinya, Ayahnya dan Ibunya. setelah itu dilanjutkan dengan pohon dan angka 7 yang menggambarkan kesukaannya terhadap Cristiano Ronaldo dan Real Madrid. Ada pula FG yang menggambar pemandangan Lamalera A, sebuah pulau di Lembata yang dilengkapi dengan gunung. AO kemudian menambahkan bahwa gambar tersebut terinspirasi dari salah satu lukisan yang ada di ruang rehabilitas. Selain itu pasien lain yaitu EM yang menggambarkan sebuah pemandangan di suatu desa yang lengkap dengan sawah dan gunung yang melengkapi, namun berbeda dengan pasien lainnya, EM tidak menambahkan warna pada gambarnya lalu saat ditanya alasannya EM mengatakan bahwa dirinya hanya tidak ingin menambahkan warna pada gambarnya.

Saat pasien menjelaskan gambarnya, para pasien turut mendengarkan dan sesekali juga menambahkan apa hal yang menurut mereka cocok dengan gambar tersebut. Ada juga beberapa pasien yang tidak ingin menjelaskan apa yang mereka gambarkan karena masih dalam pengaruh obat. Sesi ini menjadi wadah bagi pasien untuk mengekspresikan perasaan mereka lewat gambar serta menjadi ruang bagi pasien untuk didengar dan dihargai.

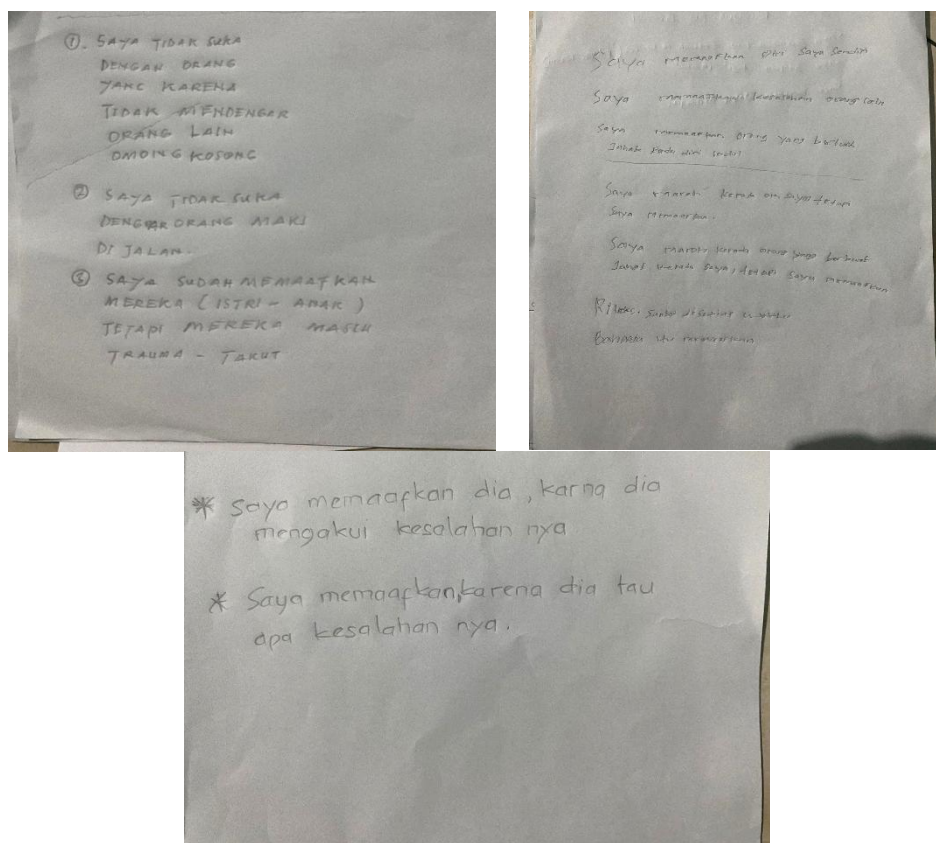
Selanjutnya pada sesi ketiga yakni *forgiveness*. Pada sesi ini pasien diminta untuk membuat jurnal pemaafan setiap peserta diberikan pertanyaan mengenai refleksi emosi yang sedang mereka rasakan dan hal-hal apa saja yang mau mereka maafkan dalam hidup. Pertanyaan yang ditanyakan seperti “Emosi apa yang paling sering dirasakan belakangan ini “Hal apa yang membuat sakit hati”

Empat dari tujuh orang partisipan menceritakan dengan baik emosi yang mereka rasakan dan membagikan hal-hal yang dapat mereka maafkan baik pada diri mereka sendiri maupun dari orang-orang di sekitar. Kemudian hal-hal yang telah mereka bagikan tersebut dituangkan dalam bentuk tulisan ke dalam sebuah jurnal pemaafan. Tiga dari tujuh orang partisipan lainnya yang mengikuti kegiatan di hari itu, menggambarkan hal yang mereka suka namun dalam menjelaskan masih butuh bantuan dari para perawat.



Gambar 2. Sesi Art Therapy

Salah satu pasien dengan inisial FG yang menuliskan “Saya sudah memaafkan mereka (istri dan anak) tetapi mereka masih trauma”, FG menceritakan perasaan marah yang telah berlalu yang dirasakan terhadap anggota keluarganya dan menyatakan bahwa dengan menuliskan kalimat permintaan maaf dapat membantunya untuk meredakan perasaan marah yang dirasakannya. Ada juga EM yang menuliskan “Saya memaafkan karena dia tau apa kesalahannya” yang dapat dijelaskan bahwa EM merasa telah melalui masa untuk menilai perilaku orang tersebut sehingga EM lebih memilih untuk memaafkan. Tidak lupa pula Pasien AO yang menuliskan bahwa "Saya memaafkan diri saya sendiri", "saya memaafkan kesalahan orang lain", AO juga menceritakan bahwa setelah mengikuti sesi ini pasien menyadari bahwa pasien perlu untuk terlebih dahulu memaafkan diri sendiri dan memaafkan orang-orang disekitarnya.



Gambar 3. Sesi Forgiveness Therapy

DISCUSSION

Pelaksanaan intervensi psikososial di ruang rehabilitasi Rumah Sakit Daerah Jiwa dirancang untuk memfasilitasi proses pemulihan psikososial pasien melalui tiga pendekatan utama, yaitu *sharing session*, *art therapy*, *forgiveness*. Intervensi yang dilakukan menunjukkan efektivitas dari setiap pendekatan yang ada dalam meningkatkan penerimaan diri dan kesejahteraan psikologis pasien skizofrenia di ruang rehabilitasi Rumah Sakit Jiwa Daerah Naimata. Pasien di ruang rehabilitasi pada umumnya merupakan pasien yang belum sepenuhnya pulih dan seringkali menghadapi stigma serta rendahnya dukungan sosial dari orang terdekat mereka. Intervensi yang dilakukan menunjukkan tingkat keterlibatan pasien yang tinggi, dimana dari tujuh pasien yang mengikuti kegiatan, enam diantaranya aktif dalam mengikuti setiap sesi yang ada.

Sharing Session memberikan ruangan aman yang dapat mendukung proses interaksi sosial dan mendengar satu sama lain, sehingga membangun rasa kesetaraan dan dukungan sosial yang sangat dibutuhkan dalam proses rehabilitasi (Syakira & Tohani, 2023). Dengan meminta peserta menuliskan hal-hal yang disukai serta kelebihan dan kekurangan diri, sesi ini memanfaatkan validasi sosial untuk memperkuat perasaan diterima dan setara diantara sesama pasien, meskipun satu peserta masih menunjukkan efek obat psikotropika yang mempengaruhi responnya. Tingginya kepuasan peserta terhadap sesi *art therapy* (menggambar) dan sesi *forgiveness* (pemaafan) memberikan penegasan mengenai relevansi materi dengan kebutuhan mereka untuk mengekspresikan emosi secara aman.

Metode *art therapy* terbukti menjadi media non-verbal yang efektif untuk menyalurkan emosi dan konflik batin pasien yang sulit untuk diungkapkan melalui kata-kata. Melalui kegiatan menggambar secara bebas yang merepresentasikan emosi dan perasaan yang sedang dirasakan, pasien dapat mengekspresikan kecemasan, kesedihan, maupun harapan mereka dengan bebas dan aman. Pendekatan ini selaras dengan temuan Fauziyyah et al., (2020) bahwa *art therapy* membantu mengurangi gejala stres dan meningkatkan kesadaran diri pada individu dengan hambatan komunikasi verbal.

Sementara itu, pada sesi *forgiveness therapy* dimana pasien diajak untuk menuliskan hal-hal atau pengalaman tidak mengenakkan atau memancing amarah dan memfasilitasi pasien untuk melepaskan beban emosional tersebut yang juga menjadi salah satu penghambat pemulihan. Sesi ini juga dapat membantu pasien dalam mengurangi gejala stres serta meningkatkan kesadaran diri pada pasien yang memiliki hambatan dalam komunikasi secara verbal.

Berdasarkan hasil intervensi yang telah dilakukan, disarankan agar penggunaan metode *sharing session*, *art therapy*, dan *forgiveness therapy* dapat dipertahankan dan terus digunakan sebagai sesi rutin dalam program pemulihan kesehatan mental pada pasien dengan skizofrenia di ruang rehabilitasi Rumah Sakit Jiwa Daerah Naimata. Ketiga metode ini tidak hanya memfasilitasi eksplorasi kondisi psikologis dan pelepasan beban emosional secara mendalam, namun juga dapat membangun adanya ketertarikan untuk saling mendukung (dukungan sosial) antar pasien serta memperkuat penerimaan diri, hal ini tentunya dapat meningkatkan rasadamai dalam diri para pasien dan membantu para pasien dalam proses penyembuhan.

Efektivitas berkelanjutan dari intervensi ini bergantung pada dukungan institusional termasuk ketersediaan ruang khusus, alat dan bahan terapi, serta pelatihan fasilitator yang memadai karena adanya keterbatasan sumber daya di unit rehabilitasi saat ini. Untuk itu, direkomendasikan agar Rumah Sakit Jiwa Daerah Naimata melibatkan tenaga profesional, seperti psikolog klinis dan konselor, dalam penyusunan dan pelaksanaan *sharing session*, *art therapy*, dan *forgiveness therapy*, sehingga program dapat diimplementasikan secara lebih komprehensif, terstandar, dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Kegiatan intervensi psikososial yang dilakukan dalam bentuk psikoedukasi dengan menggunakan tiga teknik yakni *sharing session*, *art therapy*, dan *forgiveness therapy* yang dilakukan terhadap tujuh orang partisipan yang merupakan pasien di rumah sakit jiwa naimata, dilaksanakan dengan baik dan selama berlangsungnya kegiatan tersebut, para peserta terlihat aktif berpartisipasi di setiap sesi walaupun ada 2 orang yang masih memerlukan bantuan yang lebih dan perlu dilakukan cukup banyak pengulangan arahan untuk mengikuti kegiatan di hari itu karena mereka masih berada dibawah pengaruh obat. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan pada para pasien saat proses kegiatan intervensi berlangsung, setiap kegiatan yang dilakukan mencapai target atau tujuan seperti yang telah direncanakan. Para pasien memahami apa yang dilakukan dan diharapkan semoga kegiatan yang telah dilakukan dapat membantu proses penyembuhan pasien di Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata.

Acknowledgments

Dengan penuh rasa hormat, kami mengucapkan terima kasih yang tulus kepada Bapak/Ibu Pimpinan Rumah Sakit Jiwa Daerah Naimata atas izin dan kepercayaan yang diberikan untuk melaksanakan intervensi psikososial di ruang rehabilitasi. Selain itu, kepada para perawat pada ruangan rehabilitasi yang telah memberikan dukungan dan kerja sama selama pelaksanaan kegiatan intervensi psikososial. Peran aktif para perawat dalam mendampingi pasien, menjaga suasana yang kondusif, serta memberikan dukungan profesional sangat membantu kelancaran seluruh rangkaian kegiatan. Semoga kolaborasi ini menjadi langkah awal yang baik untuk terus menghadirkan dampak positif bagi pemulihan dan kesejahteraan para pasien di masa mendatang. Ucapan terima kasih yang tulus juga kami tujukan pada lembaga Mennonite Central Committee (MCC) yang telah memberi dukungan selama kegiatan pengabdian hingga pada proses publikasi hasil kegiatan pengabdian yang telah sukses dilaksanakan kepada para pasien di Rumah Sakit Daerah Jiwa Naimata.

Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

REFERENCES

- Aiyuda, N. (2019). *ART THERAPY*. 2.
- Ardiansyah, S., Tribakti, I., Yunike, S., Febriani, I., Saripah, E., Bagus, G., Zakiyah, K., Muji, I. K., Egi, R., Putra, S., Kurnia, H., Narulita, S., Juwariah, T., & Akhriansyah, M. (2022). *Kesehatan Mental*.
- Bahri, G. (2016). *10. Kesehatan Mental I Ok*.
- Christie, D. J., Wagner, R. V., & Winter, D. A. (2007). *Peace, Conflict, and Violence: Peace Psychology for the 21st Century*. . Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Ekasari, Y., & Agus, E. (2020). Peranan Rumah Sakit Jiwa Mahoni Dalam Mengembalikan Keberfungsian Sosial Eks Orang Dengan Gangguan Jiwa. In *Jurnal Intervensi Sosial dan Pembangunan (JISP)* (Vol. 1). <http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JISP>
- Fadhallah, R. A. (2021). *Wawancara*. Unj Press.

- Fakhriyani, D. V. (2019). *Kesehatan Mental*. <https://www.researchgate.net/publication/348819060>
- Fauziyyah, S. A., Ifdil, I., & Putri, Y. E. (2020). Art Therapy Sebagai Penyaluran Emosi Anak. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseli*.
- Korobu, L. M. (2015). *Analisis Pelaksanaan Layanan Instalasi Rehabilitasi Psikososial di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. VL Ratumbuang Provinsi Sulawesi Utara*. 5.
- Kusuma.P. (2023). Efektivitas forgiveness therapy terhadap motivasi memaafkan pada wanita. *Journal of Art Humanity and Social Studies*. , 3(2).
- Mane, G., Ringgi Kuwa, M. K., Sulastien, H., Keperawatan St Elisabeth Lela, A., Mapitara, J., & Alok, K. (2022). Gambaran Stigma Masyarakat Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). In *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia* (Vol. 10). <https://doi.org/https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.185-192>
- Panni, T., Marbun, K., Santoso, I., & Pemasyarakatan, P. I. (2021). Pentingnya Motivasi Keluarga Dalam Menangani Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). In *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha* (Vol. 9, Issue 3).
- Rahmawaty, F., Silalahi, R. P., & Mansyah, B. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja: Factors Affecting Mental Health in Adolesents. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(3), 276–281.
- Salsabiela, A. (2012). *Hubungan antara konsep diri dan perilaku damai pada mahasiswa*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Syakira, I. B., & Tohani, E. (2023). Sharing Session With Theme Self Awareness Di Smk Kuncup Samigaluh. *MERPATI*, 4(2), 34–43.
- Trisanti, I., & Nurwati, I. (2022). Psikoedukasi pada kecemasan kehamilan. . *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 99–105.
- Wulandari, T. (2010). Menciptakan perdamaian melalui pendidikan perdamaian di sekolah. *Mozaik*. *Mozaik*, 5(1), 68–83.