

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan jiwa merupakan ketidaktepatan proses berpikir alam perasaan, dan perilaku sehingga dapat menurunkan kualitas hidup seseorang. Gangguan jiwa adalah suatu sindrom perilaku seseorang yang melibatkan gejala tertekannya seseorang pada satu atau lebih fungsi manusia, termasuk gangguan psikologis, perilaku, biologis, dan gangguan interpersonal lainnya (Rika Defiani, 2024). Gangguan jiwa dapat dibedakan menjadi dua yaitu gangguan mental emosional dan gangguan jiwa berat (Ananda, 2021). Penderita gangguan jiwa mengalami gangguan fungsi sehari-hari akibat kehilangan energi dan minat hidup. Keadaan apatis penderita gangguan jiwa mengganggu aktivitas sehari-hari menyebabkan tingkat kemandirian penderita gangguan jiwa menurun. Gangguan jiwa yang paling sering dijumpai yaitu gangguan mental Skizofrenia (Agustriyani, 2024).

Skizofrenia merupakan psikosis, sejenis penyakit mental yang ditandai dengan distorsi dalam berpikir, persepsi, emosi, bahasa, kesadaran diri, dan perilaku. Skizofrenia dikaitkan dengan kecacatan parah dan dapat menghambat kinerja serta Pendidikan seseorang. Seseorang dengan skizofrenia memiliki kemungkinan 2-3 kali lebih besar untuk meninggal lebih awal dari pada populasi umum (Suhaily, 2023).

Menurut data *World Health Organization* tahun 2020 pengidap skizofrenia sebanyak 24 juta orang di seluruh dunia. Skizofrenia ditandai dengan gangguan signifikan dalam persepsi dan perubahan perilaku, gejalanya termasuk perilaku kekerasan (WHO, 2020). Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022, terdapat sekitar 300 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan kesehatan mental, termasuk depresi, bipolar, demensia, dan skizofrenia. Di antara mereka, sekitar 24 juta orang menderita skizofrenia (Mardiana & Fitri, 2025). Di Indonesia, terjadi peningkatan signifikan dalam prevalensi gangguan jiwa, mencapai 7 per mil rumah tangga, yang berarti setiap 1.000 rumah tangga memiliki 7 rumah tangga dengan anggota keluarga

yang mengalami gangguan jiwa. Diperkirakan jumlah individu yang terkena mencapai sekitar 450 ribu orang (Hutabarat, 2020).

Menurut data laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Jawa Tengah, pada tahun 2019 terdapat 81.983 orang dengan gangguan kesehatan jiwa berat, dan 68.090 mendapatkan pelayanan kesehatan. Pada tahun 2020, setiap empat penduduk Jawa Tengah yaitu sekitar 25%, akan menderita gangguan jiwa ringan, sedangkan kategori gangguan jiwa berat rata-rata sekitar 12.000 orang. Dan pada tahun 2021 sebanyak 81.189 orang akan mengalami gangguan kesehatan jiwa dan 69.936 orang akan mendapatkan pelayanan kesehatan. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa prevalensi gangguan jiwa di Provinsi Jawa Tengah meningkat setiap tahunnya mencapai 11.819 orang (Widowati et al., 2023). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah terdapat pasien rawat inap pada tahun 2024 sejumlah 4.305 dengan halusinasi sebanyak (54,23%), defisit perawatan diri (14,56%), resiko perilaku kekerasan (9,47%), isolasi sosial (6,13%), waham (5,66%), resiko bunuh diri (5,01%), harga diri rendah (4,9%). Berdasarkan observasi awal dari bulan Desember 2024 sampai bulan Februari 2025 di Ruang Flamboyan terdapat 7 pasien dengan masalah resiko perilaku kekerasan (RSJD Dr. RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah, 2025).

Resiko Perilaku Kekerasan adalah suatu bentuk perilaku yang bertujuan untuk melukai seseorang secara fisik maupun psikologis. Perilaku kekerasan terjadi karena adanya hasil akumulasi frustrasi yang berulang dan dikarenakan keinginan individu yang tidak tercapai atau bahkan gagal, sehingga individu berperilaku agresif (Fajariyah & Tresna, 2023). Dampak yang disebabkan oleh seseorang mengalami perilaku kekerasan dapat kehilangan kendali atas diri sendiri dan melakukan hal-hal yang dapat merugikan orang lain, diri sendiri, dan lingkungan. Oleh karena itu, untuk mengurangi perilaku kekerasan pada penderita khususnya dalam melakukan strategi pelaksanaan diperlukan proses yang berkaitan dengan perbaikan diri, kondisi fisik, kebutuhan fisik, emosional, mental, spiritual, kognitif dan sosial (Jevy, 2023)

Penanganan resiko perilaku kekerasan dapat dilakukan dengan dua cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Salah satu bentuk terapi non farmakologis yang dapat diajarkan kepada pasien dalam mengendalikan perilaku kekerasan adalah dengan menggunakan Teknik relaksasi otot progresif (Verawati, 2021) Relaksasi otot progresif Teknik Relaksasi Otot Progresif adalah salah satu teknik relaksasi yang mudah dan sederhanaserta sudah dilaksanakan secara luas. Prosedur ini mendapatkan relaksasi otot progresif melalui dua langkah, yaitu dengan memberikan tegangan pada suatu kelompok otot dan menghentikan tegangan tersebut menjadi rileks (Nur'Ainingsih, 2023). Menurut (Setiawan et al., 2021) Teknik relaksasi otot progresif memusatkan perhatian pada suatu aktivitas otot dengan mengidentifikasi otot yang tegang kemudian menurunkan ketegangan dengan melakukan Teknik relaksasi untuk mendapatkan perasaan yang rileks, teknik relaksasi dimulai dengan cara menegangkan dan merilekskan otot-otot jari-jari kaki dan secara progresif bekerja sampai pada leher dan kepala sehingga memperbaiki kemampuan untuk mengatasi stressor, yang tidak memerlukan imajinasi, ketekunan atau sugesti (Armina et al., 2024)

Menurut hasil penelitian (agus ari pratama et al., 2021) bahwa Terapi relaksasi otot progresif terbukti dapat menurunkan skor tanda dan gejala resiko perilaku kekerasan. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengaplikasikan terapi relaksasi otot progresif terhadap tanda dan gejala pada pasien resiko perilaku kekerasan di RSJD Dr. RM Soejarwadi Provinsi Jawa Tengah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka didapatkan rumusan masalah “ bagaimana hasil implementasi terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tanda dan gejala pasien resiko perilaku kekerasan di rumah sakit jiwa daerah Dr. RM. Soejarwadi Provinsi Jawa Tengah?”

C. Tujuan Penerapan

1. Tujuan umum

Mengetahui hasil implementasi pemberian terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tanda dan gejala pasien resiko perilaku kekerasan di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soejarwadi Provinsi Jawa Tengah.

2. Tujuan khusus

- a. Mendiskripsikan hasil penurunan Tingkat resiko perilaku kekerasan sebelum dilakukan terapi relaksasi otot progresif pada pasien gangguan jiwa di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soejarwadi Provinsi Jawa Tengah.
- b. Mendiskripsikan hasil penurunan Tingkat resiko perilaku kekerasan sesudah dilakukan terapi relaksasi otot progresif pada pasien gangguan jiwa di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soejarwadi Provinsi Jawa Tengah.
- c. Mendiskripsikan hasil perkembangan penurunan Tingkat resiko perilaku kekerasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi otot progresif pada pasien gangguan jiwa di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soejarwadi Provinsi Jawa Tengah.

D. Manfaat Penerapan

1. Manfaat bagi praktis

a. Bagi Masyarakat

Membudayakan terapi relaksasi otot progresif pada pasien resiko perilaku kekerasan

b. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan

Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan peneliti bidang keperawatan Tindakan terapi relaksasi otot progresif pada masa yang

akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

c. Bagi peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta dalam melaksanakan penerapan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian. pelaksanaan Tindakan terapi relaksasi otot progresif pada pasien dengan resiko perilaku kekerasan