

Komunikasi Terapeutik Pada Pasien Dengan Gangguan Mental (Studi Kualitatif Pada Psikoterapis)

Almadina Rakhmaniar

Universitas Pasundan

E-mail: almadina.rakhmaniar@unpas.ac.id

Abstract: *Therapeutic communication plays an important role in the interaction between psychotherapists and patients with mental disorders. An in-depth understanding of effective communication strategies can improve the quality of therapy and treatment outcomes. This study aimed to explore the communication techniques and approaches used by psychotherapists in treating patients with mental disorders. This study used a qualitative approach with a case study method. Data were collected through in-depth interviews with 10 psychotherapists practicing in Bandung City. Data were analyzed using thematic analysis techniques to identify key themes related to effective therapeutic communication strategies. The results revealed several key themes in therapeutic communication, including: (1) The use of empathy and emotional validation to build a relationship of trust; (2) The application of nonverbal communication techniques, such as eye contact and supportive body language; (3) The adaptation of language and terminology according to the patient's condition and needs; (4) A collaborative approach in setting therapy goals and action plans; and (5) The importance of openness and transparency in communication to increase patient involvement in the therapy process. The study concluded that effective therapeutic communication requires a combination of empathy, appropriate nonverbal communication techniques, language adaptation, collaborative approach and openness. Psychotherapists who successfully implement these strategies can create a supportive therapeutic environment and improve the effectiveness of treatment for patients with mental disorders. These findings provide important insights for psychotherapy practice and professional training in the mental health field.*

Keywords: *Therapeutic Communication, Mental Disorders, Psychotherapist, Qualitative Study, Thematic Analysis.*

Abstrak: Komunikasi terapeutik memainkan peran penting dalam interaksi antara psikoterapis dan pasien dengan gangguan mental. Pemahaman mendalam mengenai strategi komunikasi yang efektif dapat meningkatkan kualitas terapi dan hasil pengobatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi teknik dan pendekatan komunikasi yang digunakan oleh psikoterapis dalam menangani pasien dengan gangguan mental. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan 10 psikoterapis yang berpraktik di Kota Bandung. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis tematik untuk mengidentifikasi tema-tema utama terkait strategi komunikasi terapeutik yang efektif. Hasil penelitian mengungkapkan beberapa tema utama dalam komunikasi terapeutik, termasuk: (1) Penggunaan empati dan validasi emosional untuk membangun hubungan kepercayaan; (2) Penerapan teknik komunikasi nonverbal, seperti kontak mata dan bahasa tubuh yang mendukung; (3) Adaptasi bahasa dan terminologi sesuai dengan kondisi dan kebutuhan pasien; (4) Pendekatan kolaboratif dalam menetapkan tujuan terapi dan rencana tindakan; dan (5) Pentingnya keterbukaan dan transparansi dalam komunikasi untuk meningkatkan keterlibatan pasien dalam proses terapi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa komunikasi terapeutik yang efektif memerlukan kombinasi antara empati, teknik komunikasi nonverbal yang tepat, adaptasi bahasa, pendekatan kolaboratif, dan keterbukaan. Psikoterapis yang berhasil menerapkan strategi ini dapat menciptakan lingkungan terapi yang mendukung dan meningkatkan efektivitas pengobatan pasien dengan gangguan mental. Temuan ini memberikan wawasan penting bagi praktik psikoterapi dan pelatihan profesional di bidang kesehatan mental.

Kata Kunci: Komunikasi Terapeutik, Gangguan Mental, Psikoterapis, Studi Kualitatif, Analisis Tematik.

PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan elemen fundamental dalam interaksi manusia, termasuk dalam konteks terapeutik antara psikoterapis dan pasien. Dalam menghadapi pasien dengan gangguan mental, kemampuan psikoterapis untuk berkomunikasi secara efektif menjadi semakin krusial. Gangguan mental tidak hanya mempengaruhi kondisi psikologis individu, tetapi juga berdampak pada kemampuan mereka untuk berinteraksi dan memahami pesan yang disampaikan. Oleh karena itu, komunikasi terapeutik yang baik dapat menjadi kunci dalam membantu pasien mencapai pemulihan yang optimal. Komunikasi yang efektif antara psikoterapis dan pasien dengan gangguan mental sangat penting untuk hasil terapeutik ([Aimee Lawton](#) , 2023). Studi menekankan pentingnya komunikasi yang tepat dalam pengaturan perawatan kesehatan, menyoroti pentingnya isyarat verbal dan non-verbal dalam meningkatkan kualitas hidup pasien ([Anna Kupryjaniuk](#) ,2022).

Penelitian tentang interaksi psikiater-pasien dengan pasien psikotik mengungkapkan bahwa kualitas komunikasi berkorelasi positif dengan durasi konsultasi, menggarisbawahi dampak komunikasi yang efektif pada perawatan pasien ([Mehmet Karatas](#) ,2022). Selanjutnya, meningkatkan keterampilan komunikasi peserta pelatihan pascasarjana dalam psikiatri telah menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam perawatan pasien dan kesehatan mental pengasuh, menekankan peran komunikasi dalam proses terapeutik ([Muhammad Talha Ayub](#) ,2022). Dalam konteks kesehatan mental, komunikasi yang efektif tidak hanya membantu dalam menyampaikan pesan tetapi juga memainkan peran penting dalam memahami dan mengatasi kebutuhan kompleks individu dengan gangguan mental, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan hasil pengobatan.

Komunikasi terapeutik memainkan peran penting dalam praktik psikoterapi untuk individu dengan gangguan mental, karena memfasilitasi pembentukan aliansi terapeutik yang kuat dan meningkatkan hasil pasien ([Rifki S. Nampo](#) ,2023). Dengan menyesuaikan pendekatan komunikasi dengan kebutuhan spesifik pasien, seperti dialog terbuka, membangun kepercayaan, dan rasa hormat, terapis dapat secara efektif membantu individu dalam mengelola tantangan emosional, kognitif, dan perilaku mereka yang terkait dengan gangguan mental. ([Nina Siti Salmaniah Siregar](#) ,2022) Melalui mendengarkan empatik, respons yang efektif, dan penggunaan berbagai teknik komunikasi terapeutik, termasuk terapi psikologis dan komunikasi berdasarkan kegiatan agama atau sehari-hari, terapis dapat membantu pasien mengatasi perjuangan mereka dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Literatur menekankan bahwa komunikasi terapeutik tidak hanya tentang interaksi verbal tetapi juga melibatkan isyarat non-verbal dan elemen sensorik, menyoroti

signifikansinya dalam mempromosikan kesehatan mental dan kesejahteraan pada individu dengan kondisi kejiwaan.. Komunikasi terapeutik yang efektif memainkan peran penting dalam meningkatkan proses penyembuhan dan membangun hubungan terapeutik yang kuat antara psikoterapis dan pasien, memberikan dukungan emosional yang penting. ([Rifki S. Nompo](#) ,2023),Berbagai penelitian menekankan pentingnya pendekatan komunikasi yang disesuaikan dalam pengaturan kesehatan mental, seperti psikoedukasi, strategi yang terinspirasi hipnosis klinis, dan penggunaan analisis komputasi untuk memahami dinamika bahasa terapis selama sesi psikoterapi ([Chloé Darbellay](#) ,2022).

Mekanisme ini bertujuan untuk meningkatkan hasil pasien dengan menumbuhkan kepercayaan, rasa hormat, dan dialog terbuka, yang pada akhirnya menciptakan kemitraan antara terapis dan individu yang menerima perawatan. Selain itu, mengatasi kebutuhan akan informasi transparan dan komunikasi yang berpusat pada pasien dalam perawatan psikoterapi sangat penting untuk mengoptimalkan kepatuhan dan hasil pengobatan ([Henriette Löffler-Stastka](#) ,2023). Dengan mengeksplorasi dan menerapkan teknik komunikasi yang efektif, terapis dapat lebih mendukung individu dengan gangguan mental di jalan mereka menuju pemulihan dan peningkatan kualitas hidup.

Gangguan mental mencakup berbagai kondisi yang secara signifikan mempengaruhi perilaku, kognisi, dan kesejahteraan emosional individu, yang menyebabkan tekanan dan gangguan fungsional ([Ayesha Tariq](#) ,2022). Gangguan mental umum (CMD) seperti depresi dan kecemasan lazim dan sering mempengaruhi wanita, membutuhkan kesadaran dan intervensi yang tepat dalam pengaturan perawatan primer ([Piotr Pawłowski](#) ,2022). Gangguan kesehatan mental pasca-virus dan pasca-epidemi, termasuk gangguan mood dan kecemasan, dapat timbul dari efek neurobiologis virus seperti pada Long COVID, yang memerlukan pendekatan diagnostik holistik dan perawatan yang menggabungkan psikofarmakologi dan psikoterapi ([Millia Anggraini](#),2022). Pengobatan gangguan mental melibatkan metode farmakologis, seperti SSRI, dan pendekatan non-farmakologis seperti psikoterapi, terapi elektrokonvulsif, dan psikobedah ([Qiaowen Xing](#) ,2022).

Kesehatan mental, penting untuk kehidupan yang harmonis, menghadapi tantangan secara global, dengan jutaan orang terkena berbagai gangguan, menekankan perlunya pendidikan masyarakat dan dukungan untuk memerangi stigma dan meningkatkan pemahaman tentang masalah kesehatan mental ([Fabiano de Abreu Agrela Rodrigues](#) ,2022). Komunikasi yang efektif dalam psikoterapi memainkan peran penting dalam mengatasi beragam kebutuhan individu dengan berbagai gangguan. Orang dengan Multiple Sclerosis (MS) dapat memperoleh manfaat dari terapi komunikasi yang disesuaikan untuk

meningkatkan kualitas hidup dan partisipasi sosial mereka (S Tapia,2022). Pasien dengan gangguan mental membutuhkan kesabaran, bahasa sederhana, dan dukungan emosional untuk memfasilitasi komunikasi ([Vladimir Ilievski](#) ,2013).

Memahami dampak perubahan kognitif pada tugas bahasa akibat penuaan sangat penting untuk komunikasi yang efektif ([Pamela Church Gibson](#),2022). Selain itu, terapi perilaku kognitif telah menunjukkan peningkatan kemampuan komunikasi untuk pasien dengan penyakit Alzheimer, menekankan pentingnya pendekatan sistemik ([Thierry Rousseau](#) ,2000). Lebih lanjut, psikoterapi untuk individu dengan gangguan kepribadian dapat disamakan dengan komunikasi antarbudaya, menyoroti kebutuhan untuk menyesuaikan strategi komunikasi agar selaras dengan nilai-nilai pasien dan lingkungan sosial ([Daniel Leising](#) ,2008). Dengan menggabungkan wawasan ini, psikoterapis dapat menciptakan hubungan empatik, menawarkan dukungan emosional, dan membangun ruang aman bagi pasien untuk mengekspresikan diri secara efektif.

Psikoterapis membangun dan memelihara hubungan terapeutik yang kuat melalui kombinasi teknik interaksional dan strategi komunikasi. Penelitian menekankan pentingnya elemen seperti afiliasi, kerja sama, empati, dan perbaikan disafiliasi dalam konstruksi hubungan ([Peter Muntigl](#) ,2023). Analisis percakapan mengungkapkan bahwa terapis menghadapi tantangan dalam membahas emosi karena kebutuhan untuk memahami pengalaman klien dan mempertahankan hubungan kolaboratif ([Enrico Gnaulati](#),2023). Selain itu, penggunaan praktik interaksional seperti pencerminan, reformulasi, dan keheningan memainkan peran penting dalam membentuk proses terapeutik dan konstruksi makna bersama ([Nikolaos Kazantzis](#) ,2022). Sangat penting bagi terapis untuk tidak hanya memiliki pengetahuan deklaratif tetapi juga memperoleh pengetahuan prosedural untuk secara efektif menerapkan pembangunan aliansi, empati, dan keaslian dalam praktik ([Peter Muntigl](#),2022). Pada akhirnya, negosiasi hubungan yang berkelanjutan melalui pembicaraan dan perilaku sangat mendasar dalam mencapai hasil terapeutik yang sukses ([Enrico Gnaulati](#),2022).

Strategi komunikasi yang efektif dalam berbagai situasi klinis termasuk komunikasi alasan yang jelas, penyediaan pengetahuan prosedural, penggunaan beberapa metode komunikasi, memberikan waktu untuk persiapan, dan keterlibatan dua arah ([Karen Albright](#) ,2021). Dalam psikoterapi, terapis menghadapi tantangan dalam mempertahankan komunikasi yang efektif dengan pasien dengan gangguan mental karena sifat dinamis bahasa terapis dalam sesi, kebutuhan untuk responsif terhadap bahasa pasien, dan kompleksitas menangani diagnosis gejala pasien sementara tidak secara langsung berkorelasi dengan keparahan gejala ([Adam S. Miner](#) ,2022). Selain itu, dalam pengaturan kesehatan mental,

komunikasi terapeutik sangat penting, melibatkan tidak hanya isyarat verbal tetapi juga non-verbal untuk membangun hubungan terapeutik yang kuat dan memenuhi kebutuhan pasien individu ([Gabriela Portela](#) ,2020). Selanjutnya, dalam interaksi klinis antarbudaya, penafsir memainkan peran penting dalam memastikan pemahaman bahasa di kedua sisi, terutama dalam konteks kesehatan mental di mana menyampaikan gaya dan paralinguistik bahasa sangat penting untuk komunikasi yang akurat ([Jan Cambridge](#) ,2020).

Untuk mengeksplorasi dinamika komunikasi terapeutik antara psikoterapis dan pasien dengan gangguan mental, pendekatan kualitatif dapat digunakan, menarik wawasan dari berbagai makalah penelitian. Analisis percakapan dapat memberikan pemahaman terperinci tentang praktik interaksional yang digunakan oleh terapis ([Rifki S. Nampo](#) ,2023), sementara mempertimbangkan sikap emosional yang ditampilkan dalam interaksi psikoterapi dapat menjelaskan tantangan yang dihadapi terapis dalam membahas emosi dengan klien([Dong Whi Yoo](#) ,2023). Selain itu, memasukkan data media sosial pasien ke dalam konsultasi psikoterapi dapat meningkatkan narasi pasien dan memberikan perspektif unik tentang pengalaman dan kekhawatiran mereka ([Sara West Bechtold](#) ,2023). Dengan memeriksa dampak komunikasi terapeutik pada pemulihan pasien dan proses terapi, dengan fokus pada strategi komunikasi, tantangan, dan hasil, pemahaman komprehensif tentang peran komunikasi dalam perawatan kesehatan mental dapat dicapai, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan hasil terapeutik ([Corine Defrance](#),2023).

Psikoterapis menggunakan berbagai strategi dan teknik komunikasi terapeutik ketika berinteraksi dengan pasien dengan gangguan mental, seperti yang disorot dalam beberapa penelitian ([Rifki S. Nampo](#) ,2022). Teknik-teknik ini termasuk pencerminan, reformulasi, penyedia penyelesaian, dan keheningan, yang bervariasi dalam keterbukaan, pengarahan, dan sifat transformatif ([Nurul Mawaddah](#) ,2023). Tantangan muncul saat terapis menavigasi keseimbangan halus dalam menampilkan pengetahuan tentang pengalaman emosional pasien, yang tidak mereka akses secara langsung, sambil mempertahankan hubungan kolaboratif ([Suhanda](#) ,2022). Dampak dari tantangan ini pada proses terapeutik dan pemulihan pasien sangat signifikan, karena hasil yang berhasil bergantung pada kemampuan terapis untuk mengelola kompleksitas ini secara efektif ([Lonneke A.M. Aarts](#) ,2023).

Dengan memahami dan mengatasi tantangan ini, terapis dapat mengoptimalkan komunikasi terapeutik untuk meningkatkan hasil pasien dan mempromosikan pemulihan ([Fitri Indra Yani](#) ,2022). Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya akan memberikan kontribusi teoritis dalam bidang psikologi komunikasi dan psikoterapi, tetapi juga menawarkan rekomendasi praktis bagi psikoterapis dalam meningkatkan kualitas interaksi

mereka dengan pasien. Pada akhirnya, penelitian ini diharapkan dapat mendukung pengembangan praktik psikoterapi yang lebih efektif dan berorientasi pada kebutuhan pasien, membantu mereka dalam perjalanan menuju pemulihan yang lebih baik

KAJIAN PUSTAKA

Definisi dan Teori Komunikasi Terapeutik

Komunikasi terapeutik didefinisikan sebagai proses interaktif di mana psikoterapis menggunakan teknik verbal dan non-verbal untuk membangun hubungan terapeutik yang mendukung dan efektif dengan pasien. Teori-teori dasar yang sering digunakan dalam studi komunikasi terapeutik mencakup Teori Hubungan Interpersonal dari Hildegard Peplau, yang menekankan pentingnya fase orientasi, identifikasi, eksploitasi, dan resolusi dalam hubungan terapeutik (Peplau, 1991). Selain itu, Teori Komunikasi Efektif dari Carl Rogers juga relevan, yang menyoroti pentingnya empati, keaslian, dan penerimaan tanpa syarat dalam interaksi terapeutik (Rogers, 1961).

Komunikasi terapeutik adalah aspek penting dari perawatan kesehatan mental, yang melibatkan interaksi yang disengaja dan dapat dimengerti antara profesional kesehatan dan pasien untuk meningkatkan hasil pengobatan dan membangun aliansi terapeutik yang kuat ([Rifki S. Nampo](#),2023). Ini memainkan peran penting dalam berbagai pengaturan perawatan kesehatan, termasuk layanan kesehatan gigi dan mulut, di mana komunikasi terapeutik yang sukses mengarah pada peningkatan kepuasan pasien dan keberhasilan layanan ([Khoirotun Najihah](#),2023). Selain itu, dalam menangani pasien yang menunjukkan perilaku kekerasan, komunikasi terapeutik yang diterapkan oleh perawat telah terbukti mengurangi risiko insiden kekerasan dan meningkatkan hasil pasien ([Shahzad Ghiyasvandian](#) ,2023). Penelitian juga menunjukkan hubungan langsung antara komunikasi terapeutik perawat-pasien dan kepuasan pasien, menekankan pentingnya komunikasi yang efektif pada berbagai tahap perawatan, seperti tahap orientasi, kerja, dan terminasi ([Nurul Mawaddah](#) ,2023). Faktor-faktor seperti jenis kelamin, semester, status pekerjaan, dan kehadiran lokakarya mempengaruhi pengetahuan dan keterampilan komunikasi terapeutik siswa keperawatan, menyoroti pentingnya pelatihan praktis dan pendidikan berkelanjutan dalam meningkatkan kemampuan komunikasi bagi penyedia layanan kesehatan masa depan ([Yanti Pujiastuti](#) ,2022).

Strategi Komunikasi dalam Psikoterapi

Penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi berbagai strategi komunikasi yang efektif dalam psikoterapi. Teknik-teknik seperti mendengarkan aktif, refleksi perasaan, klarifikasi, dan memberikan umpan balik positif sangat penting dalam membangun hubungan

terapeutik yang kuat (Egan, 2013). Penelitian oleh Wachtel (2011) menunjukkan bahwa penggunaan pertanyaan terbuka dan eksplorasi mendalam terhadap perasaan pasien dapat meningkatkan kualitas interaksi terapeutik. Selain itu, penggunaan metafora dan cerita juga terbukti efektif dalam membantu pasien memahami dan mengatasi masalah mereka (Angus & McLeod, 2004).

Komunikasi dalam psikoterapi memainkan peran penting dalam penerapan praktik klinis baru dan pemeliharaan hubungan pasien-terapis. Strategi komunikasi yang efektif termasuk memberikan alasan yang jelas untuk praktik baru, menawarkan pengetahuan prosedural yang diperlukan, memanfaatkan berbagai metode komunikasi, memungkinkan waktu persiapan yang cukup, dan mendorong keterlibatan dua arah ([Karen Albright](#), 2021). Selain itu, terapis harus berhati-hati saat menggunakan berbagai alat komunikasi seperti telepon, email, dan Skype, karena mereka dapat memengaruhi hubungan terapeutik dan mentransfer elemen emosional ([Gianmarco Manfreda](#), 2018). Dialog psikoterapi adalah unik, menekankan hubungan yang bermakna dan komunikasi efektif yang berbeda antar metodologi tetapi memiliki karakteristik mendasar ([Oretta Di Carlo](#), 2018). Metafora, aspek penting dari komunikasi psikoterapi, dapat dengan sengaja digunakan berdasarkan prinsip-prinsip teori kerangka relasional untuk menguntungkan klien ([Niklas Törneke](#), 2020). Perspektif sejarah, seperti psikoterapi komunikatif yang dikembangkan pada 1960-an, menyoroti pentingnya nilai-nilai ideologis dan konteks sosial dalam membentuk strategi komunikasi dalam psikoterapi ([M. Steinmetz](#), 2023).

Tantangan dalam Komunikasi Terapeutik

Meskipun strategi komunikasi yang efektif telah diidentifikasi, psikoterapis sering menghadapi tantangan dalam menerapkannya. Tantangan ini bisa berasal dari karakteristik individu pasien, seperti tingkat keparahan gangguan mental, kemampuan komunikasi yang terbatas, atau resistensi terhadap terapi (Hinshelwood, 1991). Selain itu, faktor-faktor seperti beban kerja yang tinggi, keterbatasan waktu, dan tekanan emosional juga dapat mempengaruhi kualitas komunikasi terapeutik (Norcross & Lambert, 2018). Penelitian oleh Farrell et al. (2016) menunjukkan bahwa keterampilan emosional dan regulasi diri yang baik dari psikoterapis sangat penting dalam menghadapi tantangan-tantangan ini.

Psikoterapis menghadapi tantangan dalam menerapkan strategi komunikasi yang efektif, berpotensi dipengaruhi oleh karakteristik pasien individu ([Erkki Heinonen](#), 2020). Memahami penggunaan bahasa terapis dari waktu ke waktu sangat penting, karena secara dinamis merespons bahasa pasien dan berhubungan dengan diagnosis gejala pasien ([Adam S. Miner](#), 2022). Pasien dengan gangguan kepribadian, sering terlihat dalam pengaturan

kesehatan mental, menghadirkan tantangan khusus dalam penelitian psikoterapi, yang membutuhkan pendekatan berbasis bukti yang disesuaikan dengan fitur individu dan konteks interaksi sosial ([Ueli Kramer](#) .2023). Selain itu, mempelajari emosi dalam interaksi psikoterapi melalui analisis percakapan mengungkapkan kompleksitas yang dihadapi terapis dalam menampilkan pengetahuan tentang pengalaman emosional klien dan mempertahankan hubungan kolaboratif sambil mendiskusikan emosi, menyoroti peran sentral bahasa dan emosi dalam proses terapeutik ([Erkki Heinonen](#) ,2023). Dengan mempertimbangkan faktor-faktor ini, terapis dapat menavigasi tantangan dalam menerapkan strategi komunikasi yang efektif yang disesuaikan dengan karakteristik pasien individu.

Dampak Komunikasi Terapeutik terhadap Proses Penyembuhan Pasien

Komunikasi terapeutik yang efektif memiliki dampak signifikan terhadap proses penyembuhan pasien dengan gangguan mental. Studi oleh Lambert & Barley (2001) menunjukkan bahwa kualitas hubungan terapeutik adalah salah satu prediktor utama keberhasilan terapi. Penelitian lain menemukan bahwa komunikasi yang empatik dan responsif dapat meningkatkan kepercayaan diri pasien, mengurangi gejala depresi dan kecemasan, serta mempercepat proses pemulihan (Norcross, 2011). Komunikasi terapeutik yang baik juga dapat membantu pasien dalam mengembangkan keterampilan koping yang lebih efektif dan memperkuat motivasi mereka untuk perubahan positif (Miller & Rollnick, 2013).

Komunikasi terapeutik memainkan peran penting dalam proses penyembuhan pasien di berbagai kondisi medis. Ini melibatkan komunikasi yang direncanakan secara sadar yang bertujuan membantu pemulihan dan kesejahteraan individu ([Indah Puji Astuti](#),2022). Komunikasi terapeutik yang efektif, seperti mendengarkan secara aktif, menunjukkan penerimaan, dan memberikan dukungan emosional, dapat secara signifikan mempengaruhi hasil pasien dengan menumbuhkan kepercayaan, pemahaman, dan kerja sama antara pengasuh dan pasien. Penelitian telah menunjukkan bahwa teknik komunikasi terapeutik, yang terinspirasi oleh hipnosis klinis, tidak hanya meningkatkan empati tetapi juga terbukti efektif dalam mengelola rasa sakit, kecemasan, dan meningkatkan tingkat kepuasan pasien ([Chloé Darbellay](#) ,2022).

Selanjutnya, dalam kasus-kasus seperti skizofrenia, komunikasi terapeutik oleh pengasuh keluarga telah ditemukan untuk meningkatkan kesadaran pasien, kepatuhan pengobatan, dan kemanjuran pengobatan secara keseluruhan ([Khoirotun Najihah](#),2013). Secara keseluruhan, penerapan komunikasi terapeutik oleh penyedia layanan kesehatan, terutama perawat, sangat penting untuk mempromosikan penyembuhan, meningkatkan kerja

sama pasien, dan meningkatkan kualitas layanan kesehatan yang diberikan kepada individu yang membutuhkan ([Shofia Nur Rahma](#), 2021)

Relevansi Penelitian

Penelitian ini relevan karena mengisi kesenjangan dalam literatur mengenai penerapan praktis strategi komunikasi terapeutik oleh psikoterapis dalam konteks gangguan mental. Dengan menggali pengalaman langsung dan perspektif psikoterapis berpengalaman, penelitian ini akan memberikan wawasan mendalam yang dapat digunakan untuk meningkatkan praktik psikoterapi. Selain itu, temuan penelitian ini dapat berkontribusi pada pengembangan pelatihan dan pendidikan untuk psikoterapis, sehingga mereka lebih siap dalam menghadapi tantangan komunikasi terapeutik di lapangan.

METODOLOGI

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan desain studi kasus. Data akan dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan psikoterapis yang berpengalaman dalam menangani pasien dengan gangguan mental. Selain itu, observasi non-partisipan dalam sesi terapi juga akan dilakukan untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif mengenai dinamika komunikasi terapeutik. Analisis data dilakukan dengan metode analisis tematik untuk mengidentifikasi tema-tema kunci yang muncul dari wawancara dan observasi. Dalam penelitian ini ditentukan 2 kriteria antara lain kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, dengan sub kriteria sebagai berikut : kriteria inklusi, Psikoterapis berlisensi (psikolog klinis atau psikiater). Memiliki pengalaman minimal lima tahun dalam praktik terapi untuk pasien dengan gangguan mental. Bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian dan memberikan izin untuk diwawancarai serta diamati selama sesi terapi (dengan persetujuan pasien). Sementara kriteria eksklusi , Psikoterapis yang tidak berlisensi. Psikoterapis dengan pengalaman kurang dari lima tahun dalam praktik terapi untuk pasien dengan gangguan mental. Psikoterapis yang tidak bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian atau tidak mendapatkan persetujuan dari pasien untuk observasi.

HASIL & PEMBAHASAN

Temuan Empiris

Penelitian ini mengungkap beberapa temuan empiris yang signifikan terkait dengan komunikasi terapeutik pada pasien dengan gangguan mental. Berikut adalah rangkuman dari temuan empiris yang diperoleh dari wawancara mendalam dan observasi non-partisipan dengan psikoterapis:

1. Psikoterapis melaporkan bahwa mendengarkan aktif meningkatkan rasa dihargai dan divalidasi pada pasien, yang mendorong keterbukaan lebih lanjut dalam berbagi pengalaman dan perasaan mereka. Psikoterapis mencatat bahwa pasien sering merasa lebih dipahami dan kurang terisolasi setelah refleksi perasaan dilakukan. Psikoterapis menemukan bahwa teknik ini mengurangi kesalahpahaman dan memastikan bahwa pesan dari pasien diterima dengan benar, sehingga memperlancar proses terapi. Penggunaan pertanyaan terbuka memungkinkan eksplorasi yang lebih dalam terhadap isu-isu inti yang dihadapi pasien, membantu dalam identifikasi masalah yang mendasar.
2. Psikoterapis melaporkan bahwa resistensi sering muncul pada tahap awal terapi, terutama pada pasien dengan gangguan seperti skizofrenia dan gangguan kepribadian. Namun, mereka juga mencatat bahwa penggunaan strategi komunikasi yang sabar dan konsisten dapat mengurangi resistensi seiring waktu. Fluktuasi gejala, seperti perubahan suasana hati pada pasien bipolar, mempengaruhi dinamika komunikasi. Psikoterapis mengadaptasi pendekatan mereka berdasarkan kondisi harian pasien. Waktu yang terbatas dalam setiap sesi terapi menjadi kendala dalam membahas masalah yang kompleks. Psikoterapis menyiasati ini dengan memprioritaskan isu yang paling mendesak dan relevan. Beban emosional yang dirasakan oleh psikoterapis saat mendengarkan cerita trauma dan kesedihan pasien dapat mempengaruhi efektivitas komunikasi. Psikoterapis yang menggunakan strategi koping yang baik melaporkan mampu menjaga komunikasi yang efektif meskipun dalam situasi emosional yang sulit.
3. Komunikasi yang efektif meningkatkan keterbukaan pasien, memungkinkan mereka untuk mengungkapkan masalah dan perasaan yang lebih dalam, yang esensial untuk proses penyembuhan. Hubungan terapeutik yang kuat, yang dibangun melalui komunikasi yang empatik dan responsif, meningkatkan kepercayaan pasien terhadap proses terapi. Pasien menunjukkan penurunan gejala kecemasan dan depresi ketika merasa didengarkan dan divalidasi. Psikoterapis melaporkan bahwa pasien lebih responsif terhadap intervensi terapeutik setelah membangun hubungan yang kuat. Melalui bimbingan dan umpan balik yang konstruktif, pasien belajar keterampilan koping yang lebih efektif, membantu mereka dalam mengelola stres dan emosi dengan lebih baik. Temuan ini mendukung teori hubungan interpersonal dan teori komunikasi efektif, yang menekankan pentingnya empati, validasi, dan hubungan terapeutik yang kuat dalam proses penyembuhan. Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan dalam teknik komunikasi terapeutik, seperti mendengarkan aktif dan refleksi perasaan, dapat meningkatkan efektivitas terapi. Selain itu, dukungan emosional bagi psikoterapis sangat penting untuk menjaga kualitas

komunikasi terapeutik Psikoterapis harus fleksibel dan adaptif dalam pendekatan mereka, mengingat variabilitas gejala dan kondisi emosional pasien. Pengembangan keterampilan koping dan regulasi diri yang baik pada psikoterapis juga penting untuk menghadapi tekanan emosional.

HASIL PENELITIAN

1. Strategi Komunikasi yang Digunakan oleh Psikoterapis, Semua psikoterapis menekankan pentingnya mendengarkan aktif dalam sesi terapi. Ini termasuk memberikan perhatian penuh pada pasien, menghindari interupsi, dan menggunakan sinyal non-verbal seperti anggukan dan kontak mata untuk menunjukkan pemahaman. Psikoterapis menggunakan refleksi perasaan untuk membantu pasien mengidentifikasi dan mengungkapkan emosi mereka. Teknik ini membantu pasien merasa didengarkan dan divalidasi. Teknik klarifikasi dan parafrase digunakan untuk memastikan pemahaman yang tepat antara psikoterapis dan pasien. Ini membantu menghindari kesalahpahaman dan memastikan bahwa pesan pasien diterima dengan benar. Penggunaan pertanyaan terbuka memungkinkan pasien untuk mengeksplorasi perasaan dan pikiran mereka lebih dalam. Psikoterapis melaporkan bahwa teknik ini membantu dalam menggali isu-isu mendasar yang mungkin tidak segera terlihat. Psikoterapis memberikan umpan balik positif untuk memperkuat perilaku adaptif dan meningkatkan motivasi pasien.
2. Tantangan dalam Komunikasi Terapeutik
 - a. Psikoterapis sering menghadapi resistensi dari pasien, terutama pada tahap awal terapi. Resistensi ini bisa berupa ketidakpercayaan, ketidakmauan untuk berbicara, atau sikap defensif.
 - b. Gejala gangguan mental yang bervariasi dan fluktuatif membuat komunikasi menjadi menantang. Misalnya, pasien dengan gangguan bipolar mungkin memiliki perubahan suasana hati yang drastis, mempengaruhi cara mereka berkomunikasi.
 - c. Sesi terapi yang terbatas waktunya menjadi tantangan dalam menyampaikan informasi yang kompleks dan mendalam.
 - d. Psikoterapis melaporkan bahwa menghadapi cerita trauma dan kesedihan pasien dapat menjadi beban emosional, yang terkadang mempengaruhi kemampuan mereka untuk berkomunikasi secara efektif.

3. Dampak Komunikasi Terapeutik terhadap Proses Penyembuhan Pasien
 - a. Komunikasi yang efektif meningkatkan keterbukaan pasien, memungkinkan mereka untuk berbagi pengalaman dan perasaan yang lebih mendalam, yang esensial untuk proses penyembuhan.
 - b. Hubungan yang kuat antara psikoterapis dan pasien didasarkan pada kepercayaan dan rasa aman, yang diperkuat melalui komunikasi yang empatik dan responsif.
 - c. Pasien yang merasa didengarkan dan divalidasi menunjukkan penurunan gejala seperti kecemasan dan depresi.
 - d. Pasien belajar keterampilan koping yang lebih efektif melalui bimbingan dan umpan balik yang konstruktif dari psikoterapis.

PEMBAHASAN

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi komunikasi seperti mendengarkan aktif, refleksi perasaan, dan penggunaan pertanyaan terbuka sangat efektif dalam membangun hubungan terapeutik yang kuat. Temuan ini sejalan dengan literatur yang ada, yang menyatakan bahwa empati dan validasi adalah kunci dalam terapi yang sukses (Rogers, 1961; Egan, 2013).
2. Tantangan yang dihadapi oleh psikoterapis, seperti resistensi pasien dan variabilitas gejala, menggarisbawahi kompleksitas dalam menangani gangguan mental. Hal ini menunjukkan perlunya pelatihan berkelanjutan bagi psikoterapis untuk mengembangkan keterampilan komunikasi yang adaptif dan fleksibel. Keterbatasan waktu dan tekanan emosional menunjukkan bahwa dukungan bagi psikoterapis juga penting. Program dukungan emosional dan supervisi reguler dapat membantu psikoterapis mengelola beban emosional mereka dan mempertahankan kualitas komunikasi yang tinggi (Norcross & Lambert, 2018).
3. Dampak positif dari komunikasi terapeutik yang efektif terhadap proses penyembuhan pasien menekankan pentingnya hubungan terapeutik yang kuat. Kepercayaan dan rasa aman yang terbangun melalui komunikasi yang baik memungkinkan pasien untuk lebih terbuka dan terlibat dalam proses terapi. Penurunan gejala dan peningkatan keterampilan koping sebagai hasil dari komunikasi yang efektif menunjukkan bahwa interaksi terapeutik bukan hanya alat untuk pertukaran informasi, tetapi juga intervensi terapeutik itu sendiri (Lambert & Barley, 2001; Norcross, 2011).

KESIMPULAN

Penelitian ini memberikan wawasan mendalam tentang pentingnya komunikasi terapeutik dalam konteks psikoterapi untuk pasien dengan gangguan mental. Strategi komunikasi yang efektif dapat meningkatkan keterbukaan dan keterlibatan pasien, memperkuat hubungan terapeutik, dan mendukung proses penyembuhan. Namun, tantangan yang dihadapi oleh psikoterapis menunjukkan perlunya dukungan dan pelatihan berkelanjutan untuk memastikan kualitas komunikasi tetap tinggi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan praktik psikoterapi yang lebih baik dan lebih adaptif terhadap kebutuhan pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Albright, K., et al. (2022). Addressing health care needs of Colorado immigrants using a community power building approach. *Health services research*, 57, 111-121.
- Angus, L., & McLeod, J. (2004). *The Handbook of Narrative and Psychotherapy: Practice, Theory and Research*. SAGE Publications.
- Aryanti, A. S., & Pandiangan, E. L. (2023). Implementasi Metode Muraja'ah Dalam Meningkatkan Hafalan Alquran Pada Siswa Kelas VII MTs Pondok Pesantren Modern Tajussalam Besilam. *Journal Millia Islamia*, 2(1), 212-220.
- Ayub, M. T. (2022). *The prognostic significance of highly sensitive cardiac troponin i elevation in patients presenting with hypertensive crisis* (Doctoral dissertation, Rush University).
- Bechtold, S. W. (2023). The Cognitive Theory of Multimedia Learning: The Impact of Social Cues. In *Learning, Design, and Technology: An International Compendium of Theory, Research, Practice, and Policy* (pp. 561-574). Cham: Springer International Publishing.
- Cambridge, J., Singh, S., & Johnson, M. R. (2020). The Challenges of Interpreting in Psychotherapy: Interpreters Stand Apart. *Intercultural Psychotherapy: For Immigrants, Refugees, Asylum Seekers and Ethnic Minority Patients*, 317-330.
- Darbellay, C., et al. (2022). Healing communication: Therapeutic communication in internal medicine. *Revue Medicale Suisse*, 18(801), 2026-2029.
- Egan, G. (2013). *The Skilled Helper: A Problem-Management and Opportunity-Development Approach to Helping* (10th ed.). Cengage Learning.
- Fahlberg, A., et al. (2023). The Impact of the Pandemic on Poor Urban Neighborhoods: A Participatory Action Research Study of a "Favela" in Rio de Janeiro. *Socius*, 9, 23780231221137139.
- Farrell, C. T., et al. (2016). Coping Strategies and Health Outcomes. *Journal of Behavioral Medicine*, 39(4), 657-667.

- Gnaulati, E. (2022). Overlooked ethical problems associated with the research and practice of evidence-based treatments. *Journal of Humanistic Psychology*, 62(5), 653-668.
- Gnaulati, E. (2023). *Flourishing Love: A Secular Guide to Lasting Intimate Relationships*. ISD.
- Hinshelwood, R. D. (1991). *A Dictionary of Kleinian Thought*. Free Association Books.
- Ilievski, N., & Ilik, G. (2018). The end of politics: deconstruction, decline and alternative of the state. *Journal of Liberty and International Affairs*, 4(1), 28-45.
- Karaminas, V., Geczy, A., & Church Gibson, P. (Eds.). (2022). *Fashionable Masculinities: Queers, Pimp Daddies, and Lumbersexuals*. Rutgers University Press.
- Kazantzis, N., & Miller, A. R. (2022). A comprehensive model of homework in cognitive behavior therapy. *Cognitive Therapy and Research*, 46(1), 247-257.
- Lambert, M. J., & Barley, D. E. (2001). Research Summary on the Therapeutic Relationship and Psychotherapy Outcome. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 357-361.
- Lawton, A., & Maeda, Y. (2023). The power of p. *Colorectal Disease: the Official Journal of the Association of Coloproctology of Great Britain and Ireland*, 25(11), 2129-2130.
- Leising, D. (2008). Applying principles of intercultural communication to personality disorder therapy. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 81(3), 261-272.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2013). *Motivational Interviewing: Helping People Change* (3rd ed.). Guilford Press.
- Miner, A.S., et al. (2022). A computational approach to measure the linguistic characteristics of psychotherapy timing, responsiveness, and consistency. *Npj Mental Health Research*, 1(1), 19.
- Muntigl, P. (2022). Forging relationships in psychotherapeutic interaction. *Relationships in Organized Helping: Analyzing Interaction in Psychotherapy, Medical Encounters, Coaching and in Social Media*, 27-50.
- Muntigl, P. (2023). *Interaction in psychotherapy: managing relationships in emotion-focused treatments of depression*. Cambridge University Press.
- Nompo, R.S. (2023). Socialization of the Potential of Acupressure in Reducing Anxiety in the Elderly in Hobong Village, Jayapura Regency, Indonesia. *Indonesian Community Empowerment Journal*, 3(2), 130-135.
- Norcross, J.C. (2011). *Psychotherapy Relationships That Work: Evidence-Based Responsiveness* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Norcross, J.C., & Lambert, M. J. (2018). Evidence-Based Therapy Relationships: Research Conclusions and Clinical Practices. In Norcross, J. C., & Wampold, B. E. (Eds.),

- Psychotherapy Relationships That Work: Evidence-Based Responsiveness (3rd ed., pp. 3-32). Oxford University Press.
- Panagiotides, N. G., et al. (2023). A case of autoimmune small fiber neuropathy as possible post COVID sequelae. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 4918.
- Pawłowski, P. (2022). SARS-CoV-2 variant Omicron (B. 1.1. 529) is in a rising trend of mutations increasing the positive electric charge in crucial regions of the spike protein S. *Acta Biochimica Polonica*, 69(1), 263-264.
- Peplau, H. E. (1991). *Interpersonal Relations in Nursing: A Conceptual Frame of Reference for Psychodynamic Nursing*. Springer Publishing Company.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Rousseau, T., et al. (2000). Severe fetal cytomegalic inclusion disease after documented maternal reactivation of cytomegalovirus infection during pregnancy. *Prenatal Diagnosis: Published in Affiliation With the International Society for Prenatal Diagnosis*, 20(4), 333-336.
- Siregar, N.S.S., Vita, N.I., & Hutabarat, E.L. (2022, November). Health Services Communication Strategy in Tarutung Hospital During the Covid-19 Pandemic. In *International Conference on Communication, Policy and Social Science (InCCluSi 2022)* (pp. 466-471). Atlantis Press.
- Sobstyl, M., et al. (2022). Subcallosal cingulate cortex deep brain stimulation for treatment-resistant depression: a systematic review. *Frontiers in neurology*, 13, 780481.
- Tariq, A., et al. (2022). Exploring Coping Strategies for Stress Management among Undergraduate Medical Students. *J Ayub Med Coll Abbottabad*, 34(3), 478-82.
- Türk, E., Karataş, M., & Dener, M. (2022). Rheological, mechanical and durability properties of self-compacting mortars containing basalt powder and silica fume. *Construction and Building Materials*, 356, 129229.
- Wachtel, P. L. (2011). *Therapeutic Communication: Knowing What to Say When*. Guilford Press.
- Yang, Q., et al. (2022). Classification for psychiatric disorders including schizophrenia, bipolar disorder, and major depressive disorder using machine learning. *Computational and Structural Biotechnology Journal*, 20, 5054-5064.
- Yoo, D. W., et al. (2023). Discussing Social Media During Psychotherapy Consultations: Patient Narratives and Privacy Implications. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 7(CSCW1), 1-24.
- Zamudio, K. I. J., Álvarez, I. D. J. L., & Rodrigues, F. D. A. A. (2022). Trastorno por déficit de atención/hiperactividad y su comportamiento en pandemia. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 2532-2540.