

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Fenomena meningkatnya jumlah pasien dengan gangguan jiwa berat, terutama dengan manifestasi halusinasi, menjadi perhatian yang mendalam di berbagai fasilitas kesehatan di Indonesia (Alamsyah, 2020). Dalam kehidupan sehari-hari, sering kali ditemukan individu yang berbicara atau berinteraksi dengan "sesuatu" yang tidak nyata di ruang publik, yang mencerminkan gejala halusinasi (Sukmawati, 2021). Hal ini tidak hanya memengaruhi individu tersebut tetapi juga menimbulkan dampak sosial di masyarakat, seperti stigma dan diskriminasi terhadap pasien dengan gangguan jiwa (Yusuf & Rahmawati, 2022). Fenomena ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk pendekatan perawatan yang lebih efektif dan holistik (Permana, 2023).

Prevalensi gangguan jiwa dengan gejala halusinasi di dunia bervariasi, dengan sekitar 1% populasi global mengalami skizofrenia. Dari jumlah tersebut, 70%-80% di antaranya mengalami halusinasi auditori sebagai gejala utama (World Health Organization, 2022). Di Indonesia, berdasarkan data dari Riskesdas 2018, prevalensi gangguan mental emosional mencapai 9,8%, dengan prevalensi gangguan jiwa berat seperti skizofrenia sebesar 7 per 1.000 penduduk (Dinas Kesehatan, 2019). Sekitar 60%-70% dari pasien skizofrenia di Indonesia dilaporkan mengalami halusinasi baik auditori maupun visual (Hidayati & Setiawan, 2020). Di Jawa Timur, prevalensi gangguan jiwa berat tercatat sebesar 7,3 per 1.000 penduduk, dengan 50%-65% di antaranya menunjukkan gejala halusinasi (Putra, 2021). Hal ini menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap pengelolaan gangguan halusinasi di wilayah ini.

Halusinasi, sebagai salah satu gejala utama skizofrenia, berdampak besar terhadap kualitas hidup pasien (Nugroho, 2021). Dalam lingkungan rumah sakit jiwa, prevalensi pasien dengan gejala halusinasi tergolong tinggi, yang menunjukkan pentingnya pengelolaan khusus untuk kondisi ini (Ramadhani, 2022). Hal ini menjadi tantangan besar dalam sistem layanan

kesehatan mental, baik dari segi sumber daya manusia maupun pendekatan terapi yang digunakan (Wati & Putri, 2023).

Terdapat salah satu fasilitas kesehatan mental yang sedang digunakan dalam penelitian adalah UPT RS Bina Laras Pasuruan, Jawa Timur, merupakan salah satu fasilitas rehabilitasi mental yang memberikan pelayanan holistik bagi pasien dengan gangguan jiwa ringan, sedang, dan berat. Fasilitas ini mengadopsi pendekatan integratif yang mencakup terapi farmakologis, psikologis, dan sosial untuk mendukung proses pemulihan pasien secara bertahap. Dengan tim profesional yang berpengalaman, UPT RS Bina Laras berfokus pada upaya meningkatkan kualitas hidup pasien melalui berbagai intervensi inovatif, termasuk terapi berbasis mindfulness dan seni. Hal ini menjadikannya salah satu pusat perawatan terkemuka untuk gangguan mental di wilayah Jawa Timur.

Di UPT RS Bina Laras Pasuruan, Jawa Timur, terdapat dua pasien yang memiliki gangguan halusinasi yang menarik perhatian. Berdasarkan pembagian fase halusinasi oleh Stuart & Laraia (2005), Tn. W berada dalam Fase II (Condemning) dan Tn. M berada dalam Fase III (Controlling). Tn. W mengalami halusinasi yang mulai menjadi menjijikkan, di mana ia merasa takut dan menarik diri dari interaksi sosial. Halusinasi yang dialami berupa suara yang menyuruhnya untuk pulang dari RSBL dan halusinasi visual berupa sosok wanita yang sering dilihatnya pada malam hari. Kondisi ini menyebabkan gangguan tidur, kecemasan berat, serta isolasi sosial yang berkepanjangan. Sementara itu, Tn. M mengalami pengalaman sensori yang berkuasa, di mana ia berhenti melawan halusinasi dan cenderung mengikuti petunjuk dari halusinasinya. Ia mendengar suara yang menyuruhnya memukul orang, yang menyebabkan konflik batin dan kesulitan berhubungan dengan orang lain. Kondisi ini menunjukkan kebutuhan mendesak untuk intervensi terapeutik guna mencegah potensi bahaya bagi dirinya sendiri dan orang lain. Kedua kasus ini menunjukkan tingkat keparahan halusinasi yang membutuhkan penanganan

khusus untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dan mengurangi dampak psikososial pada keluarga dan masyarakat di sekitarnya.

Masalah utama pada kedua pasien adalah gangguan persepsi sensorik berupa halusinasi pendengaran dan/atau visual, yang berdampak pada peningkatan kecemasan, isolasi sosial, dan ketidakmampuan untuk menjalankan fungsi sehari-hari secara optimal. Kondisi ini juga diperburuk oleh mekanisme coping yang tidak efektif dan keterbatasan dukungan sosial. Dalam pengelolaan masalah ini, terapi farmakologis sering menjadi pilihan utama. Namun, efek samping signifikan yang kerap muncul mendorong perlunya pendekatan alternatif yang lebih adaptif.

Salah satu pendekatan yang akan diterapkan dalam penelitian adalah terapi meditasi mindfulness dan seni. Pendekatan ini dipilih karena memiliki potensi besar dalam membantu pasien mengelola gejala halusinasi secara lebih adaptif. Meditasi mindfulness dilakukan dengan melatih pasien untuk fokus pada pernapasan dan sensasi tubuh mereka, yang dapat membantu menenangkan pikiran dan mengurangi kecemasan. Dalam praktiknya, pasien diajak untuk memusatkan perhatian pada lingkungan nyata mereka, sehingga membantu menurunkan intensitas halusinasi pendengaran maupun visual (Farhan, 2022).

Terapi meditasi mindfulness diterapkan dengan sesi pernapasan dalam yang dipandu oleh tenaga kesehatan, di mana pasien diajak untuk menyadari setiap hembusan napas dan mengalihkan perhatian dari halusinasi yang mengganggu (Fitria, 2023). Teknik ini memberikan alat bagi pasien untuk mengurangi reaktivitas emosional terhadap suara atau gambaran halusinasi (Lina, 2021). Latihan ini dapat dilakukan secara bertahap, mulai dari lima hingga sepuluh menit setiap sesi, sehingga cocok untuk pasien dalam fase akut tetapi kooperatif (Mira, 2022).

Sementara itu, terapi seni memberikan sarana ekspresi emosional yang aman dan kreatif, seperti melukis atau menggambar, untuk membantu pasien menyampaikan perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal (Dewi, 2021).

Aktivitas seni ini disesuaikan dengan minat pasien, di mana mereka dapat menggambarkan halusinasi yang dialami atau perasaan yang muncul akibat gangguan tersebut (Nina, 2023). Pendekatan ini tidak hanya membantu pasien dalam mengelola emosi, tetapi juga memberikan distraksi positif yang efektif dalam menurunkan frekuensi halusinasi (Rina, 2022). Selain itu, hasil karya seni pasien dapat menjadi bahan diskusi dengan terapis untuk menggali lebih dalam makna yang terkandung dalam pengalaman mereka (Tania, 2021).

Kedua pasien dalam penelitian ini yang berada dalam fase akut tetapi kooperatif, yang memungkinkan mereka untuk menerima intervensi mindfulness dan terapi seni. Evaluasi klinis menunjukkan bahwa meskipun mereka mengalami gejala halusinasi yang intens, mereka memiliki potensi untuk mengikuti terapi ini sebagai bagian dari strategi penanganan holistik. Dengan kombinasi terapi farmakologis yang sudah mapan dan pendekatan non-farmakologis seperti meditasi mindfulness dan seni, diharapkan kualitas hidup pasien dapat meningkat secara menyeluruh.

Dalam pelaksanaan terapi meditasi mindfulness dan seni yang dilakukan di UPT RS Bina Laras Pasuruan, pendekatan ini dirancang sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP) yang disesuaikan dengan kebutuhan klien (Dewanto, 2022). Terapi diawali dengan memberikan edukasi kepada pasien mengenai tujuan dan manfaat dari mindfulness dan seni. Lingkungan yang aman, nyaman, dan mendukung diciptakan untuk mengoptimalkan sesi terapi (Husni, 2023). Pada sesi mindfulness, pasien dilatih dengan teknik pernapasan dalam untuk menenangkan pikiran, diikuti dengan praktik kesadaran penuh terhadap sensasi tubuh atau pernapasan mereka (Sari & Hidayati, 2022). Teknik ini membantu pasien menghadapi gejala halusinasi secara lebih adaptif.

Selanjutnya, pada terapi seni, pasien diberikan alat seni seperti pensil warna, cat air, atau media seni lainnya yang sesuai dengan preferensi mereka (Dewi & Rudi, 2022). Pasien didorong untuk mengekspresikan pengalaman atau emosi mereka melalui seni. Setelah aktivitas selesai, hasil karya seni

dibahas bersama pasien untuk menggali makna dan pemahaman lebih lanjut terhadap pengalaman mereka (Andini, 2023). Evaluasi dilakukan untuk memantau dampak terapi terhadap gejala halusinasi melalui observasi langsung dan diskusi dengan pasien (Suharto, 2023). Dalam proses ini, keluarga pasien juga dilibatkan untuk memberikan dukungan berkelanjutan, serta membantu pasien melanjutkan praktik mindfulness dan seni di rumah.

Dalam konteks fasilitas kesehatan di Indonesia, implementasi terapi meditasi mindfulness dan seni masih tergolong baru (Khalid, 2024). Namun, dalam penelitian ini kedua terapi dilakukan untuk menguji khasiat dari terapi meditasi mindfulness dan juga terapi seni. UPT RS Bina Laras Pasuruan, sebagai salah satu fasilitas yang melayani pasien dengan gangguan jiwa berat, memiliki potensi besar untuk menjadi pelopor dalam penerapan terapi integratif ini. Dengan kombinasi antara terapi farmakologis yang sudah mapan dan pendekatan non-farmakologis seperti meditasi mindfulness dan seni, perawatan pasien dapat ditingkatkan secara holistik (Sari & Putri, 2021).

Secara historis, pendekatan holistik dalam perawatan kesehatan mental telah menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan intervensi tunggal (Malik, 2021). Model biopsikososial, yang menjadi landasan perawatan kesehatan mental modern, menekankan pentingnya mempertimbangkan aspek biologis, psikologis, dan sosial dalam pengelolaan gangguan jiwa (Fahmi, 2023). Dalam kasus Tn. W dan Tn. M, penerapan terapi meditasi mindfulness dan seni diharapkan dapat memberikan solusi yang tidak hanya efektif dalam mengurangi gejala halusinasi, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional dan sosial mereka.

Selain itu, penting untuk mencatat bahwa pendekatan ini juga dapat mengurangi beban biaya perawatan jangka panjang. Terapi farmakologis yang intensif sering kali memerlukan pengawasan medis berkelanjutan dan dapat membebani sistem kesehatan maupun keluarga pasien (Luthfi, 2021). Sebaliknya, terapi meditasi mindfulness dan seni dapat dilakukan secara

mandiri oleh pasien setelah mereka mendapatkan pelatihan awal, sehingga memberikan manfaat jangka panjang yang lebih berkelanjutan.

Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada evaluasi efektivitas kombinasi terapi meditasi *mindfulness* dan seni dalam perawatan pasien dengan gangguan halusinasi di UPT RS Bina Laras Pasuruan. Dengan memahami dampak intervensi ini terhadap kondisi klinis dan kualitas hidup pasien, diharapkan dapat ditemukan pendekatan baru yang dapat diterapkan secara luas dalam pengelolaan gangguan jiwa di Indonesia.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut maka masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana efektivitas terapi *mindfulness* dan seni terhadap pasien dengan gangguan halusinasi?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui efektivitas terapi meditasi *mindfulness* dan seni dalam menurunkan gejala halusinasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien dengan gangguan halusinasi di UPT RS Bina Laras Pasuruan.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1 Mengetahui pengkajian keperawatan jiwa dengan pasien gangguan halusinasi.
- 2 Mengetahui diagnose keperawatan jiwa dengan pasien gangguan halusinasi.
- 3 Mengetahui intervensi keperawatan jiwa yang digunakan untuk pasien dengan gangguan halusinasi.
- 4 Mengetahui intervensi terapi tambahan yaitu meditasi *mindfulness* dan terapi seni ke pada pasien dengan gangguan halusinasi.
- 5 Mengetahui implementasi dan evaluasi yang diberikan kepada pasien dengan gangguan halusinasi.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan jiwa, khususnya dalam penggunaan intervensi non-farmakologis untuk pasien dengan gangguan halusinasi. Penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut dalam bidang terapi kombinasi meditasi mindfulness dan seni.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan dalam penambahan intervensi dalam praktik keperawatan jiwa, terkhusus dengan pasien dengan gangguan halusinasi.

