

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan jiwa merupakan kondisi yang mempengaruhi perilaku seseorang, sehingga ia mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan dirinya sendiri, orang lain, lingkungan sosial (Santika, 2020). Gangguan jiwa merupakan pola pikir atau kondisi psikologis yang dialami seseorang, yang mengakibatkan stres, disfungsi, serta penurunan kualitas hidup. Gangguan ini mencerminkan disfungsi psikologis dan bukan disebabkan oleh penyimpangan sosial atau konflik dengan masyarakat (Yulianti et al., 2024)

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), lebih dari 20 juta orang di dunia menderita skizofrenia. Setiap tahunnya, lebih dari 1,6 juta orang meninggal akibat perilaku kekerasan, terutama laki-laki berusia 15-44 tahun. Korban yang selamat sering mengalami berbagai bentuk trauma, seperti trauma fisik, seksual, reproduksi, serta gangguan kesehatan mental, yang menjadi indikator semakin memburuknya taraf kesehatan mental masyarakat (WHO, 2018).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), prevalensi rumah tangga yang memiliki anggota keluarga dengan skizofrenia atau psikosis mencapai 7 per 1.000 dengan cakupan pengobatan sebesar 84,9%. Selain itu, prevalensi remaja berusia di atas 15 tahun yang mengalami skizofrenia atau psikosis meningkat dari 6% pada tahun 2013 menjadi 9,8% pada tahun 2018. Provinsi dengan angka kasus tertinggi adalah Bali (11,1%), diikuti oleh Yogyakarta (10,4%), sementara Sulawesi Selatan berada di peringkat kelima dengan 8,8%. Berdasarkan tempat tinggal, penderita skizofrenia atau psikosis lebih banyak ditemukan di pedesaan (7%) dibandingkan di perkotaan (6,4%) (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2023), daerah Istimewa Yogyakarta menjadi provinsi dengan prevalensi gejala skizofrenia tertinggi, dengan angka mencapai 9,3%. Dari angka gejala tersebut, sebanyak 7,8% memang terdiagnosis skizofrenia. Secara keseluruhan, prevalensi nasional

skizofrenia berada di angka 4% dari sisi gejala dan 3% dari sisi diagnosis. Rumah tangga dengan anggota terdiagnosis skizofrenia lebih banyak tinggal di perkotaan (3,1%) dibanding pedesaan (2,8%). Adapun survei ini melibatkan 315,6 ribu rumah tangga di Indonesia dari 34,5 ribu blok sensus dari 38 provinsi di tanah air. Dari data Riset Kesehatan Dasar tahun 2023 terdapat peningkatan signifikan pada penderita skizofrenia. 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%) (RSJD Dr. RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah, 2025).

Skizofrenia adalah gangguan yang terjadi pada fungsi otak, menyebabkan timbulnya distorsi pada pikiran, persepsi, emosi, dan tingkah laku menjadi sangat aneh, serta dapat mengarah ke perilaku kekerasan yang berbahaya bagi diri sendiri maupun orang sekitar (Amalia et al., 2023). Perilaku kekerasan merupakan salah satu respon marah diekspresikan dengan melakukan ancaman, mencederai diri sendiri maupun orang lain dan dapat merusak lingkungan sekitar. Perasaan terancam ini dapat berasal dari stresor eksternal (seperti: penyerangan fisik, kehilangan orang berarti dan kritikan dari orang lain) dan internal (seperti: perasaan gagal di tempat kerja, perasaan tidak mendapatkan kasih sayang dan ketakutan penyakit fisik) (Rokayah & Rima, 2020)

Perilaku kekerasan sering kali mengakibatkan adanya gejala gangguan jiwa yang dapat memicu bahaya, secara fisik ke diri sendiri atau pun ke orang lain yang meluapkan segala emosionalnya dengan berbicara sendiri dengan suara yang tinggi maupun tatapan mata yang memerah, serta otot-otot yang tegang, dan tatapan yang tajam. Serta memaksakan diri untuk melakukan kekerasan fisik yang mengakibatkan kepada orang lain ataupun pasiennya itu sendiri (Thalib & Abdullah, 2022).

Perawat memiliki peran penting dalam pengendalian kemarahan yang dapat dilakukan dengan beberapa cara yaitu, mengendalikan marah dengan latihan

fisik, social atau verbal, relaksasi, secara spiritual, dan mengkonsumsi obat dengan teratur. Teknik relaksasi merupakan keterampilan, dimana untuk mendapatkan manfaatnya perlu mempraktekkannya secara teratur (Rahmawati & Liliana, 2023).

Penatalaksanaan keperawatan yang diberikan pada pasien dengan diagnosis resiko perilaku kekerasan yaitu latihan cara mengontrol fisik (latihan tarik napas dalam, memukul bantal dan kasur), berikan pendidikan kesehatan tentang penggunaan obat secara teratur, melatih pasien menggunakan verbal (meminta dan menolak sesuatu) secara baik, latih pasien mengontrol marah menggunakan cara spiritual yaitu terapi Relaksasi benson dan Murottal, terapi efektifitas behavior therapi, terapi relaksasi benson, komunikasi terapeutik pada pasien, terapi psikoreligi, dan terapi aktifitas kelompok (Siti Putri Yuliana et al., 2023)

Terapi relaksasi benson merupakan gabungan dari model relaksasi dengan keyakinan yang dianut. Gabungan antara relaksasi dan keyakinan yang dianut dipercaya dapat mempercepat munculnya kondisi relaksasi(Saputri & Suara, 2024). Respon atau terapi relaksasi menurut Herbert Benson adalah mekanisme perlindungan bawaan alami yang memungkinkan kita untuk menurunkan atau menghilangkan efek berbahaya dari stress melalui perubahan yang menurunkan detak jantung, menurunkan metabolisme, menurunkan laju pernapasan, dan dengan cara ini tubuh kembali ke keseimbangan tubuh yang lebih baik (Herawati, 2015).

Berdasarkan penelitian (Saputri & Suara, 2024) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari terapi relaksasi benson terhadap perilaku kekerasan pada pasien dengan perilaku kekerasan terdapat pengaruh terapi relaksasi benson terhadap pasien dengan perilaku kekerasan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan pada tahun 2024, diperoleh data pasien dibangsal Flamboyan yang mengalami resiko perilaku kekerasan di RSJD Dr. RM Soedjarwadi sebanyak 94 pasien. Berdasarkan uraian di atas terapi non farmakogi merupakan terapi yang mudah serta ekonomis dalam menurunkan resiko perilaku kekerasan pasien gangguan jiwa.

Berdasarkan data diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian sebagai upaya untuk mengetahui “Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Perilaku Kekerasan Pada Pasien Resiko Perilaku Kekerasan Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka dalam penelitian ini penulis mengemukakan rumusan sebagai berikut “Bagaimana penerapan terapi relaksasi benson terhadap penurunan perilaku kekerasan pada pasien resiko perilaku kekerasan di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah?

C. Tujuan Penerapan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi terapi relaksasi benson untuk mengurangi perilaku kekerasan RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan perilaku kekerasan sebelum diberikan implementasi terapi relaksasi benson di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.
- b. Mendeskripsikan perilaku kekerasan sesudah diberikan implementasi terapi relaksasi benson di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.
- c. Mendeskripsikan perbandingan perilaku kekerasan antara kedua responden sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.
- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden sesudah diberikan terapi relaksasi benson RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah

D. Manfaat Penerapan

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu intervensi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya tentang terapi non

farmakologi melalui intervensi pemberian terapi relaksasi benson dalam menurunkan resiko perilaku kekerasan

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Dapat menambah pengetahuan dan sebagai sumber informasi mengenai penurunan kekerasan terapi non farmakologis dengan menggunakan terapi relaksasi benson.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi institusi kesehatan dalam memberikan penanganan penurunan kekerasan dengan holistic care.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini bisa dijadikan referensi atau perbandingan untuk penelitian selanjutnya yang hendak mengkaji permasalahan yang berkaitan dengan penurunan perilaku kekerasan