

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf11nk113>

Efektivitas *Therapeutic Group Therapy* (TGT) Terhadap *Self-Efficacy* Pada Remaja: A Systematic Review

Winda Kusumawardani

Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga Surabaya; winda.kusumawardani-2018@fkp.unair.ac.id
(koresponden)

Bernadetta Germia Aridamayanti

Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga Surabaya; bernadetta.germia.aridamayanti-2018@fkp.unair.ac.id

Nursalam

Dosen Keperawatan Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga Surabaya; nursalam@fkp.unair.ac.id

Hanik Endang Nihayati

Dosen Keperawatan Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga Surabaya; hanik-e-n@fkp.unair.ac.id

ABSTRACT

Background: The low confidence of adolescents regarding self-ability (low self-efficacy) to complete tasks and challenges will make teens with apathy and pessimism. So that intervention is needed that can provide adolescent stimulus to increase self efficacy, namely *Therapeutic Group Therapy* (TGT). **Objective:** To increase self efficacy, namely *Therapeutic Group Therapy* (TGT). The purpose of this Systematic review is to explain the effectiveness of *Therapeutic Group Therapy* on self efficacy based on various studies. **Method:** The author conducted a simple literature review using PRISMA; (1) identified using relevant keywords there were 240 articles selected by meeting the inclusion criteria of 16 articles obtained from several databases including ProQuest, Scopus and ScienceDirect; (2) Articles published between 2012-2019; (3) the area of juvenile nursing and psychology journals. **Results:** *Therapeutic group therapy* (TGT) is an effort to promote mental health to increase self-awareness, increase interpersonal relationships, and increase confidence in the ability of adolescents to make changes or all three. There are 10 aspects of development that will be stimulated, including biological, psychosexual, cognitive, moral, spiritual, psychosocial, emotional, language, talent, and creativity aspects. **Conclusion:** TGT has a significant influence in increasing self-efficacy which enables adolescents to complete developmental tasks in their phase. **Implications:** To add to the literature review related to therapy for stimulation of development in adolescents.

Keywords: *therapeutic group therapy; self efficacy; adolescents*

ABSTRAK

Latar belakang: Rendahnya keyakinan remaja terhadap kemampuan diri (*self efficacy* rendah) untuk menyelesaikan tugas dan tantangan akan menjadikan remaja dengan sikap apatis dan pesimis. Sehingga diperlukan intervensi yang dapat memberikan stimulus remaja untuk meningkatkan *self efficacy* yaitu *Therapeutic Group Therapy* (TGT). **Tujuan:** Untuk meningkatkan *self efficacy* yaitu *Therapeutic Group Therapy* (TGT). Tujuan dari *Systematic review* ini adalah untuk menjelaskan efektivitas *Therapeutic Group Therapy* terhadap *self efficacy* berdasarkan berbagai penelitian. **Metode:** Penulis melakukan kajian literatur secara sederhana menggunakan PRISMA; (1) diidentifikasi dengan menggunakan kata kunci yang relevan terdapat 240 artikel diseleksi dengan memenuhi kriteria inklusi 16 artikel yang diperoleh dari beberapa database antara lain ProQuest, Scopus dan ScienceDirect; (2) Artikel diterbitkan antara tahun 2012-2019; (3) area jurnal keperawatan dan Psikologi remaja. **Hasil:** *Therapeutic group therapy* (TGT) merupakan salah satu upaya promosi kesehatan jiwa untuk meningkatkan kesadaran diri (*self awereness*), meningkatkan hubungan interpersonal, dan meningkatkan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh remaja untuk membuat perubahan atau ketiga-tiganya serta terdapat 10 aspek perkembangan yang akan di stimulasi meliputi aspek biologi, psikoseksual, kognitif, moral, spiritual, psikososial, emosi, bahasa, bakat dan kreativitas. **Simpulan:** TGT memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan *self efficacy* yang membuat remaja dapat menyelesaikan tugas perkembangan pada fasenya. **Implikasi:** Untuk menambah kajian literatur terkait terapi untuk stimulasi perkembangan pada remaja.

Kata kunci: *therapeutic group therapy; self efficacy; remaja*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa usia antara 12-20 tahun yang ditandai adanya perkembangan dari aspek biologi, psikologi, dan sosial serta di hadapkan pada proses perubahan kognitif emosional, moral, dan psikososial.⁽¹⁾ Remaja adalah sumber daya terbesar bagi masyarakat untuk berkembang karena memiliki tugas, peran dan fungsi dalam proses kehidupan berbangsa dan bernegara.⁽²⁾ Remaja mempunyai tugas perkembangan yang harus di capai pada fasenya yaitu identitas diri vs kebingungan peran. Dampak bila tidak tercapai remaja mengalami hambatan tahap perkembangan di fase berikutnya. Unsur utama pada identitas diri remaja adalah *self efficacy*.⁽³⁾ Rendahnya keyakinan remaja terhadap kemampuan diri

(*Self efficacy* rendah) untuk menyelesaikan tugas dan tantangan yang ada menjadikan remaja individu dengan sikap apatis dan pesimis.⁽⁴⁾ Sehingga diperlukan intervensi yang dapat memberikan stimulus remaja untuk meningkatkan *self efficacy*.

Terdapat banyak jenis intervensi untuk meningkatkan *self efficacy* pada remaja, *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* yang dapat mengatasi stress atau depresi pada remaja sehingga memunculkan keyakinan terhadap kemampuan yang ia miliki, *Social Skill Training (SST)* adalah pendekatan psikoedukasional untuk memperbaiki kekurangan pada beberapa kemampuan interpersonal.⁽⁵⁾ Namun, metode intervensi ini memerlukan pendekatan langsung dengan terapis dalam waktu yang lama dan memerlukan pembiayaan pengobatan yang mahal.⁽⁶⁾ Disisi lain, remaja adalah individu yang memerlukan dukungan dari kelompok sebaya dan diperlukan juga suatu intervensi yang dapat menggali setiap aspek perkembangan yang harus dicapai pada fase remaja yang meliputi aspek biologi, psikoseksual, kognitif, moral, spiritual, psikososial, emosi, bahasa, bakat dan kreativitas.⁽⁷⁾

Dalam beberapa tahun terakhir, *Therapeutic Group Therapy (TGT)* telah dipopulerkan sebagai intervensi untuk mengatasi keterbatasan ini. *Therapeutic Group Therapy (TGT)* merupakan cara untuk menstimulasi aspek perkembangan pada remaja yang meliputi aspek biologi, psikoseksual, kognitif, moral, spiritual, emosi bakat dan kreativitas guna meningkatkan *self efficacy* pada diri seorang remaja.⁽⁷⁾ Dalam penelitian lainnya, *Therapeutic Group Therapy (TGT)* memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk saling berbagi pengalaman, saling membantu satu dengan lainnya, untuk menemukan cara menyelesaikan masalah dan mengantisipasi masalah yang akan dihadapi dengan mengajarkan cara yang efektif untuk mengendalikan stress.⁽⁸⁾

Tujuan dari *systematic review* ini adalah untuk mengetahui efektivitas *Therapeutic Group Therapy (TGT)* terhadap *self-efficacy* pada remaja

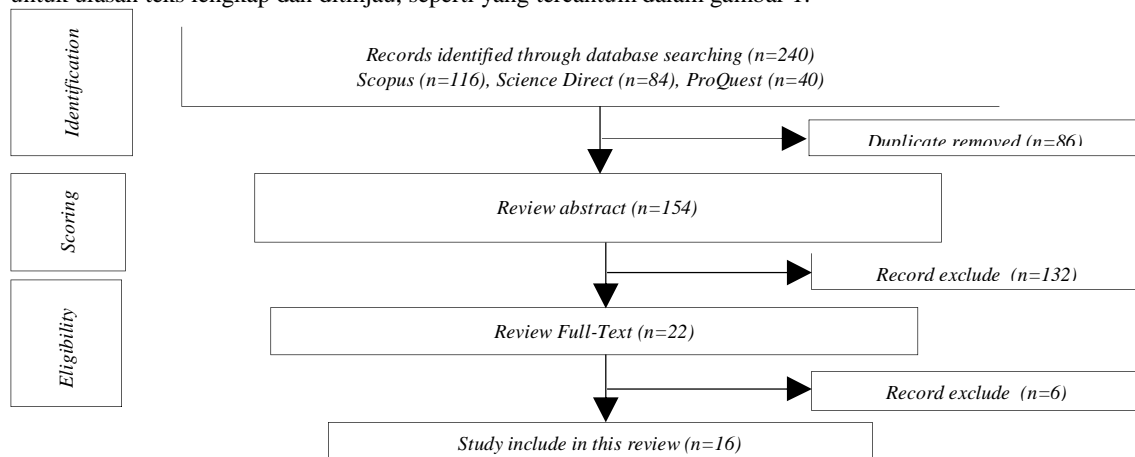
METODE

Desain *systematic review* ini dihasilkan dari penelitian terbaru selama 5 tahun terakhir. *Systematic review* ini menggunakan pendekatan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)*. Proses pencarian artikel secara elektronik. Data diperoleh dari Scopus, Science direct dan ProQuest. *Systematic review* menggunakan kata kunci *Therapeutic Group Therapy*, *self efficacy*, remaja. Artikel diterbitkan antara tahun 2012-2019 pada area jurnal keperawatan dan psikologi remaja dan *full text article* menggunakan bahasa Inggris. Dalam pencarian artikel menggunakan "AND". Setelah jumlah artikel diperoleh, peneliti kemudian memilihnya kembali sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditentukan.

Proses pencarian artikel dilakukan pada Juli 2019- Januari 2020. Pencarian artikel menggunakan kata kunci yang telah ditentukan oleh para peneliti dan memberikan batasan pada kriteria inklusi dan eksklusi. Data yang diperoleh dari Scopus, Science Direct dan ProQuest kemudian dipilih satu per satu oleh para peneliti untuk menentukan kesesuaian artikel yang diinginkan oleh para peneliti dan menghapus artikel yang sama. Setelah mendapatkan artikel sesuai dengan para peneliti, artikel dianalisis satu per satu dan dikelompokkan untuk mendapatkan hasilnya. Langkah selanjutnya adalah membahas berdasarkan poin yang diperoleh.

HASIL

Pencarian literatur awal menghasilkan 240 artikel (116 dari Scopus, 84 dari Science Direct, dan 40 dari ProQuest). Setelah meninjau abstrak untuk relevansi dan pencocokan dengan kriteria inklusi, 16 artikel dipilih untuk ulasan teks lengkap dan ditinjau, seperti yang tercantum dalam gambar 1.



Gambar 1. Diagram flow dan pemilihan artikel

Analisis terhadap 16 artikel tersebut menjelaskan bahwa *Therapeutic Group Therapy (TGT)* memiliki manfaat dan efektivitas pada remaja (Tabel 1).

Tabel 1. Efektivitas *therapeutic group therapy (TGT)* terhadap *self-efficacy* pada remaja

No.	Judul, Penulis, Tahun	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil
1.	<i>Group therapy therapeutik for early adolescent relationship problems between girls</i> ⁽⁹⁾	D: <i>Quantitative research</i> S: Usia 11-14 tahun V: <i>Group therapy therapeutik</i> perkembangan psikososial I: Wawancara semiterstruktur A: -	Remaja putri awal menghabiskan banyak waktu dengan teman-teman; mereka berkomunikasi satu sama lain, dan membuat dukungan emosional satu sama lain. Kelompok sebaya, dengan demikian, memainkan peran mendasar dalam kehidupan remaja awal. Sering ada hubungan masalah <i>peer-group</i> karena tingkat perkembangan psikososial. Masalah berkembang karena tekanan teman sebaya, manajemen popularitas, masalah komunikasi, kecemburuan dan citra diri yang rendah
2.	<i>Perception Stimulation Group Activity Therapy Increases e Children Self Esteem at Prison</i> ⁽⁶⁾	D: <i>Quasy experimental (pre post control design)</i> S: 22 Anak (11 intervensi dan 11 kontrol) V: TAK stimulasi persepsi variabel dependen adalah harga diri I: Panduan TAK stimulasi persepsi (Keliat dan Akemat (2004) dan kuesioner harga diri (Adawiyah 2000) A: Uji statistik <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> sebelum uji statistik <i>Mann Whitney U Test</i> sesudah TAK	Dapat disimpulkan bahwa stimulasi persepsi dapat meningkatkan harga diri anak di penjara. Penelitian lebih lanjut direkomendasikan untuk mempelajari pengaruh stimulasi persepsi GAT yang dimodifikasi oleh terapi keterampilan dalam meningkatkan harga diri anak di penjara.
3.	<i>Outcome of the solution-focused self-efficacy enhancement group intervention for adolescents in foster care setting</i> ⁽¹⁰⁾	D: <i>Quasi-experimental , non-randomized</i> S: 58 responden (29 intervensi dan 29 kontrol) V: <i>Self-efficacy enhancement</i> I: 1. <i>Self-efficacy scale</i> 2. <i>Adolescent psychological functioning questionnaire</i> A: ANOVA	Hasil mengungkapkan bahwa peserta dari kelompok intervensi melaporkan peningkatan yang signifikan dalam <i>self-efficacy</i> umum dengan ukuran efek yang besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Namun, Intervensi tidak berpengaruh signifikan pada efikasi diri sosial. Selain itu, hubungan antara partisipasi dalam Intervensi dan perbaikan dalam dua bidang fungsi psikologis remaja asuh yang dimediasi oleh perubahan positif dalam <i>self-efficacy</i> umum
5.	<i>Future-oriented or present-focused? The role of social support and identity styles on 'futuring' in Italian late adolescents and emerging adults</i> ⁽¹¹⁾	D: <i>Quantitative research, purposive sampling</i> S: 1201 remaja V: <i>Social support dan identity styles</i> I: 1. <i>Functions of Identity Scale</i> 2. <i>Identity Style Inventory</i> , 3. <i>Social Support Scale</i> A: <i>T-test</i>	Masa depan dipengaruhi oleh gaya normatif dan gaya <i>diffuse/avoidant</i> dan oleh interaksi antara kedua gaya identitas normatif dan gaya identitas <i>diffuse/avoidant</i> dengan dukungan sebaya. Perbedaan gender dan usia dibahas
6.	<i>The Structure of Social Exchange in Self-help Support Groups: Development of a Measure</i> ⁽¹²⁾	D: kuantitatif S: 194 responden dari 18 kelompok V: Self-help, Support groups, Mutual support, Social exchange, Resource theory dan Measurement development I: - A: -	Sebagai gambaran perilaku yang memengaruhi terapi kualitas kelompok pendukung, pertukaran sosial adalah jantungnya proses kelompok swadaya. Untuk memahami bagaimana sosial pertukaran mengarah pada manfaat partisipasi adalah pusat menggambarkan secara efektif bagaimana orang mendapat manfaat dari swadaya kelompok pendukung
7.	<i>Response to a mindful self-compassion intervention in teens: A within-person association of mindfulness, self-compassion, and emotional well-being outcomes</i> ⁽¹³⁾	D: Kuantitatif Praeksperimental S: Remaja V: Intervensi pada remaja, perhatian diri sendiri dan kesejahteraan emosional I: - A: MANOVA	Intervensi TGT menumbuhkan kesadaran dan rasa iba memiliki potensi untuk memberikan remaja dengan alat yang dapat mereka gunakan untuk mengurangi stres, meningkatkan ketahanan, dan mendorong cara-cara itu mereka dapat menghargai diri mereka sendiri dan pengalaman sehari-hari mereka, dan memungkinkan mereka untuk terlibat dalam pengalaman baru secara produktif dan cara sehat
8.	<i>MEMO an Health intervention to prevent the onset of depression in adolescents: a double-blind, randomised, placebo-controlled trial</i> ⁽¹⁴⁾	D: Kuantitatif Praeksperimental S: Remaja V: Intervensi <i>mHealth</i> dan Depresi remaja I: <i>Depression scale</i> A: -	Pencegahan depresi terus menunjukkan efek positif pada peringkat gejala dan hasil yang menggembirakan dalam pengurangan diagnosa gangguan depresi

No.	Judul, Penulis, Tahun	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil
9.	<i>Influence of Family supportive therapy on Family skills about client of survival disorders in bogor Indonesia</i> ⁽¹⁵⁾	D: Kuantitatif S: 24 keluarga pasien V: Terapi kelompok <i>supportive</i> dan kemampuan keluarga pasien dengan gangguan jiwa I: Modul TSG A: -	Terapi kelompok <i>supportive</i> anggota yang diberikan pada keluarga dengan anggota keluarga mengalami gangguan jiwa di bogor dapat meningkatkan kognitif, afektif dan psikomotor secara bermakna.
10.	<i>'Nobody else can lead your life': What adolescents need from psychotherapists in change processes</i> ⁽¹⁶⁾	D: Penelitian kualitatif sistematis S: 22 remaja V: Remaja dan psikoterapi I: Wawancara mendalam A: Analisis kualitatif	Hasil kesimpulan dari penelitian remaja menganggap kualitas hubungan terapeutik dengan terapis mereka sangat penting untuk keberhasilan psikoterapi. Dalam hal kebutuhan mereka dalam perawatan, terapis perlu mengatasi remaja cemas dan skeptisisme terhadap terapi melalui membangun kepercayaan dan menampung keinginan perkembangan mereka untuk otonomi dan keterhubungan
11.	<i>Problems, Coping, and Efficacy: An Exploration of Subjective Distress in Orphans Placed in Ghanaian Orphanages</i> ⁽¹⁷⁾	D: <i>Purposive sampling</i> S: 115 anak, 89 anak panti dan 100 anak non panti V: <i>Problems, Coping and Efficacy</i> I: Skala Kidcope (Spirito, Stark, Grace, & Stamoulis, 1991) A: 1. <i>Chi-square</i> untuk membandingkan perbedaan masalah dan strategi anak yatim dan non yatim 2. <i>ANOVA</i> mengetahui hubungan strategi koping dan mengatasi masalah	Hasil penelitian ini adalah masalah dengan teman sebaya, sekolah, dan pengasuh adalah sumber utama dari kesusahan mereka. Oleh karena itu, intervensi yang ditujukan untuk mengajarkan keterampilan untuk mengelola stres harus diterapkan pada kedua kelompok anak-anak
11.	<i>A Universal Mental Health Promotion Programme for Young People in Italy</i> ⁽¹⁸⁾	D: <i>Quasi eksperimen (pre-post test), RCTs</i> S : 308 siswa V: Mempromosikan <i>self-efficacy</i> , <i>psychological well-being</i> , dan kehidupan kepuasan I : 1. <i>Regulatory Emotional Self-Efficacy</i> 2. <i>Satisfaction With Life Ryff's</i> 3. <i>Psychological Well-Being Scales</i> . A: 1. <i>T-tes</i> tidak berpasangan untuk usia 2. <i>Tes Wilcoxon</i> digunakan untuk membandingkan t, 3. pada pra-post tervensi, dilakukan dengan tes <i>Mann-Whitney</i>	Hasilnya menunjukkan pengaruh negatif dalam peningkatan <i>self-efficacy</i> , keseluruhan kesejahteraan psikologis, dan kepuasan dengan kehidupan. Hasil ini menunjukkan bahwa program yang dihasilkan signifikan dan ber efek positif pada status kesehatan mental siswa yang berpartisipasi
11.	<i>Educational Level, Underachievement, and General Mental Health Problems in 10,866 Adolescents</i> ⁽¹⁹⁾	D: <i>Cross-sectional survey</i> S: 10.866 remaja Belanda berusia 13 hingga 16 V: Tingkat Pendidikan, ketercapaian dan masalah kesehatan jiwa umum I: <i>Underachievement</i> A: <i>Regresi logistic</i>	Ketercapaian di sekolah menengah dikaitkan dengan masalah kesehatan mental umum, terutama dengan gejala hiperaktif, pada siswa yang memulai di jalur pendidikan tinggi
12.	<i>Mental Health Promotion in a School Community by Using the Results From the Well-Being Profile</i> ⁽²⁰⁾	D : Kuantitatif S: 446 murid V: Promosi Kesehatan Mental komunitas dan sekolah I: Kuesioner kesejahteraan A: ANOVA	Melalui pemberdayaan, perawat sekolah dan praktisi perawatan kesehatan lainnya dan perawatan kesehatan khusus lebih bertanggung jawab atas kesejahteraan masyarakat sekolah. Ini juga membantu mereka melihat pentingnya peran mereka sendiri; sebagai ahli perawatan kesehatan, mereka, bersama dengan aktor lain, memiliki tanggung jawab yang signifikan dalam mempromosikan kesehatan mental yang positif
13.	<i>Psychosocial adjustment in aggressive popular and aggressive rejected adolescents at school</i> ⁽²¹⁾	D: <i>Cross-sectional</i> S: 457 remaja, berusia 11 hingga 18 tahun V: Perbandingan profil remaja, keluarga, sekolah, dan sosial I : 1. <i>Deoressive symptoms</i> 2. <i>Perceived Stress</i> 3. <i>Satisfaction with life</i> 4. <i>Felling of loneliness</i> 5. <i>Empathy</i> 6. <i>Interpersonal relationships within the family</i> A: MANOVA dan <i>Chi-Square</i> fungsi diskriminan	Hasil menunjukkan bahwa meskipun remaja populer yang agresif mengungkapkan keterlibatan akademis dan integrasi sosial di kelas, tingkat penyesuaian emosi dan keluarga mereka sama buruknya dengan siswa yang menolak agresif. Kedua kelompok memiliki sikap negatif terhadap otoritas institusional guru bersama dengan komitmen terhadap citra sosial berdasarkan reputasi memberontak dan tidak konformis di antara teman sebaya. Implikasi dari temuan dan saran untuk penelitian masa depan dibahas

No.	Judul, Penulis, Tahun	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil
14.	<i>Effectiveness of brief intervention and case management for children and adolescents with mental health difficulties</i> ⁽²²⁾	D: <i>Quasi-experimental , non-randomized</i> S: 158 peserta, masing-masing BI 79 peserta, TAU 79 peserta V: Efektivitas <i>Intervensi Brief</i> (BI) dan <i>Treatment As Usual</i> (TAU) I: TAU mencakup berbagai penilaian dan intervensi (termasuk terapi individu, orang tua dan/atau keluarga) yang umumnya terjadi dalam jangka waktu yang lebih lama daripada B A: SPANOVA	BI dan TAU keduanya secara signifikan mengurangi gejala kesehatan mental, dengan tidak ada perbedaan yang signifikan antara perawatan secara keseluruhan, pada subskala Eksternalisasi atau Emosional , atau pada persentase barang yang paling bermasalah untuk peserta
15.	<i>Mental health and psychosocial problems among Chinese left-behind children: A cross-sectional comparative study</i> ⁽²³⁾	D: <i>Cross-sectional comparative study</i> S: LBC (n = 1663) dan Kontrol (n = 1683) V: Membandingkan prevalensi masalah kesehatan mental dan psikososial I: <i>Kutcher Adolescent Depression Scale</i> (KADS), subskala panik dari versi <i>Cina Screen for Child Anxiety-Related</i> dan ekanan psikologis dinilai menggunakan <i>Kessler-10 Rosenberg Self-Esteem Scale</i> (RSES) A: <i>Regresi logistik multinomial</i>	Hasil kami menunjukkan prevalensi tinggi masalah kesehatan mental di antara LBC, termasuk depresi, gejala panik/somatik dan tekanan psikologis nonspesifik. Temuan ini menyoroti pentingnya kohesi orangtua-anak untuk memastikan kesejahteraan anak-anak di pedesaan Cina
16.	<i>Children and Youth Services Review Social support and depression among Chinese adolescents : The mediating roles of self-esteem and self-efficacy</i> ⁽⁴⁾	D: <i>Cross-sectional</i> S: 1507 Murid remaja V: remaja, depresi, terapi social support, <i>self esteem</i> dan <i>self efficacy</i> I: - A:	Penelitian ini menyelidiki bagaimana dukungan sosial dari berbagai sumber terkait dengan depresi di kalangan remaja Tionghoa. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan orangtua dan teman sebaya yang lebih tinggi berkaitan langsung dengan tingkat depresi yang lebih rendah. Selain itu, kedua variabel ini secara tidak langsung terkait dengan tingkat depresi melalui efek mediasi harga diri di kalangan remaja Cina. Oleh karena itu, intervensi jejaring sosial yang dimaksudkan untuk mencegah atau mengurangi depresi juga harus fokus pada peningkatan harga diri. Mengingat bahwa temuan untuk siswa kelas 5 hingga 6 di sekolah dasar dan siswa kelas 7 hingga 9 di sekolah menengah serupa, intervensi untuk kedua kelompok ini harus konsisten

PEMBAHASAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa 12-20 tahun yang ditandai adanya perkembangan dari aspek biologi, psikologi, dan sosial serta di hadapkan pada proses perubahan kognitif emosional, moral, dan psikososial. Populasi remaja di dunia sekitar 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. ⁽²⁴⁾ Sedangkan di Indonesia 25% penduduk remaja berusia 10-24 tahun berjumlah 66,3 juta jiwa dari total penduduk sebesar 258,7 juta sehingga satu di antara empat penduduk adalah remaja. ⁽²⁵⁾⁽²⁾ Jumlah remaja di Jawa Timur pada tahun 2017 tercatat 6,1 juta jiwa atau sekitar 15,64% dari jumlah penduduk Jawa Timur. Menurut kelompok umur, remaja berusia 10-14 tahun berjumlah 3,03 juta atau sekitar 49,6%, sedangkan remaja berusia 15-19 tahun berjumlah 3,07 juta atau sekitar 50,4%. Berdasarkan komposisi jenis kelamin, jumlah remaja laki-laki lebih banyak dibandingkan jumlah remaja perempuan (51 laki-laki berbanding 49 perempuan). ⁽²⁾ Menurut kepmensos Nomor 178/HUK/2016 data di wilayah Jawa Timur terdapat 35.367 anak usia 10-17 tahun yang terlantar dan putus sekolah. Berbagai faktor yang menyebabkan hal tersebut terjadi antara lain pola asuh orang tua, ekonomi dan lingkungan. ⁽²⁶⁾ Disisi lain faktor internal pada diri remaja rendahnya keyakinan diri atas kemampuan yang remaja miliki dalam menyelesaikan tantangan dan tugas (*self efficacy* rendah) dan menyebabkan remaja mengalami rasa kurang percaya diri, apatis, pesimis, kurang minat belajar, kurang komunikasi dan sikap tertutup sehingga akan berdampak negatif pada perkembangan kognitif, emosional dan sosial. ⁽¹⁰⁾

Self Efficacy merupakan salah satu kemampuan pengaturan diri individu. Konsep *self-efficacy* pertama kali dikemukakan oleh Bandura. *Self-efficacy* mengacu pada persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasi dan mengimplementasi tindakan menampilkan kecakapan tertentu. ⁽¹⁷⁾ *Self efficacy* berhubungan dengan keyakinan diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. ⁽²⁷⁾ *Self efficacy* adalah penilaian diri apakah ia dapat melakukan tindakan baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. Individu yang memiliki efikasi tinggi melihat hambatan sebagai sesuatu yang dapat diatasi oleh pengembangan diri dan usaha yang gigih. Mereka tetap menghadapi dengan tangguh terhadap kesulitan-kesulitan yang dihadapinya. Bahkan, pada fase ini individu berusaha untuk membangun rasa kesamaan dan kontinuitas tentang diri mereka sendiri dan mencoba untuk menentukan posisi

mereka sendiri di masyarakat.⁽²⁶⁾ Dampak bila *Self efficacy* rendah dikombinasikan dengan lingkungan yang tidak responsif, remaja akan merasa apatis, segan, dan tidak berdaya.

Remaja adalah sumber daya terbesar bagi masyarakat untuk berkembang karena memiliki tugas, peran dan fungsi dalam proses kehidupan berbangsa dan bernegara.⁽²⁾ yang selayaknya mendapatkan perhatian dukungan serta pola asuh yang baik dari orang tua ataupun guru disekolah Sekolah merupakan lingkungan *theurapeutic* tempat bernaung bagi remaja. *Theraputic group therapy* (TGT) merupakan salah satu upaya promosi kesehatan jiwa.⁽⁹⁾ Fokus terapi kelompok adalah untuk meningkatkan kesadaran diri (*self awereness*), meningkatkan hubungan interpersonal, dan meningkatkan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki oleh remaja untuk membuat perubahan atau ketiga-tiganya.⁽²⁸⁾ Dalam pelaksanaan *theraputic group therapy* terdapat 10 aspek perkembangan yang akan di stimulasi meliputi aspek biologi, psikoseksual, kognitif, moral, spiritual, psikososial, emosi, bahasa, bakat dan kreativitas.⁽⁷⁾

KESIMPULAN

Intervensi *Theraputic Group therapy* (TGT) memiliki manfaat dan efektivitas untuk menstimulus tahap perkembangan yang harus dicapai remaja pada fasenya meliputi aspek biologi/fisik, psikoseksual, psikososial, moral, spiritual, bahasa, kognitif, bakat dan kreativitas yang dapat meningkatkan kesadaran diri (*self awereness*), hubungan interpersonal dan keyakinan remaja terhadap potensi yang miliki (*self efficacy*). *Therapeutic Group Therapy* (TGT) dipandang perlu untuk dapat diterapkan kepada remaja terutama pada lingkungan keluarga dan sekolah di Indonesia. *Therapeutic Group Therapy* (TGT) sebagai salah satu upaya promosi kesehatan jiwa atau pilihan intervensi untuk remaja guna membantu dalam meningkatkan kepercayaan diri, bagaimana hubungan dengan teman sebaya, mengidentifikasi keberhasilan dalam siklus tahap perkembangan, serta membantu remaja mengekspresikan emosi atau masalah perilaku agar mencapai derajat kesehatan jiwa menjadi semakin optimal. Namun perlu persiapan matang terutama untuk guru atau perawat kesehatan jiwa melakukan setiap sesi pada *Therapeutic Group Therapy* (TGT). Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya adalah dapat melihat efektivitas dari *Therapeutic Group Therapy* (TGT) dikombinasikan dengan intervensi yang dapat mencegah hal-hal negatif atau perilaku menyimpang pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. Pedoman standar nasional pelayanan kesehatan peduli remaja (PKPR). Jakarta: Kemenkes RI; 2014.
2. Badan Pusat Statistik. Statistik Pemuda Indonesia. Jakarta-Indonesia: Badan Pusat Statistik; 2014. 7 p.
3. Alligood MR. Pakar Teori Keperawatan dan Karya Mereka, Edisi Indonesia ke-8 Volume 2. 8th ed. Hamid AYS, Ibrahim K, editors. Indonesia: MOSBY ELSEVIER; 2017.
4. Chang C, Yuan R, Chen J. Children and Youth Services Review Social support and depression among Chinese adolescents : The mediating roles of self-esteem and self-e ffi cacy. *Child Youth Serv Rev*. 2018;88(March):128–34.
5. FIK UI. Modul Terapi Keperawatan Jiwa. *Ment Heal Nurs*. 2015;437–8.
6. Yusuf A, Fityasari R, Sulistyawati W, Studi P, Ilmu S, Fakultas K, et al. Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Stimulasi Persepsi Meningkatkan Harga Diri Anak di Lembaga Pemasyarakatan. 2007;(April).
7. Stuart GW, Sundeen SJ. Buku Saku Ilmu Keperawatan jiwa. 5th ed. Jakarta: EGC; 2013.
8. Townsend MC. *Essentials of psychiatric mental health nursing*. Third Edit. Philadelphia: FA Davis Company; 2009.
9. Venter E, Uys H. Group therapy for early adolescent relationship problems between girls. *Int J Adolesc Youth* [Internet]. 2018;00(00):1–12. Available from: <https://doi.org/10.1080/02673843.2018.1509794>
10. Cepukiene V, Pakrošnis R, Ulinskaitė G. Outcome of the solution-focused self-e ffi cacy enhancement group intervention for adolescents in foster care setting. *Child Youth Serv Rev* [Internet]. 2018;88(March):81–7. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.03.004>
11. Sica LS, Crocetti E, Ragozini G, Aleni Sestito L, Serafini T. Future-oriented or present-focused? The role of social support and identity styles on ‘futuring’ in Italian late adolescents and emerging adults. *J Youth Stud*. 2016;19(2):183–203.
12. Brown LD, Tang X, Hollman RL. The Structure of Social Exchange in Self-help Support Groups: Development of a Measure. *Am J Community Psychol*. 2014;53(1–2):83–95.
13. Bluth K, Eisenlohr-Moul TA. Response to a mindful self-compassion intervention in teens: A within-person association of mindfulness, self-compassion, and emotional well-being outcomes. *J Adolesc* [Internet]. 2017;57:108–18. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.04.001>
14. Whittaker R, Stasiak K, McDowell H, Doherty I, Shepherd M, Chua S, et al. MEMO: an mHealth intervention to prevent the onset of depression in adolescents: a double-blind, randomised, placebo-

- controlled trial. *J Child Psychol Psychiatry Allied Discip.* 2017;58(9):1014–22.
15. Askill-Williams H, Cefai C. Australian and Maltese teachers' perspectives about their capabilities for mental health promotion in school settings. *Teach Teach Educ.* 2014;40:61–72.
 16. Lavik KO, Veseth M, Frøysa H, Binder PE, Moltu C. 'Nobody else can lead your life': What adolescents need from psychotherapists in change processes. *Couns Psychother Res.* 2018;18(3):262-73.
 17. Yendork JS, Somhlaba NZ. Problems , Coping , and Efficacy : An Exploration of Subjective Distress in Orphans Placed in Ghanaian Orphanages Problems , Coping , and Efficacy : An Exploration of Subjective Distress in Orphans Placed in Ghanaian Orphanages. 2015;5024(April 2016).
 18. Gigantesco A, Re D Del, Cascavilla I, Palumbo G, Mei B De, Cattaneo C, et al. A Universal Mental Health Promotion Programme for Young People in Italy. 2015;2015.
 19. Tempelaar WM, de Vos N, Plevier CM, van Gastel WA, Termorshuizen F, MacCabe JH, et al. Educational Level, Underachievement, and General Mental Health Problems in 10,866 Adolescents. *Acad Pediatr [Internet].* 2017;17(6):642–8. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.acap.2017.04.016>
 20. Sulimani-Aidan Y. Promoting resilience among adolescents in care from their social workers' perspectives. *Child Youth Serv Rev.* 2018;94(September):43–8.
 21. Estévez E, Emler NP, Cava MJ, Inglés CJ. Psychosocial adjustment in aggressive popular and aggressive rejected adolescents at school. *Psychosoc Interv [Internet].* 2014;23(1):57–67. Available from: <http://dx.doi.org/10.5093/in2014a6>
 22. Wagner GA, Mildred H, Gee D, Black EB, Brann P. Effectiveness of brief intervention and case management for children and adolescents with mental health difficulties. *Child Youth Serv Rev [Internet].* 2017; Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.chilyouth.2017.06.046>
 23. Bell CJ, Zimet GD, Hinds PS, Broome ME, McDaniel AM, Mays RM, et al. Refinement of a Conceptual Model for Adolescent Readiness to Engage in End-of-Life Discussions. *Cancer Nurs.* 2018;41(2):E21–39.
 24. WHO. Leaving no adolescent behind in health and development in Indonesia. In: 5 SEPTEMBER 2017. 2017.
 25. WHO. Reaching Every Adolescent: Regional Workshop on Strengthening Gender, Equity, Rights and Social Determinants of Health. 2018;
 26. Papalia DE, Olds SW, Feldman RD. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*, Edisi kesembilan, cetakan Ke-2. Jakarta: Kencana: McGraw Hill Companies; 2011. 596 p.
 27. Mohammadzadeh M, Awang H, Kadir H. Emotional Health and Self-esteem Among Adolescents in Malaysian Orphanages. *Community Ment Health J.* 2017;0(0):0.
 28. Maryatun S. Pengaruh terapi kelompok terapeutik terhadap perkembangan remaja di panti sosial marsudi putra dharmapala inderalaya. *J Keperawatan Sriwij.* 2014;1(2355):12–20.