

[ISSN 2597- 6052](#)

MPPKI

Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia

The Indonesian Journal of Health Promotion

Research Articles

Open Access

Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) Terhadap Peningkatan Aspek dan Tugas Perkembangan Remaja

The Effect of Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) on Readiness for the Aspect and Development Task of Adolescent

Yunita Astriani Hardayati^{1*}, Budi Anna Keliat²¹STIK Sint Carolus²Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia*Korespondensi Penulis : yunitastiksc@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Tahapan perkembangan harus dilewati setiap individu untuk mencapai perkembangan psikososial yang optimal. Fase perkembangan ini berjalan secara berkesinambungan, dimana kegagalan dalam satu fase akan mempengaruhi perkembangan individu di sepanjang hidupnya. diperlukan terapi modalitas yang dapat memaksimalkan pencapaian tugas dan aspek perkembangan remaja sebagai upaya promotif maupun preventif.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) terhadap kesiapan peningkatan aspek dan pencapaian tugas perkembangan remaja.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *Quasy-experimental with pretest-posttest*. Responden merupakan 55 orang remaja yang tinggal di salah satu Kelurahan di Kota Bogor. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur aspek dan tugas perkembangan remaja sebelum dan sesudah diberikan TKT. TKT diberikan melalui 5 sesi terapi dengan durasi 60 menit setiap sesi per minggu. Analisis statistik pada karakteristik responden pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, sementara pengaruh TKT dianalisis menggunakan *dependent t-test*.

Hasil: Setelah dilakukan TKT terjadi peningkatan aspek perkembangan remaja secara signifikan (*p-value* 0,012) dan peningkatan pencapaian tugas perkembangan remaja sebanyak 8,8-10 poin (*p-value* 0,011).

Kesimpulan: TKT terbukti efektif dan dapat direkomendasikan sebagai salah satu terapi modalitas dalam peningkatan aspek dan pencapaian tugas perkembangan remaja

Kata Kunci: TKT; Remaja; Aspek Perkembangan

Abstract

Introduction: Each individual must pass through the stages of development to achieve optimal psychosocial development. This developmental phase runs continuously, where failure in one phase will affect the development of the individual throughout his life. modality therapy is needed that can maximize the achievement of adolescent developmental tasks as a promotive and preventive effort.

Objective: This study aims to determine the effect of Therapeutic Group Therapy (TKT) on the readiness to increase aspects and achievement of adolescent developmental tasks.

Methods: This study used the *Quasy-experimental method with pretest-posttest*. Respondents are 55 teenagers who live in one of the Kelurahan in Bogor City. Data was collected by measuring aspects and tasks of adolescent development before and after being given TKT. TKT is given through 5 therapy sessions with a duration of 60 minutes each session per week. Statistical analysis on the characteristics of respondents in this study used descriptive analysis, while the effect of TKT was analyzed using *dependent t-test*.

Result: After the TKT, there was a significant increase in aspects of adolescent development (*p value* 0.012) and an increase in the achievement of adolescent developmental tasks by 8.8-10 points (*P value* 0.011).

Conclusion: TKT is proven to be effective and can be recommended as one of the therapeutic modalities in improving aspects and achieving adolescent developmental task.

Keywords: Adolescents, Development Task, TKT

PENDAHULUAN

22% dari total populasi atau sebanyak 350 juta jiwa di Asia Tenggara merupakan remaja (1). Di Indonesia, jumlah remaja mencapai 18% dari jumlah penduduk atau sebanyak 43,5 juta jiwa (2). Pertumbuhan psikososial terjadi dalam fase berurutan, dan setiap tahap tergantung pada penyelesaian tahap perkembangan sebelumnya (3). Pada tahap perkembangan ini, penting bagi remaja untuk dapat menyelesaikan tugas perkembangan dengan sehat dan berhasil, karena perkembangan remaja yang sehat berdampak pada kesejahteraan biopsikososial di masa depan (4).

Pada tahap berisiko tinggi ini, remaja menghadapi tantangan besar di semua tingkat bio-psiko-sosial (5). Kejadian buruk dalam lingkungan sosial remaja, seperti *bullying*, dapat mengganggu tercapainya tugas perkembangan positif remaja (6). Remaja yang dapat menyelesaikan tugas perkembangannya akan mengembangkan identitas diri yang positif sementara jika tidak mampu menyelesaikan tugas perkembangannya akan mengalami kebingungan identitas (7).

Diperlukan upaya untuk memaksimalkan pencapaian tugas perkembangan remaja. Program pencegahan dan promosi yang berfokus pada kesehatan jiwa remaja menjadi sangat penting (8). Salah satu program pencegahan dan promosi kesehatan jiwa adalah dengan melakukan stimulasi tugas dan aspek perkembangan remaja. Terapi kelompok terapeutik (TKT) merupakan salah satu terapi modalitas yang merupakan bagian dari terapi kelompok yang memberikan stimulasi perkembangan dengan cara berbagi pengalaman, saling membantu dalam menyelesaikan masalah dan mengajarkan cara mengendalikan stress (9). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh TKT pada remaja terhadap peningkatan aspek dan pencapaian tugas perkembangan remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *quasy experiment pre-posttest*. dilakukan pada September dan Oktober 2020 di salah satu RW, Di Kota Bogor. Kriteria inklusi adalah remaja usia 15-17 tahun yang tinggal di wilayah tersebut, tidak pernah mendapatkan psikoterapi jenis apapun dan bersedia secara sukarela terlibat dalam penelitian ini. Ukuran sampel berjumlah 55 orang yang dihitung berdasarkan jumlah sampel yang ada pada tempat penelitian. Responden yang memenuhi kriteria inklusi diambil melalui metode *purposive sampling*.

Pengumpulan data dibagi menjadi tiga tahap yaitu *pretest*, *intervensi*, dan *post test*. *Pre test* dan *post test* dilakukan menggunakan 2 instrumen. Kuesioner A digunakan untuk mengetahui karakteristik demografi dan tugas perkembangan remaja, Kuesioner B digunakan untuk mengukur aspek perkembangan remaja yang terdiri dari aspek biologis dan psikoseksual, kognitif dan bahasa, moral dan spiritual, emosional dan psikososial, serta bakat dan kreatifitas. Partisipan diminta untuk mengisi kuesioner *pre test* dan *post test* sebelum dan setelah intervensi untuk mengetahui perbedaan dan perubahan aspek dan tugas perkembangan remaja setelah mendapatkan TKT.

Pelaksanaan TKT dilakukan secara berkelompok, anggota setiap kelompok TKT terdiri dari 5-7 orang. Perlaksanaan dilakukan sebanyak 5 sesi. Sesi I : Pengkajian dan diskusi perkembangan remaja. Pada sesi ini terapis mengkaji perkembangan masing-masing anggota yang telah dicapai dan bagaimana upaya memenuhi tugas perkembangannya yang meliputi 10 aspek perkembangan dan melakukan stimulasi perkembangan fisik dan psikoseksual. Sesi II : Stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa. Sesi III : Stimulasi perkembangan moral dan spiritual. Sesi IV : Stimulasi perkembangan emosi dan psikososial. Sesi V : Stimulasi perkembangan bakat dan kreativitas dan evaluasi manfaat dan stimulasi yang telah dilakukan. Analisis statistik pada karakteristik responden pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, sementara pengaruh TKT dianalisis menggunakan *dependent t-test*.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden adalah remaja perempuan (67,3%) dengan usia mayoritas 16 tahun (67,3%).

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat

No	Karakteristik	Frek (n)	Persen (%)	
1	Jenis kelamin	Laki-laki	18	32,7
		Perempuan	37	67,3
2	Usia (tahun)	15	12	21,8
		16	37	67,3
		17	6	10,9

Berdasarkan tabel 2, dijelaskan bahwa pencapaian tugas perkembangan remaja meningkat signifikan setelah diberikan TKT pada remaja (*p value* 0,011).

Tabel 2. Perubahan Tugas Perkembangan Remaja Setelah diberikan TKT

Variabel	Kelompok		n	Mean	SD	P value
Tugas Perkembangan	TKT	Pre Test	55	4.88	1.808	0.011
		Post Test	55	8.88	2.031	
		Selisih		4.00	0.22	

Berdasarkan tabel 3, dijelaskan bahwa pencapaian aspek perkembangan remaja meningkat signifikan setelah diberikan TKT pada remaja (*p value* 0,012)

Tabel 3. Perubahan Aspek Perkembangan Remaja setelah diberikan TKT

Variabel	Kelompok		n	Mean	SD	P value
Aspek Perkembangan	TKT	Pre Test	55	29.6	5.153	0.012
		Post Test	55	37.1	2.475	
		Selisih		7.5	2.67	

PEMBAHASAN

Terapi kelompok terapeutik adalah bentuk tindakan promotif untuk meningkatkan perkembangan anak menjadi optimal sehingga dapat membatasi munculnya masalah kesehatan mental (10). Terapi kelompok terapeutik dapat diterapkan ke grup yang tepat sesuai perkembangan usia untuk meningkatkan potensi dan mendapatkan pertumbuhan optimal (11). Terapi kelompok terapeutik merupakan salah satu terapi modalitas yang dapat digunakan untuk menstimulasi perkembangan individu sesuai tugas tumbuh kembangnya. Prinsip kerja dari TKT pada remaja adalah dengan melakukan stimulus terhadap respon individu yang terdiri dari aspek motorik, kognitif, emosi, kepribadian, moral, spiritual dan psikososial untuk mencapai kemampuan individu (*personal ability*) sesuai dengan tugas perkembangan yang harus dimiliki oleh remaja.

Penelitian ini menunjukkan peningkatan aspek perkembangan yang signifikan pada responden yang mendapatkan TKT. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menjelaskan bahwa terjadi peningkatan perkembangan diri remaja yang meliputi aspek kognitif, emosional, psikososial serta moral dan perbedaan secara bermakna pada kelompok intervensi setelah diberikan TKT (12). Terapi Kelompok Terapeutik bisa dilakukan dengan berbagi pengalaman, saling membantu dalam penyelesaian masalah, dan mengajarkan metode kontrol terhadap stres (13). Tugas perkembangan merupakan tugas yang timbul pada periode tertentu dalam kehidupan individu, jika tugas perkembangan berhasil dipenuhi, individu akan merasa bahagia dan membawa ke arah keberhasilan dalam melaksanakan tugas. Akan tetapi kegagalan mencapai tugas perkembangan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas perkembangan berikutnya (14). Tugas perkembangan remaja berfokus pada upaya perubahan sikap dan perilaku kanak-kanak menjadi dewasa. Berdasarkan penilaian pada instrumen yang digunakan peneliti, dimana terdapat 10 tugas perkembangan yang harus dilewati oleh remaja untuk mencapai perkembangan yang optimal. Penelitian menunjukkan rata-rata pencapaian tugas perkembangan remaja sebelum diberikan intervensi adalah 4-5 tugas perkembangan, sementara setelah diberikan intervensi rata-rata pencapaian tugas perkembangan remaja yaitu 8,8-10. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pencapaian tugas perkembangan remaja yang signifikan setelah diberikan TKT.

Konflik dasar dalam tahap perkembangan remaja adalah identitas dan kebingungan peran. Selama tahap ini, diharapkan remaja akan mengembangkan jati diri mereka dan mandiri dari orang-orang seperti teman dan orang tua (15). Pencapaian tugas perkembangan menjadi hal yang sangat penting pada remaja. Secara bersamaan, remaja dihadapkan dengan kebutuhan mendesak untuk membentuk identitas diri, yang kemudian menghasilkan banyak tantangan psikososial terhadap perkembangan remaja. Remaja rentan terhadap berbagai permasalahan seperti *bullying* atau *cyberbullying* maupun masalah psikososial sebagai dampak bagi remaja yang merasa bahwa mereka tidak dapat menyesuaikan diri karena mereka percaya semua orang melihat dan menghakimi mereka. Remaja yang gagal dan tidak mampu menyelesaikannya dengan optimal berpotensi melakukan pelanggaran terhadap aturan maupun norma yang membahayakan dan merugikan diri sendiri seperti bolos sekolah, tawura, perkelahian, penyalahgunaan zat terlarang, maupun seks pra nikah (12).

Pada usia remaja, teman sebaya itu penting, tetapi orang tua tetaplah orang terpenting dalam kehidupan remaja sehingga penting bagi orang tua untuk tetap memberikan contoh perilaku positif bagi remaja. Terapi kelompok terapeutik membantu remaja dalam pencapaian tugas perkembangan dan proses pembentukan identitas diri remaja serta memenuhi kebutuhan secara positif. Melalui TKT remaja dapat mempelajari dan berbagi pengalaman antara satu sama lain (16).

Implikasi dari penelitian ini yaitu terapi kelompok terapeutik yang diberikan pada remaja mampu menstimulus remaja untuk mencapai tugas dan aspek perkembangan yang terdiri dari aspek motorik, kognitif,

emosi, kepribadian, moral, spiritual dan psikososial. Berdasarkan teori, pencapaian perkembangan yang optimal mampu mencegah munculnya berbagai masalah psikososial remaja dimasa datang. Sebagai upaya promosi kesehatan jiwa remaja pelaksanaan TKT dapat diadaptasi oleh unit usaha kesehatan sekolah (UKS) yang bekerjasama dengan puskesmas setempat dengan tujuan meminimalisir segala bentuk kenakalan remaja dan masalah kesehatan jiwa yang ditimbulkan.

Penelitian lanjutan dianjurkan memasukkan beberapa hal yang belum tercakup dalam penelitian ini, misalnya dengan melibatkan sekolah (UKS), puskesmas setempat, kader, maupun organisasi karang taruna wilayah dalam upaya meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam upaya promosi kesehatan jiwa remaja.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan tugas dan aspek perkembangan remaja yang signifikan setelah diberikan terapi kelompok terapeutik usia remaja. Terapi kelompok terapeutik direkomendasikan sebagai salah satu terapi modalitas yang dapat digunakan untuk menstimulasi pencapaian tugas dan aspek perkembangan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization Regional Office for South-East Asia (SEARO) (2018). Adolescent health and development diakses melalui http://www.searo.who.int/entity/child_adolescent/topics/adolescent_health/en/ 10 Desember 2018
2. Kemenkes RI. (2012). Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, Situasi kesehatan reproduksi remaja- 29 Juni dalam rangka Hari Keluarga Nasional. Diakses 20 Oktober 2018 melalui www.depkes.go.id/download.php?file.../infodatin%20reproduksi%20remaja-ed.pdf
3. Stuart, G. W. (2016). Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart. (B. A. Keliat & J. Pasaribu, Eds.) (1st ed.). Singapore: Elsevier Singapore
4. Sawyer, S. M., Afifi, R. A., Bearinger, L. H., Blakemore, S. J., Dick, B., Ezech, A. C., & Patton, G. C. (2012). Adolescence: A foundation for future health. *The Lancet*, 379(9826), 1630–1640. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60072-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60072-5)
5. Catalano, R. F., Fagan, A. A., Gavin, L. E., Greenberg, M. T., Irwin, C. E., Ross, D. A., & Shek, D. T. L. (2012). Worldwide application of prevention science in adolescent health. *The Lancet*, 379(9826), 1653–1664. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(12\)60238-4](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(12)60238-4)
6. Zhang, A., Liu, C., Bornheimer, L. A., Solomon, P., Wang, K., & Morrow, S. P. (2019). The indirect effect of bullying on adolescent self-rated health through mental health: A gender specific pattern. *Children and Youth Services Review*, 104(March). <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104385>
7. Papalia, Diane E. Papalia, Sally Wendkos, dan Ruth Duskin Feldman. 2009. *Human Development*. Terjemahan: Brian Marwensdy. (Jakarta: Salemba Humanika).
8. Ogbonna, P. N., Iheanacho, P. N., Ogonnaya, N. P., Mbadugha, C. J., Ndubuisi, I., & Chikeme, P. C. (2019). Prevalence of mental illness among adolescents (15–18 years) treated at Federal Neuropsychiatric Hospital, Enugu Nigeria, from 2004 to 2013. *Archives of Psychiatric Nursing*, (December). <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2019.12.008>
9. Townsend, M. C. (2014). *Essentials of Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-based Practice*. Philadelphia: F.A Davis Company.
10. Nugter, M.A. and F. Engelsbel, 2015. Outcomes of FLEXIBLE Assertive Community Treatment (FACT) Implementation: A prospective real life study. *Community Mental Health J.*, 52: 898-907. DOI: 10.1007/s10597-015-9831-2
11. Bratha, Shinta D.K., Meri Neherta and Dewi Eka Putri. (2018). The Effect of Therapeutic Group Therapy to Mother's Knowledge about Cognitive and Psychosocial of Preschool-age Children. *International Journal of Research in Nursing*. DOI: 10.3844/ijrnsp.2018
12. Maryatun, S. (2014). Pengaruh terapi kelompok terapeutik terhadap perkembangan remaja di panti sosial marsudi putra dharmapala inderalaya. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 1(2355), 12–20.
13. Townsend, M. C. (2011). *essentials of psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice (fifth)*. philadelphia: F. A Davis.
14. Jannah, Miftahul. (2016). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*. Vol 1 No 1. ISSN:25013-3611
15. De Sevo, M. R. (2015). *Pediatric nursing: Content review plus practice questions*. Philadelphia: F. A. Davis

Company

16. Hasanah, U., Susanti, H., & Panjaitan, R. U. (2019). Family experience in facilitating adolescents during self-identity development in ex-localization in Indonesia, 18(Suppl 1), 1–7.