

Implementasi Terapi Kelompok Teraupetik dan *Peer Leadership* Guna Menurunkan Prodroma dan Ide Bunuh Diri Remaja

¹Malianti Silalahi, ¹Casman*, ¹Dian Fitria, ¹Tri Setyaningsih, ¹Veronica Yeni Rahmawati,
¹Zakiyyah Arief Atshillah, ¹Adinda Salsabila

¹Prodi Diploma Tiga Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada, Jakarta, Indonesia

*Korespondensi: casman@alumni.ui.ac.id

Abstract: Suicide is a one of adolescents mental health problem in Indonesia. One of preventive activity is provide education about early signs and symptoms of early psychosis (prodroma early psychosis). Based on the survey done by team showed that there was forty adolencents in one of Pasar Baru villages had not been exposed to education related to suicide in adolescents. This is a priority problem to solved, so that it is important to give counseling and education to adolescent, consist of knowledge about adolescent growth and development task. The scrinning of prodroma as an effort to prevent suicide in adolescents. The intervention in this community service used Therapeutic Group Therapy and Peer Leadership as nursing therapy to prevent suicide in adolescents which is applied to the one of area in Pasar Baru urban Village. The method is through counseling and discussions followed by therapeutic group therapy and peer leadership to adolescents. The result has been shown through these two therapy can reduce prodroma early psychosis 64.3% in adolescents and decrease in suicidal ideation to 14.3% post therapy.

Keywords: Suicide, Peer Leadership, Therapeutic Group Therapy

Absrak: Bunuh diri masih menjadi masalah kesehatan mental pada usia remaja di Indonesia. Salah satu hal yang perlu diketahui untuk melakukan pencegahan adalah dengan mengetahui tanda dan gejala awal dari psikosis awal (*prodroma early psychosis*). Menurut survey awal tim pengabdian, disalah satu area kelurahan Pasar Baru, sebanyak empat puluh remaja di wilayah belum terpapar edukasi terkait bunuh diri pada remaja. Hal ini menjadi permasalahan mitra wilayah sehingga pentingnya diadakan penyuluhan berupa edukasi pengenalan capaian tumbuh kembang remaja sebagai penguat untuk mengetahui gambaran dini *prodroma* sebagai upaya pencegahan bunuh diri pada remaja. Pengabdian ini dilakukan di salah satu wilayah di Kelurahan Pasar Baru. Metode pengabdian yakni dengan ceramah/ penyuluhan, diskusi dan tanya jawab, dilanjutkan dengan TKT dan *peer leadership* kepada remaja. Hasil pengabdian, pemberian terapi aktivitas kelompok remaja dan *peer leadership* terbukti dapat menurunkan prodroma dan ide bunuh diri pada remaja. Pembuktian keberhasilan ini dapat dilihat terjadinya penurunan mengalami *prodroma early psychosis* (64.3%) pada remaja setelah diberikan terapi aktivitas kelompok dan *peer leadership*, serta terjadi penurunan ide bunuh diri menjadi 14.3% setelah diberikan terapi aktivitas kelompok dan *peer leadership*.

Kata Kunci : Ide Bunuh Diri, *Peer Leadership*, Terapi Kelompok Teraupetik

PENDAHULUAN

Tingkat bunuh diri di dunia masih terbilang mengkhawatirkan, contohnya di Amerika serikat terjadi peningkatan bunuh diri sebesar 24%. Salah satu kelompok yang dianggap rentan melakukan ide bunuh diri adalah remaja. Prevalensi remaja berusia 15-24 tahun yang melakukan bunuh diri menyentuh angka 5.491 Jiwa¹. Menurut data WHO tahun 2017 Prevalensi remaja di Indonesia sendiri mencapai 23,4 juta jiwa. Angka terkait bunuh diri memperlihatkan bahwa 5% remaja memiliki ide bunuh diri, 6% remaja sudah merencanakan bunuh diri, dan 4 % remaja sudah mencoba melakukan bunuh diri².

Salah satu faktor risiko terjadinya bunuh diri pada remaja ialah faktor psikologis³. Masalah psikologis pada remaja ini cenderung dipengaruhi oleh riwayat perceraian pada keluarga karena adanya perubahan dalam kehidupan keluarga^{4,5,6}. Kesehatan mental remaja akibat perceraian orang tua perlu mendapatkan penanganan dengan melakukan pencegahan agar tidak menjadi masalah mental yang serius. Salah satu hal yang perlu diketahui untuk melakukan pencegahan adalah dengan mengetahui tanda dan gejala awal

dari psikosis awal (prodroma early psychosis). Prodroma adalah fase pertama yang terjadi sebelum terjadinya skizofrenia dimana berlangsung antara satu hingga tiga tahun dengan tanda dan gejala dari perilaku dan psikologi yang tidak spesifik dan terjadinya perubahan fungsi⁷. Prodroma early psychosis atau prodroma jika tidak segera diatasi dapat menyebabkan remaja melakukan bunuh diri¹. Salah satu bentuk tindakan keperawatan ners spesialis untuk mencegah masalah mental pada remaja adalah dengan melakukan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) Remaja. TKT adalah salah satu pencegahan yang efektif untuk menurunkan stres emosional pada suatu kondisi berdasarkan rentang usia perkembangan⁸. Selain itu, pencegahan lain akan risiko bunuh diri pada remaja adalah dengan memberikan program peer leadership yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan remaja dalam mencari pertolongan dalam mengatasi masalah yang dirasakan⁹.

Pengabdian masyarakat dilakukan di Kelurahan Pasar Baru, tepatnya di area RW 03 yang memiliki jumlah KK sebanyak 395. Hal ini dilatarbelakangi dari hasil wawancara yang dilakukan kepada Ketua RW 03 yang menyatakan bahwa adanya peningkatan kejadian perceraian di wilayah RW 03, sementara 40 remaja di RW belum terpapar edukasi terkait bunuh diri pada remaja. Tim pengabdian Masyarakat melakukan penyuluhan berupa edukasi pengenalan capaian tumbuh kembang remaja sebagai penguat untuk mengetahui gambaran prodroma early psychosis, dilanjutkan dengan melakukan TKT remaja dan peer leadership sebagai upaya pencegahan bunuh diri pada remaja.

METODE

Metode pengabdian masyarakat ini dengan metode penyuluhan, diskusi dan tanya jawab, dilanjutkan dengan TKT dan *peer leadership* kepada remaja di RW 03 Kelurahan Pasar Baru, Jakarta Pusat. Penyuluhan dilakukan pada hari Kamis, 24 Februari 2022 dimana sudah dilakukan *briefing* mengenai teknis pelaksanaan dengan semua tim pengabdian masyarakat dan juga pihak RW 03 Kelurahan Pasar Baru. Kegiatan penyuluhan diawali dengan pengukuran *pre test* yaitu prodroma dan ide bunuh diri sebelum pengabdian masyarakat.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat ide bunuh diri adalah *The Beck Scale for Suicide Ideation* (BSS), kuesioner terdiri dari 19 item pertanyaan. Lima pertanyaan awal dari kuesioner ini merupakan pertanyaan tentang adanya pikiran tentang bunuh diri. Semua pertanyaan dalam kuesioner ini berupa pertanyaan negatif. Sementara itu, prodroma dapat diukur dengan kuesioner *Prodromal Question* (PQ-16)¹⁰. Setelah pengukuran *pre test*, dilakukan penyuluhan dan TKT masing-masing 45 menit, dengan susunan sebagai berikut:

1. Tumbuh Kembang Usia Remaja oleh Ns. Casman, M,Kep., Sp.Kep.An
2. Stimulasi aspek biologis dan psikoseksual oleh Ns. Veronica yeni, M.Kep., Sp.Kep.Mat.
3. Stimulasi Kognitif, Bahasa, Bakat dan Kreatifitas oleh Ns. Malianti Silalahi., M.Kep., Sp.Kep.J
4. Stimulasi Moral dan Spiritual oleh Ns. Tri Setyaningsih, M.Kep., Sp.Kep.J.
5. Stimulasi Emosi dan Psikososial oleh Ns. Dian Fitria, M.Kep., Sp.Kep.J.

Pada hari kedua, Jumat, 25 Februari 2022, dilakukan *peer leadership* oleh tim pengabdian masyarakat selama 2 jam, peserta dibagi ke dalam 5 kelompok untuk melakukan *peer leadership* dipandu oleh tutor masing-masing. Tutor merupakan ke-5 tim pengabdian. Kegiatan dilanjutkan dengan penugasan yaitu sebuah proyek dimana tiap kelompok melakukan *peer leadership* secara mandiri selama 2 minggu. Setelah dua minggu, dilakukan pengukuran *post test* terkait prodroma dan ide bunuh diri remaja pasca pengabdian masyarakat dengan implementasi TKT dan *peer leadership*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Persiapan

Persiapan dilakukan dengan melakukan *briefing* acara dengan ketua RW 03 dan perwakilan remaja. Hasil persiapan ditetapkan satu remaja sebagai ketua kelompok remaja di RW 03 untuk membagikan undangan kegiatan pengabdian masyarakat ke 40 remaja yang ada di RW 03 Kelurahan Pasar Baru, Sawah Besar, Jakarta Pusat.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan selama dua hari, dimana hari pertama dimulai dengan pembukaan langsung dari ketua RW 03, dilanjutkan dengan pengukuran *pre test* prodroma dan ide bunuh diri remaja sebelum pengabdian masyarakat. Kegiatan hari pertama dilakukan penyuluhan dan TKT Remaja, kemudian hari kedua dilakukan kegiatan *peer leadership*. Remaja diberikan tugas untuk melakukan *peer leadership* selama dua minggu, dan ditutup dengan pengukuran *pre test* prodroma dan ide bunuh diri remaja setelah pengabdian masyarakat.



Gambar 1 s.d 4: Kegiatan Penyuluhan dan TKT



Gambar 5 dan 6: Kegiatan *Peer Leadership*

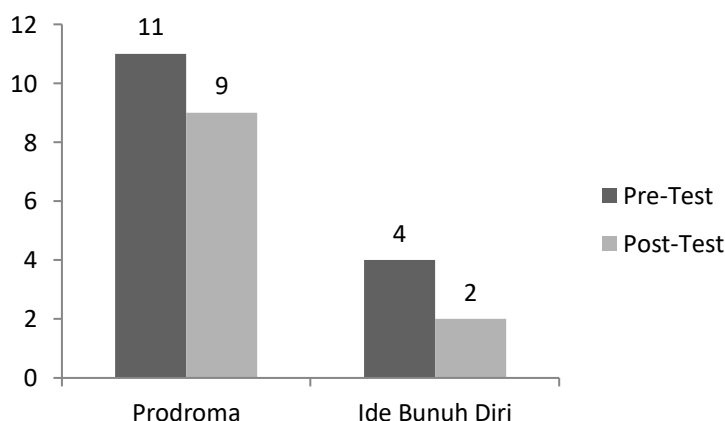
Hasil pengabdian masyarakat memperlihatkan bahwa dari 40 remaja di RW 03 Kelurahan Pasar Baru, Sawah Besar, Jakarta Pusat, sebanyak 22 remaja mengikuti kegiatan penyuluhan masyarakat ini. Namun, hanya 14 remaja yang mengisi kuesioner *post test*, sehingga analisis pada pengabdian masyarakat menggunakan data dari 14 remaja tersebut. Adapun karakteristik remaja sebagai responden pada pengabdian masyarakat kali ini dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	2	14,3
Laki-laki	12	85,7
Usia		
<15 tahun	4	28,6
≥15 tahun	10	71,4
Pendidikan		
SMP	4	28,6
SMA	10	71,4

Tabel 1 memperlihatkan bahwa remaja di RW 03 didominasi oleh laki-laki dan mayoritas berpendidikan SMA dengan usia termuda yaitu 12 tahun, dan tertua berusia 18 tahun. Adapun hasil *pre test* dan *post test* prodroma dan ide bunuh diri pada remaja dapat tergambar pada gambar 7 yang memperlihatkan bahwa prodroma serta ide bunuh diri menurun setelah implementasi TKT dan *peer leadership*. Prodroma sebelum pengabdian masyarakat terjadi 78,57% pada remaja, dan berhasil menurun menjadi 64,28%. Sementara ide bunuh diri berhasil turun 50% dari 4 remaja yang mengalami keinginan bunuh diri menjadi 2 remaja.

Remaja merupakan fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Remaja merupakan sebuah fase yang sangat rentan mengalami masalah psikologi karena merupakan masa berduka meninggalkan masa kanak-kanaknya dan menuju fase dewasa. Pada fase ini remaja dituntut harus bisa beradaptasi pada seluruh perubahan yang terjadi baik dari fisik, sosial dan semua aspek kehidupan. Dukungan merupakan salah satu bagian yang sangat dibutuhkan remaja dalam mencapai tugas perkembangannya yaitu identitas diri. Remaja yang tidak mendapatkan dukungan diperkirakan memiliki risiko mengalami permasalahan⁵.



Gambar 7: Grafik Pre dan Post-Test Prodroma dan Ide Bunuh Diri Remaja
Kondisi kesehatan mental remaja dapat diketahui dengan mengetahui tanda-tanda awal *psychosis*

pada remaja menggunakan kuesioner prodroma *early psychosis* dan hasil pengabdian kepada masyarakat didapatkan bahwa sebagian besar remaja (78,6%) di RW03 Kelurahan Pasar baru mengalami *Prodroma early psychosis* atau adanya tanda-tanda awal gejala psikotik awal. Prodromal adalah fase pertama yang terjadi sebelum terjadinya skizofrenia dimana berlangsung antara satu hingga tiga tahun dengan tanda dan gejala dari perilaku dan psikologi yang tidak spesifik dan terjadinya perubahan fungsi⁷. Remaja umumnya mengalami prodroma dengan gejala klinis negatif atau tidak spesifik, seperti depresi, ansietas, isolasi sosial, dll¹¹. Fase Prodroma merupakan suatu episode pertama dari kelainan/onset dalam kehidupan dimana hal ini biasanya terjadi pada usia remaja dan dewasa awal⁵. Trauma Emosional jika tidak diselesaikan dengan tuntas dapat mengakibatkan terjadinya masalah lebih spesifik bahkan adanya ide bunuh diri¹. Hasil dari pengabdian masyarakat didapatkan bahwa terdapat 28.6% remaja di RW 03 Kelurahan Pasar Baru yang memiliki ide bunuh diri dengan menggunakan instrumen *Scale for Suicidal Ideation*.

Terapi yang dapat menurunkan prodroma dan ide bunuh diri pada remaja adalah dengan Terapi Aktivitas Kelompok remaja dan Peer Leadership. Terapi kelompok terapeutik mampu meningkatkan pencapaian tumbuh kembang remaja dimana hal ini menunjukkan bahwa remaja mengalami peningkatan dalam pencapaian identitas diri yang menjadi dasar untuk dapat beradaptasi dengan semua perubahan yang terjadi dalam hidupnya¹². TKT remaja dan *peer leadership* berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan ide bunuh diri¹. Hasil pengabdian masyarakat ditemukan terjadi penurunan mengalami *Prodroma early psychosis* (64.3%) pada Remaja di RW 03 Kelurahan Pasar Baru setelah diberikan terapi aktivitas kelompok dan *peer leadership*, serta terjadi penurunan ide bunuh diri menjadi 14.3% setelah diberikan terapi aktivitas kelompok dan peer leadership.

KESIMPULAN

Hasil pengabdian masyarakat berupa pemberian terapi aktivitas kelompok remaja dan *peer leadership* ternyata terbukti dapat menurunkan prodroma dan ide bunuh diri pada remaja di RW 03 Kelurahan Pasar Baru. Pembuktian keberhasilan ini dapat dilihat terjadinya penurunan mengalami *prodroma early psychosis* (64.3%) pada Remaja di RW 03 Kelurahan Pasar Baru setelah diberikan terapi aktivitas kelompok dan *peer leadership*, serta terjadi penurunan ide bunuh diri menjadi 14.3% setelah diberikan terapi aktivitas kelompok dan *peer leadership*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Bapak Suratno selaku ketua RW 03 Kelurahan Pasar Baru, Sawah Besar, Jakarta Pusat yang telah membantu kegiatan, seluruh remaja yang sudah berpartisipasi dalam pengabdian masyarakat serta STIKes RS Husada yang telah mendanai kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Keliat BA, Wardhani IY, Hargiana G, Silalahi M, Wulandari AP, Kustiawan R, et al. Program Persebaya Efektif Dalam Menurunkan Ide Bunuh Diri Pada Remaja Pasca Bencana Di Kota Bogor. *Konas* 2019 Lampung. 2019;4(1):190–6.
2. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. *Situasi dan Pencegahan Bunuh Diri*. Jakarta; 2019.
3. Stuart GW, Keliat BA, Pasaribu J. *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. Singapore: Elsevier Ltd; 2016.
4. Videbeck SL. Faktor protektif untuk mencapai resiliensi pada remaja setelah perceraian orangtua (Protective factor for achieving resilience I adolescent after parental divorce). Fifth. Vol. 03, *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*. Wolters Kluwer Health: Lippincott Williams & Wilkins; 2011. 37–

- 42 p.
5. Silalahi M. Terapi Kelompok Terapeutik dan Terapi Efektif Kognitif Menurunkan Prodroma Remaja Dengan Orang Tua Bercerai. 2021;5:1–17.
 6. Stefani Dipayanti, Lisya Chairani. Locus Of Control dan Resiliensi Pada Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai. *J Psikol UIN Sultan Syarif Kasim Riau*. 2012;8(Juni):15–20.
 7. Stafford MR, Jackson H, Mayo-Wilson E, Morrison AP, Kendall T. Early interventions to prevent psychosis: Systematic review and meta-analysis. *BMJ*. 2013;346(7892):1–13.
 8. Daulay W, Wahyuni SE, Nasution ML. Optimalisasi Perkembangan Remaja Melalui Tkt (Terapi Kelompok Terapeutik) Di Kecamatan Medan Amplas Dan Medan Johor. *J Pengabd Masy Multidisiplin*. 2021;4(2):73–81.
 9. Petrova M, Wyman PA, Schmeelk-Cone K, Pisani AR. Positive-Themed Suicide Prevention Messages Delivered by Adolescent Peer Leaders: Proximal Impact on Classmates' Coping Attitudes and Perceptions of Adult Support. *Suicide Life-Threatening Behav*. 2015;45(6):651–63.
 10. Nasution RA, Keliat BA, Wardani IY. Effect of Cognitive Behavioral Therapy and Peer Leadership on Suicidal Ideation of Adolescents in Bengkulu. Fifth. Vol. 42, *Comprehensive Child and Adolescent Nursing*. Wolters Kluwer Health: Lippincott Williams & Wilkins; 2019. 90–96 p.
 11. Larson MK, Walker EF, Compton MT. Early signs, diagnosis and therapeutics of the prodromal phase of schizophrenia and related psychotic disorders. *Expert Rev Neurother*. 2011;10(8):1347–59.
 12. Maryatun S. Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik Terhadap Perkembangan Remaja di Panti Sosial Marsudi Putra Dharmapala Inderalaya Sumatera Selatan. *J Ilmu Kesehat Masy*. Fifth. 2013;4(Nov):212.