UPAYA PENCAPAIAN TUGAS PERKEMBANGAN REMAJA MELALUI TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK (TKT)

Luri Mekeama, Yosi Oktarina, Yuliana, Nurhusna

Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK Universitas Jambi

Corresponding author email: luri_mekeama@unja.ac.id

ABSTRACT

Adolescence is a period of searching for self-identity, adolescents are faced with various changes including physical, psychological, social, emotional changes that are less stable, mood changes. This condition can cause stress and trigger unique behavior in adolescents. Facing the turbulence of these developmental changes, every teenager needs an adaptation process, by means of which adolescents are introduced to their developmental tasks. to the prevention of disorders, emotional stress in a situation or developmental crisis, namely by teaching adolescents how to effectively understand each phase of change, so as to encourage healthy adolescent development. The youth were gathered in one group and held discussions, questions and answers and played games in groups. This service was carried out in a group of teenagers in Rt 17 Kelurahan Pemetang Sulur Kecamatan Telanai Jambi City.

Keywords: TKT, Developmental Tasks, Adolescent

ABSTRAK

Masa remaja adalah masa pencarian identitas diri, remaja dihadapkan dengan perbagai perubahan diantaranya perubahan fisik, psikologis, sosial, emosional yang kurang stabil, perubahan suasana hati. Kondisi ini dapat menimbulkan stress dan memicu perilaku unik pada remaja. Menghadapi gejolak perubahan perkembangan ini, maka setiap remaja membutuhkan proses adaptasi, dengan cara remaja diperkenalkan dengan tugas perkembangannya.Untuk mencapai tugas perkembangan remaja mencapai identitas diri diperlukan upaya untuk memaksimalkan pencapaian tugas perkembangan remaja melalui kegiatan terapi kelompok terapeutik remaja (TKT). Terapi kelompok terapeutik berfokus kepada pencegahan gangguan, stress emosional pada suatu situasi atau krisis perkembangan, yaitu dengan mengajarkan kepada remaja cara yang efektif memahami setiap fase perubahan, sehingga dapat mendorong perkembangan masa remaja yang sehat.Pengabdian ini dilakukan dengan metode melakukan pengkajian terlebih dahulu kepada keluarga dan kepada remaja, setelah itu remaja dikumpulkan dalam satu kelompok atau dinamika kelompok, pemberian edukasi, melakukan diskusi, tanya jawab serta melakukan game didalam kelompok.Pengabdian ini dilakukan pada kelompok remaja di Rt 17 Kelurahan Pemetang Sulur Kecamatan Telanai Pura Kota Jambi.

Kata kunci: TKT, Tugas Perkembangan, Remaja

PENDAHULUAN

Masa remaja sering disebut dengan masa pencarian identitas diri, karena pada masa ini terjadi peralihan atau transisi perkembangan dari anak-anak menuju dewasa.[1] Dalam masa peralihan ini, remaja dihadapkan dengan perbagai perubahan perkembangan diantaranya perkembangan fisik, psikologis, sosial, emosional yang kurang stabil, dan perubahan suasana hati. Kondisi ini dapat menimbulkan stress dan memicu perilaku unik pada remaja.[2] Muncul berbagai macam persepsi yang khas di kalangan remaja, dimana remaja dipandang sebagai masa berontak, masa topan dan badai, emosi meledak-ledak, cendrung sentimental dan mudah galau atau stress.[3]

Hasil wawancara ke beberapa remaja, mereka beranggapan masa remaja menjadi masa yang sulit dan penuh tantangan sehingga dari beberapa remaja belum siap memasuki fase remaja dan masih nyaman dengan fase perkembangan anak-anak. Dalam menghadapi gejolak perubahan perkembangan ini, maka setiap remaja membutuhkan proses adaptasi, dengan cara remaja diperkenalkan dengan tugas perkembangannya agar mendorong perkembangan masa remaja yang sehat.

Untuk itu dalam upaya menangani masalah perkembangan yang dihadapi remaja, pendekatan terapi kelompok sangat tepat dipilih Untuk mencapai tugas perkembangan remaja mencapai identitas diri.[4] Identitas diri remaja dapat dibentuk dari cara dia memandang dan berespon terhadap orang lain dalam kelompok.[5] Ada bermacam-macam kelompok salah satunya kelompok sebaya. Remaja keterikatannya sangat kuat dengan kelompok sebayanya. Potensi masalah dan sumber koping dapat berasal dari kelompok sebaya. Remaja adalah makhluk sosial yang sedang belajar ketrampilan sosial, mereka sering lebih mempercayai teman sebaya dibanding orang yang lebih dewasa.[6]

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.[7]

Merujuk pendapat Crokkett (1984 dalam Jonhnson, 1995). interaksi kelompok dapat memberi kesempatan perkembangan psikologis remaja seperti pembentukan hubungan sosial, ketrampilan sosial, meningkatkan interaksi sosial, dan memahami diri dan orang lain.[8]

Terapi kelompok terapeutik merupakan pilihan ideal dan penting bagi kelompok umur ini. Mereka menjadi mampu belajar antarsatu sama lain sesuai perkembangan mereka.[9], dapat membantu remaja dalam memenuhi kebutuhannya secara positif, bermakna bagi kelompok sebaya dan pembentukan identitas diri.[10]

METODE

Pelaksanaan TKT dilakukan secara berkelompok, anggota setiap kelompok TKT terdiri dari 5-7 orang. 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.

Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini adalah pada tahap pengkajian melakukan wawancara, dilanjutkan pemberian edukasi tentang pertumbuhan dan perkembangan remaja yang normal dan menyimpang, melakukan diskusi dan tanya jawab. Tahap stimulasi perkembangan dilakukan dinamika kelompok untuk permainan dalam sesi. TKT remaja sesi-sesinya mengacu pada aspek perkembangan remaja [11.]

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pelaksanaan pengabdian ini Terapi kelompok terapeutik hanya berlansung 4 sesi, yang harusnya sesuai dengan modul TKT remaja berlangsung sebanyak 7 sesi, hal ini dikarena ada beberapa keterbatasan dan hambatan yaitu dimana kesulitan menyatukan jadwal antar remaja dan dengan berbagai kegiatan yang diikuti remaja setelah pulang sekolah. Merujuk pada aturan modul TKT remaja bahwa anggota yang mengikuti TKT dari awal sampai akhir sesi harus dengan remaja yang sama dan tidak boleh di tukar atau masuk anggota baru sampai akhir sesi, sehingga berbagai hambatan tersebut membuat pengabdian ini hanya berjalan 4 sesi.

Pengabdian ini dilakukan kepada kelompok remaja di RT.17 kelurahan Pematang Sulur. Kec. Telanai Pura Jambi. Setting tepat pada pelaksanaan pengabdian ini, Terapis (Dosen) dan remaja duduk bersama secara melingkar pada tempat yang nyaman dan tenang.

Alat yang digunakan adalah Leaflet stimulasi perkembangan remaja, alat tulis, lembar evaluasi. Langkah-langkah Persiapan kegiatan pengabdian ini sebelumnya Membuat kontrak dengan remaja (7 sesi masing-masing sesi 45 menit atau 60 – 120 menit tergantung tujuan). Jika berhasil melewati masing-masing sesi sesuai kriteria maka dapat melanjutkan ke sesi berikutnya, jika tidak maka akan mengulangi sesi tersebut. Tahap Pelaksanaan terdiri dari 3 fase (orientasi, fase kerja, dan terminasi) serta Evaluasi dan dokumentasi.

Ada pun tata laksana pengabdian ini adalah pada tahap awal melakukan fase orieatasi yaitu salam terapeutik dan perkenalan (permainan berkenalan ”Nama & Gaya”), evaluasi/validasi: menanyakan perasaan klien saat ini. Kontrak: menjelaskan lama sesi pertama (45 menit), tujuan sesi,aturan kegiatan yaitu : remaja mengikuti dari awal sampai selesai, remaja berperan aktif dalam kegiatan.

Tahapan kedua melakukan fase kerja, kegiatan yang dilakukan mengacu kepada sesi-sesi:

Sesi Pertama

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 yaitu perkembangan biologi/fisik, psikoseksual, kognitif, psikososial, moral, spiritual, bahasa, emosi, kreativitas, dan bakat khusus. Selanjutnya memaparkan ciri-ciri, tugas perkembangan remaja yang sehat dan penyimpangan yang dapat terjadi.

***Sesi kedua**:*

Stimulasi perkembangan biologis/fisik dan psikoseksual. Pada sesi ini anggota berdiskusi tentang stimulasi perkembangan biologi dan psikoseksual dan berbagi pengalaman stimulasi perkembangan yang pernah diperoleh dari lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Selanjutnya diskusi tentang cara menjaga kesehatan badan, kebiasaan hidup sehat dan bersih, olahraga secara teratur, cara mengontrol hasrat seksual dan akibatnya bila tidak dilakukan. Pada bagian akhir fase kerja anggota diminta membuat komitmen terhadap kesehatan fisik dan psikoseksual.

***Sesi ketiga**:*

Stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa. Pada sesi ini anggota berdiskusi tentang stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa serta berbagi pengalaman stimulasi perkembangan yang pernah diperoleh dari lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Pada sesi ini dilakukan permainan "Tebak nama buah, nama salah satu pelajaran yang ada di sekolah dan nama salah satu guru bidang studi.". Pada permainan ini salah satu anggota memegang kertas dan diletakkan diatas kepala, tidak boleh melihat tulisan kertas tersebut. Kertas bertuliskan salah satu nama buah, nama mata pelajaran dan nama guru bidang studi. Kertas tersebut di perlihatkan ke setiap anggota kelompok. Anggota kelompok yang dipilih tersebut menanyakan kepada anggota kelompok tentang ciri, karakter, fungsi, ukuran agar bisa menebak apa yang tertulis dikertas. dan tugas anggota kelompok yang lain adalah menjawab pertanyaan pertanyaan yang dilontarkan dengan hanya menjawab kata "Ya","Tidak", "Bisa Jadi". Permainan ini terinpirasi dari "Indonesia pintar" yang tayang di salah satu stasiun Televisi. Bentuk pemainan ini sebagai modifikasi dari sesi 4, karena permainan yang sesuai modul adalah melakukan "Tebak Idola"

Sesi keempat:

Stimulasi perkembangan moral dan spiritual. Pada sesi ini anggota berdiskusi tentang stimulasi perkembangan moral dan spiritual dan berbagi pengalaman stimulasi perkembangan yang pernah diperoleh dari lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Pada sesi ini terapis melakukan permainan yang diberi nama "*The best values*" yang berisi tentang berbagai nilai-nilai pribadi dari yang paling penting – kurang penting, selanjutnya anggota di instruksikan untuk mengurutkan serta menyampaikan secara langsung alasannya. Terapis memberi kesempatan anggota lain saling memberikan pendapat. Setelah itu, anggota diminta memerankan miniskenario yang berisikan moral yang baik dan buruk serta mendiskusikan isi dari skenario. Pada bagian akhir fase kerja anggota diminta membuat komitmen terhadap perkembangan moral spiritual.

Pada tahap ke tiga masuk kepada fase terminasi, dimana pada fase ini terapis menanyakan perasaan remaja setelah mengikuti TKT sesi 1-4, memberikan umpan balik positif atas kerjasama remaja yang baik. Selanjutnya untuk tindak lanjut menganjurkan untuk mengeksplorasi nilai-nilai sesuai sesi 1-4 serta mengamalkannya, masukan pengamalan nilai-nilai dalam jadwal kegiatan harian. Kontrak yang akan datang: Menyepakati kegiatan, waktu, dan tempat terapi kelompok terapeutik sesi 5

Evaluasi dan dokumentasi

Evaluasi pelaksanaan terapi khususnya tahap kerja, keaktifan, keterlibatan danproses pelaksanaan secara keseluruhan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil evaluasi selama proses terapi kelompok terapeutik remaja, anggota kelompok sangat bersemangat mengikuti proses kegiatan dari awal sampai

akhir sesuai dengan aturan permainan. Seluruh anggota kelompok antusias, aktif berdiskusi, kritis,mampu memberikan respon cepat pada sesi tanya jawab. hasil evaluasi terdapat peningkatkan 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. Dan melihat antusiasnya remaja melakukan kegiatan terapi kelompok terapeutik, maka diharapkan dukungan tokoh masyarakat dan petugas kesehatan untuk melakukan kegiatan seperti ini secara berkala

DAFTAR PUSTAKA

1. Hurlock, E. B. Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan). Jakarta: Erlangga, 2012.
2. Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development* (Perkembangan Masa Hidup) ed. 13. USA : McGraw-Hill Humanities
3. Syamsu Yusuf.*Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*.(Remaja Rosdakarya, Bandung, 2000
4. Zelaskowski, P. (n.d). *Adolescence and group psychotherapy.* March 5, http://www.groupworks.info/writing/adolescence.htm, 2010.
5. Johnson, B.S., "*Child, adolescence and family psychiatric nursing"*. Philadelphia: J.B Lippincott Company, 1995
6. Fleitmen, M.(n.d.). *Group therapy for adolescents (ages 13-18)*. January 6, 2010.http://www.revitalizing psychiatry.com/contactUs.html
7. Townsend, M. C. (2014). Essentials of Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidencebased Practice. Philadelphia: F.A Davis Company.
8. Johnson, B.S., (1995). *Child, adolescence and family psychiatric nursing*. Philadelphia: J.BLippincott Company
9. Wood, D. (2009). *Group therapy for adolescents: clinical paper*. March 15, 2010.http://www.mental-health matters.com/index.php?option=com_content&view=article&id=99:group-therapyfor-adolescents-clinical-paper&catid=4 :parenting&Itemid=1652
10. Stuart,G.W & Laraia, M.T (2009). *Principles and Practice of psychiatric nursing*. (8th edition). St Louis:Mosby
11. FIK. "Draft Terapi Kelompok Terapeutik". Depok: FIK-UI (tidak dipublikasikan), 2008.
12. Ogbonna, P. N., Iheanacho, P. N., Ogbonnaya, N. P., Mbadugha, C. J., Ndubuisi, I., & Chikeme, P. C. (2019). Prevalence of mental illness among adolescents (15–18 years) treated at Federal Neurospsychiatric Hospital, Enugu Nigeria, from 2004 to 2013. Archives of Psychiatric Nursing, (December). https://doi.org/10.1016/j.apnu.2019.12.008

13. Astriani. Y, Keliat. A. (2022).Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) Terhadap Peningkatan Aspek dan Tugas Perkembangan Remaja. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI) The Indonesian Journal of Health Promotion. Vol.5 no.7,224-829
14. Daulay.W, dkk (2021). Optimalisasi perkembangan remaja melalui tkt (terapi Kelompok terapeutik) di kecamatan medan amplas dan medan johor . Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin Volume 4 No. 2 .73-81