

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar belakang

Halusinasi merupakan salah satu diagnosa dalam gangguan jiwa atau gangguan mental (Oktaviani et al., 2022). Halusinasi didefinisikan sebagai terganggunya persepsi sensori seseorang (Harkomah, 2019). Halusinasi merupakan distorsi persepsi yang tidak nyata dan terjadi pada respon *neurobiologis maladaptive* (Aldam & Wardani, 2019). Salah satu tipe halusinasi adalah pendengaran (*auditory-hearing voices or sounds*) dan halusinasi kecemasan menjadi tipe yang paling banyak diderita (Fajariyah & Firmansyah, 2023).

Halusinasi menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang signifikan di dunia (Sepalanita & Khairani, 2019). Menurut data WHO, (2022) terdapat 450 juta orang di dunia terkena halusinasi. Data Riset Kesehatan Dasar, 2018, masalah kesehatan jiwa di Indonesia dengan halusinasi sebesar 19.8% atau sekitar 20 juta orang mengalami gangguan jiwa berat (Risikesdas, 2018). Berdasarkan data Rumah Sakit Jiwa di Indonesia, sekitar 70% pasien yang menjalani perawatan di ruang rawat inap rumah sakit jiwa mengalami masalah keperawatan halusinasi (Kamariyah & Yuliana, 2021). Sejalan dengan penelitian Jatinandya & Purwito, (2020) data pasien yang mengalami halusinasi di Jawa Timur sebanyak 5.130. Sehingga dapat disimpulkan bahwa jumlah pasien dengan diagnosa halusinasi mendominasi sebagian besar pasien gangguan jiwa, oleh karena itu hal ini patut menjadi arahan dan mencari solusi untuk mengatasinya.

Halusinasi adalah salah satu gejala gangguan jiwa di mana pasien mengalami perubahan sensori persepsi, merasakan sensasi palsu berupa suara, penglihatan, pengecapan perabaan atau penghiduan (Sari et al., 2019). Halusinasi menjadi gangguan jiwa dimana seseorang tidak mampu membedakan antara kehidupan nyata dengan kehidupan palsu (Alghoni Saputri et al., 2024). Bentuk halusinasi ini bisa berupa suara-suara yang bising atau mendengung, tapi yang paling sering berupa kata-kata yang tersusun dalam bentuk kalimat yang agak sempurna (Emulyani &

Herlambang, 2020). Penderita halusinasi sering mengalami curiga, ketakutan, perasaan tidak aman, gelisah, cemas, bingung, perilaku merusak diri, kurang perhatian, tidak mampu mengambil keputusan, dan tidak dapat membedakan keadaan nyata dan tidak nyata (Pratiwi et al., 2024). Beberapa perilaku tersebut membuat seseorang perlu dilakukan penanganan berupa tindakan keperawatan (Ulya & Faidah, 2019).

Pasien yang mengalami halusinasi pendengaran sering mendengarkan bisikan yang tidak jelas asal mulanya yang pada dasarnya itu tidak nyata, sehingga seseorang mengalami perubahan fisiologis dan psikologis yang dapat menjadi cemas berlebihan dan tidak terkontrol (S. H. Fitri & Suara, 2022). Kecemasan merupakan perasaan individu sebagai bentuk dari ketegangan mental yang dapat mengelisahkan sebagai respon dari ketidakmampuan dalam mengatasi permasalahan (Yohana et al., 2023). Kecemasan yang intens tidak hanya menyebabkan rasa takut, tetapi juga gejala yang menciptakan rasa takut yang berlebihan (Sulistyaningrum et al., 2023). Sedangkan kecemasan yang intens dapat menyebabkan perasaan gila seolah-olah seseorang kehilangan kontak dengan kenyataannya.

Upaya optimalisasi penatalaksanaan klien dengan halusinasi di rumah sakit antara lain melakukan terapi aktivitas kelompok, melatih keluarga untuk merawat pasien, dan melakukan terapi non farmakologis menggunakan teknik relaksasi otot progresif (Andri et al., 2019). Strategi pelaksanaan pada pasien halusinasi mencakup kegiatan mengenal halusinasi, mengajarkan pasien menghardik halusinasi, minum obat dengan teratur, bercakap-cakap dengan orang lain saat halusinasi muncul, serta melakukan aktivitas terjadwal untuk mencegah halusinasi (Safitri et al., 2022). Individu yang mengalami halusinasi harus diarahkan pada respon perilaku yang adaptif melalui penerapan asuhan keperawatan yang komprehensif dan terus menerus, disertai juga dengan terapi-terapi modalitas seperti terapi otot progresif (Daud, 2019).

Relaksasi otot progresif adalah terapi relaksasi dengan gerakan mengencangkan dan melemaskan otot – otot bagian tubuh pada satu waktu

untuk memberikan perasaan relaksasi secara fisik (Setiawan et al., 2021). Gerakan mengencangkan dan melemaskan secara progresif kelompok otot dilakukan secara berturut-turut, teknik relaksasi progresif dilakukan 4 kali pertemuan dalam rentang 1 sesi (Mutawalli et al., 2020). Teknik relaksasi otot progresif memusatkan perhatian pada aktivitas otot dengan mengidentifikasi otot yang tegang kemudian menurunkan ketegangan dengan melakukan teknik relaksasi untuk mendapatkan perasaan rileks (Ocky et al., 2024). Perubahan yang diakibatkan oleh relaksasi otot progresif yaitu dapat mengurangi ketegangan otot, menurunkan laju metabolisme, meningkatkan rasa kebugaran, dan konsentrasi, serta memperbaiki kemampuan untuk mengatasi stressor (Madhani & Kartina, 2019). Pemberian relaksasi otot progresif dilakukan dengan lingkungan yang tenang, posisi yang nyaman, dan keadaan kooperatif, sehingga relaksasi otot progresif dapat dijadikan pilihan dalam memberikan terapi modalitas untuk pasien halusinasi (Made et al., 2023).

Pasien Tn. D adalah pasien dengan diagnosa F20.3 yang saat ini sedang dirawat di UPT Bina Laras Pasuruan, Provinsi Jawa Timur. Pasien mengatakan dibawa ke RSBL alasan kambuh cemas, dan marah marah terkadang mendegarkan suara biskian, dan melihat setan makan nasi seperti manusia normal serta di sertai gemetar. Pasien pernah dilakukan rehabilitasi namun kambuh kembali karena tekanan ekonomi, kerja serabutan, ngamen di bus Malang-Surabaya, konsumsi miras, dan berguru ilmu kejawaan untuk kemujuran. pernah dirawat di RSBL 2017-2018, balik kesini lagi 2022, alasan kambuh, marah marah dan mengancam keluarga, Ayah dan Ibu bercerai, PM anak pertama dari 4 bersaudara, hubungan dengan saudara kurang baik.

Pasien Tn.D mengatakan selama 6 bulan terakhir ini mengalami cemas karena masa depan anaknya dan cemas karena masa tuanya nanti dan harga dirinya rendah karena tidak ada kerjaan tetap, merasa gagal jadi suami dan ayah, merasa bayak dosa dan takut tidak di ampuni, ketakutan di sertai gemetar (tremor). Pasien sering melakukan onani dan membayangkan cewek cantik. Pasien merasa ingin pulang tetapi bingung pulang mau ke mana

karena keluarganya kontrak rumah, pasien juga mengatakan terkadang mendengarkan bisikan dari angin menyampaikan pesan kalau RSBL ini beganti tempat di daerah Sidoarjo dan katanya RSBL ini penjara abadi dan terkadang pasien melihat setan dengan wajah jelek rambut panjang dan melihat setan itu makan nasi seperti orang normal saat mau tidur. Berdasarkan latar belakang masalah yang dipaparkan maka peneliti tertarik untuk memberikan “penerapan terapi relaksasi otot progresif kepada TN.D dengan kecemasan akibat halusinasi pendengaran di UPT Bina Laras, Kabupaten Pasuruan, Provinsi Jawa Timur”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana manajemen penerapan terapi relaksasi otot progresif kepada tn.d dengan kecemasan akibat halusinasi pendengaran di UPT Bina Laras, Kabupaten Pasuruan, Provinsi Jawa Timur?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Penelitian**

Menganalisis asuhan keperawatan jiwa dengan penerapan terapi relaksasi otot progresif kepada TN.D dengan kecemasan akibat halusinasi pendengaran di UPT Bina Laras, Kabupaten Pasuruan, Provinsi Jawa Timur.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a) Menggambarkan hasil penerapan terapi relaksasi otot progresif kepada tn.d dengan kecemasan dan halusinasi pendengaran di UPT Bina Laras, Kabupaten Pasuruan, Provinsi Jawa Timur.
- b) Menegakkan diagnosa keperawatan penerapan terapi relaksasi otot progresif kepada TN.D dengan kecemasan dan halusinasi pendengaran di UPT Bina Laras, Kabupaten Pasuruan, Provinsi Jawa Timur.
- c) Mengetahui intervensi keperawatan penerapan terapi relaksasi otot progresif kepada TN.D dengan kecemasan dan halusinasi pendengaran di UPT Bina Laras, Kabupaten Pasuruan, Provinsi Jawa Timur.
- d) Mengetahui implementasi keperawatan penerapan terapi relaksasi otot progresif kepada TN.D dengan kecemasan dan halusinasi pendengaran di UPT Bina Laras, Kabupaten Pasuruan, Provinsi Jawa Timur.

- e) Melakukan evaluasi hasil implementasi penerapan terapi relaksasi otot progresif kepada TN.D dengan kecemasan dan halusinasi pendengaran di UPT Bina Laras, Kabupaten Pasuruan, Provinsi Jawa Timur.

#### 1.4 Manfaat Penelitian

Diharapkan penulisan pelaporan ini dapat memberikan manfaat dalam menyelesaikan permasalahan pada pasien yang menderita gangguan proses pikir, diantaranya adalah:

1. Manfaat untuk penulis menambahkan pengetahuan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan diagnosa keperawatan.
2. Manfaat praktisi diharapkan hasil dari penulisan laporan ini dapat bermanfaat khususnya bagi bidang keperawatan dan sebagai dasar untuk pengembangan ilmu pengetahuan mengenai intervensi keperawatan pada pasien diagnosa keperawatan.
3. Manfaat untuk pelayanan kesehatan diharapkan laporan ini menjadi tambahan informasi bagi keperawatan yang dilakukan pada pasien diagnosa keperawatan.

