

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Berdasarkan Data Rekam Medis Rumah Sakit Jiwa Daerah (RSJD) laporan jumlah pasien skizofrenia, pada bulan Januari tahun 2022 sebanyak 1.399 pasien, pada bulan Februari tahun 2022 sebanyak 1.343 pasien, laporan bulan Februari 2022-November 2022 penderita halusinasi sebanyak 31.892 pasien.

Saat ini kesehatan mental menjadi salah satu isu yang wajib di tangani dengan serius. Hanya saja terkadang masyarakat di Indonesia sering kali mengesampingkan pentingnya kesehatan mental setiap individu. Gangguan mental merupakan suatu masalah kesehatan yang sangat serius karena berkaitan dengan gangguan psikologis seseorang akibat dari distress atau penyakit tertentu yang dimanifestasikan dengan perubahan perilaku yang tidak sesuai dengan konsep norma dimasyarakat (Kaplan dan Sadock, 2010). Penyimpangan dari keadaan ideal dari suatu kesehatan mental merupakan indikasi adanya gangguan mental pada seseorang. Penurunan fungsi mental dapat berpengaruh pada perilaku seseorang yakni tidak sesuai dengan yang sewajarnya.

Skizofrenia adalah gangguan mental yang terjadi dalam waktu yang panjang. Gangguan ini menyebabkan penderitanya mengalami halusinasi, delusi dan waham, serta kacaunya pikiran dan terjadinya perubahan sikap dan perilaku. Halusinasi adalah gangguan persepsi yang membuat seseorang mendengar, merasa, mencium, atau melihat sesuatu yang sebenarnya tidak ada. Pada kondisi tertentu, halusinasi dapat mengakibatkan ancaman pada diri sendiri dan orang lain. Gejala halusinasi yang tampak diantaranya yaitu menggerak-gerakan mata ke dan depan seolah-olah melihat seseorang, seolah-olah sedang mendengar seseorang sedan bicara secara seksama, terlibat pembicaraan dengan seseorang yang tidak kelihatan, menyeringai atau tertawa tanpa sebab yang jelas, respon verbal terlambat karena sedang

asyik dengan sesuatu dan tiba-tiba terkejut atau ketakutan tanpa ada stimulus (Fontaine, 2009).

Standar tindakan keperawatan klien halusinasi diantaranya bertujuan untuk membantu klien untuk mengenali halusinasi, melatih menghardik halusinasi, bercakap-cakap orang lain, melatih aktivitas yang terjadwal, serta minum obat secara teratur (Sudiatmika, 2011). Selain itu, terdapat tindakan keperawatan spesialis pada klien halusinasi diantaranya *social skill training, cognitive remediation, cognitive adaptation training, cognitive behavior therapy, group therapy dan family therapy* (Varcarolis, 2006). Sedangkan untuk menyeimbangkan neurotransmitter pada pasien halusinasi salah satu cara adalah dengan melakukan aktivitas fisik senam aerobik *low impact* secara teratur (Purnamasari, 2013). Aerobik *Low Impact* mulai direkomendasikan karena bisa diterapkan diseluruh lapisan usia, jenis kelamin bahkan tanpa harus memiliki bakat dasar dalam olahraga. Hasil studi tersebut mengatakan rentan paling efektivitas untuk melaksanakan senam Aerobik *Low Impact* adalah 3x/minggu dengan durasi 15-30 menit dan mulai terlihat efektifitasnya setelah perlakuan selama 2 minggu hingga 6 bulan, tergantung tingkat keparahan klien dan kondisi kesehatan jasmani klien (Holley, 2011). Senam Aerobik *Low Impact* bermanfaat untuk mengontrol sekresi berbagai macam hormon seperti adrenalin, dopamin dan juga serotonin. Saat berolahraga, tubuh akan mengeluarkan endorphin yang juga sebagai penghilang rasa sakit alami pada tubuh dimana dapat mengurangi stres dan meingkatkan suasana hati sehingga pada saat tidur dimalam hari kualitas tidur akan meningkat.

Dari hasil survei pendahuluan pada pasien gangguan jiwa di Bangsal Larasati RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta terdapat 14 pasien dengan halusinasi, 4 pasien dengan Risiko Perilaku Kekerasan dan 2 pasien dengan DPD.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penulisan karya ilmiah akhir ners adalah “Bagaimana Penerapan Senam Aerobik *Low Impact* Terhadap Penurunan Skor Pada Pasien Halusinasi Di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh/perubahan terhadap penurunan skor pada pasien halusinasi sebelum dilakukannya penerapan senam aerobik *low impact* di RSJD. dr. Arif Zainudin Surakarta.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh/perubahan terhadap penurunan skor pada pasien halusinasi sesudah dilakukannya penerapan senam aerobik *low impact* di RSJD. dr. Arif Zainudin Surakarta.
3. Untuk mengetahui perkembangan yang terjadi pada pasien halusinasi sesudah dilakukannya penerapan senam aerobik *low impact* di RSJD. dr. Arif Zainudin Surakarta.
4. Untuk mengetahui perbandingan antara responden A dan responden B sesudah dilakukannya penerapan senam aerobik *low impact* di RSJD. dr. Arif Zainudin Surakarta.

## **D. Manfaat**

### **1. Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

- a. Penulis, untuk menambah wawasan serta pengetahuan yang dapat digunakan dalam pengembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan program studi profesi ners terkait penerapan senam aerobik *low impact* terhadap penurunan skor pada pasien halusinasi.
- b. Instansi, Laporan karya ilmiah akhir ners ini diharapkan dapat menambah referensi bagi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

## **2. Praktis**

- a. Bagi penulis, Hasil pengaplikasian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan pelaksanaan asuhan keperawatan serta dapat mengadakan penelitian lanjutan mengenai senam aerobik *low impact* pada pasien halusinasi.
- b. Bagi pasien, Sebagai referensi untuk menambah pengetahuan dan wawasan dalam asuhan keperawatan dengan menerapkan senam aerobik *low impact* pada pasien halusinasi.
- c. Bagi pelayanan rumah sakit, Sebagai kontribusi untuk pertimbangan rumah sakit dalam menerapkan senam aerobik *low impact* terhadap penurunan skor pada pasien halusinasi di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta.
- d. Bagi perawat, Sebagai kontribusi untuk meningkatkan ilmu dan ketrampilan seorang perawat dalam memberikan asuhan keperawatan khususnya pada pasien halusinasi dengan cara menerapkan senam aerobik *low impact*.