

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan jiwa adalah kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual, dan emosional yang optimal dari seseorang serta penyesuaian diri dengan orang lain dan lingkungan (Notoadmodjo, 2020).

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan jiwa meliputi stress, depresi, kecemasan, perasaan terisolasi atau kesepian, trauma, dan yang lainnya. Namun, jika seseorang mengalami perubahan atau gangguan pada pikiran mereka, suasana hati dan perilaku mereka dapat dipengaruhi oleh gangguan jiwa, yang juga dikenal sebagai gangguan jiwa.

Gangguan jiwa adalah kondisi yang tidak normal yang memiliki efek fisik dan mental. Hal ini menjadi masalah yang semakin meningkat di seluruh dunia, dan prevalensinya terus meningkat setiap tahun (Yusrani et al., 2023).

Salah satu gangguan jiwa yang dapat mempengaruhi individu dan berakibat pada perubahan perilaku individu adalah skizofrenia. Skizofrenia merupakan penyakit jiwa yang bermanifestasi pada kekacauan pola pikir, proses persepsi, afeksi dan perilaku sosial. Hal inilah yang menyebabkan pasien dengan skizofrenia mengalami disfungsi dalam lingkungan sosial, pekerjaan dan keluarga (Sari, 2019).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022 jumlah penderita skizofrenia mempengaruhi 24 juta orang di Dunia. Adapun data Benua di Asia yaitu prevalensi tertinggi ditemukan di Asia Selatan dengan 7,2 juta kasus, diikuti Asia Timur dengan 4 juta kasus dan kasus terkecil terdapat di Asia Tenggara dengan 2 juta kasus (WHO, 2022).

Adapun data kejadian Skizofrenia di Asia Tenggara pada Tahun 2023 adalah sebagai berikut :

Tabel 1. 1

Data Prevalensi Skizofrenia di Asia Tenggara Tahun 2023

No	Nama Negara	Prevalensi	Angka (Per 100.000 Penduduk)
1.	Thailand	0,72	5,5%
2.	Malaysia	0,65	5,0%
3.	Filipina	0,52	4,0%
4.	Indonesia	0,46	3,5%
5.	Singapura	0,38	3,0%

Sumber : WHO (2023)

Berdasarkan data diatas menunjukkan, data prevalensi Skizofrenia tertinggi di Asia Tenggara per 100.000 penduduk yaitu terdapat di Thailand dengan jumlah 5,5% dan yang terkecil terdapat di Singapura dengan 3,0% kasus, sedangkan Indonesia menduduki peringkat ke-4 dengan jumlah 3,5% dari per 100.000 penduduk.

Berdasarkan data dari Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 jumlah skizofrenia di Indonesia secara keseluruhan yaitu 300.000 jiwa. Adapun data Prevalensi 5 besar kejadian Skizofrenia di Indonesia Tahun 2023 adalah sebagai berikut.

Tabel 1. 2
Data Prevalensi 5 Besar Skizofrenia di Indonesia Tahun 2023

No	Nama Daerah	Prevalensi	Angka (Per 100.000
			Penduduk)
1.	Jawa Timur	6,5%	6.500
2.	DKI Jakarta	4,9%	4.900
3.	Sumatera Barat	4,8%	4.800
4.	Jawa Barat	3,8%	3.800
5.	Kepulauan Bangka Belitung	3,1 %	3.100

Sumber : Survei Kesehatan Indonesia (SKI 2023)

Berdasarkan data di atas, Jawa Timur menjadi provinsi tertinggi di Indonesia dengan kasus skizofrenia yaitu 6,5%, dan kasus terendah berada di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung dengan jumlah 3,1%, sedangkan Jawa Barat menduduki peringkat ke-4 dengan jumlah 3,8% per 100.000 penduduk.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan angka Skizofrenia di Jawa Barat secara keseluruhan yaitu berjumlah 55.133 jiwa. Berikut merupakan 5 besar data skizofrenia di Jawa Barat pada Tahun 2023 sebagai berikut :

Tabel 1. 3

Data Kejadian Skizofrenia di beberapa Kabupaten/Kota di Jawa Barat Tahun 2023

NO.	Nama Kabupaten/Kota	Jumlah Kasus
1.	Kabupaten Bogor	8.768
2.	Kabupaten Bandung	4.560
3.	Kabupaten Garut	3.739
4.	Kabupaten Sukabumi	3.576
5.	Kabupaten Cianjur	3.293

Sumber : Dinas Kesehatan tahun (2023)

Berdasarkan data diatas, kasus Skizofrenia tertinggi berada di Kabupaten Bogor dengan jumlah 8.768 kasus dan yang terendah berada di Kabupaten Cianjur dengan jumlah 3.293 kasus. Sedangkan Kabupaten Garut menduduki peringkat ke-3 dengan jumlah 3.739 kasus.

Garut memiliki kurang lebih 67 Puskesmas yang tersebar di area Garut. Berikut merupakan data kejadian Skizofrenia di beberapa Puskesmas di Kabupaten Garut Pada tahun 2024 adalah sebagai berikut :

Tabel 1. 4

Data Kejadian Skizofrenia di Beberapa Puskesmas di Kabupaten Garut Tahun 2024

No.	Nama Puskesmas	Jumlah Kasus
1.	Puskesmas Limbangan	122
2.	Puskesmas Cibatu	119
3.	Puskesmas Cikajang	99
4.	Puskesmas Malangbong	89
5.	Puskesmas Cilawu	88

Sumber : Laporan Tahunan Kesehatan Jiwa, Dinkes (2024)

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Tahun 2024, Puskesmas Limbangan menduduki peringkat pertama dan tertinggi dengan jumlah 122 kasus dan kasus terendah berada di Puskesmas Cilawu dengan jumlah 88 kasus. Sedangkan Puskesmas Cibatu menduduki peringkat kedua dari 67 puskesmas di Kabupaten Garut dengan jumlah pasien skizofrenia sebanyak 119 orang. Dengan demikian, alasan pemilihan di Puskesmas Cibatu karena Saat dilakukan wawancara pada perawat pemegang program jiwa di Puskesmas Cibatu yaitu Miss. D., S. Kep., Ners. mengatakan bahwa sebelumnya pernah terjadi kasus kematian akibat skizofrenia , dan juga menjadi salah satu tempat penelitian karena menduduki jumlah tertinggi ke-2 kasus Skizofrenia. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada pasien Skizofrenia di Puskesmas Cibatu.

Berdasarkan data yang didapat dari Puskesmas Cibatu, berikut jumlah penderita skizofrenia dari bulan Januari sampai dengan bulan Desember Tahun 2024 :

Tabel 1. 5
Data Prevelansi Skizofrenia Di Puskesmas Cibatu Tahun 2024

NO	Diagnosa Penyakit	Jumlah Pasien
1.	Halusinasi	94
2.	Resiko Perilaku Kekerasan	12
3.	Isolasi Sosial	8
4.	Harga Diri Rendah	5
	Jumlah	119

Sumber : Laporan Tahunan Kesehatan Jiwa Puskesmas Cibatu

Tahun (2024)

Berdasarkan data yang didapat dari Puskesmas Cibatu Tahun 2024 menunjukkan, Prevalensi kasus Skizofrenia yang tertinggi di Puskesmas Cibatu yaitu diagnosa halusinasi dengan jumlah 94 pasien, dan yang terendah yaitu diagnosa harga diri rendah dengan jumlah sekitar 5 pasien. Berdasarkan data tersebut maka peneliti akan memilih responden penelitian dengan kasus skizofrenia dengan halusinasi dikarenakan halusinasi merupakan data tertinggi yang ada di Puskesmas Cibatu yaitu sebanyak 94 pasien.

Berdasarkan data yang didapat dari Puskesmas Cibatu, berikut jumlah Skizofrenia dengan Halusinasi adalah sebagai berikut :

Tabel 1. 6
Data Prevalensi Halusinasi di Puskesmas Cibatu Tahun 2024

No	Diagnosa Keperawatan	Jumlah Pasien
1.	Halusinasi Pendengaran	53
2.	Halusinasi Penglihatan	41

Berdasarkan keterangan perawat jiwa Puskesmas Cibatu didapatkan diagnosa halusinasi pendengaran dengan jumlah sekitar 53 pasien dan diagnosa halusinasi penglihatan dengan jumlah 41 pasien. Maka dari itu peneliti memilih diagnosa halusinasi pendengaran berdasarkan data terbanyak.

Halusinasi merupakan salah satu gejala pada pasien skizofrenia. Halusinasi adalah suatu gejala gangguan jiwa dimana pasien merasakan suatu stimulus yang sebenarnya tidak ada. Pasien mengalami perubahan persepsi sensori seperti merasakan sensasi palsu berupa suara, penglihatan, pengecapan, penciuman, atau perabaan (Sutejo, 2019).

Salah satu gejala yang paling menonjol dan mengganggu dalam skizofrenia adalah halusinasi pendengaran. Menurut Stuart (2022), sekitar 70% pasien skizofrenia mengalami halusinasi pendengaran, yaitu persepsi mendengar suara tanpa adanya stimulus nyata dari luar. Halusinasi pendengaran sering kali berupa suara-suara yang memerintah, menghina, atau mengomentari tindakan pasien. Hal ini dapat menyebabkan pasien merasa takut, tertekan, dan mengalami kesulitan membedakan realitas dan ilusi.

Fokus terhadap halusinasi pendengaran penting karena gejala ini memiliki dampak signifikan terhadap keamanan pasien maupun orang di sekitarnya, serta menjadi indikator utama ketidakstabilan kondisi mental. Menurut penelitian oleh Kopelowicz et al. (2023), halusinasi pendengaran yang tidak tertangani dengan baik dapat meningkatkan risiko kekambuhan, memperburuk isolasi sosial, dan menurunkan kepatuhan terhadap pengobatan. Oleh karena itu, intervensi terapeutik yang spesifik terhadap gejala ini sangat dibutuhkan.

Penanganan terhadap halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia selama ini lebih banyak mengandalkan pendekatan farmakologis berupa pemberian antipsikotik. Namun, efektivitas pengobatan ini seringkali terkendala oleh efek samping obat dan ketidakpatuhan pasien dalam mengonsumsinya. Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi non-farmakologis sebagai upaya komplementer yang dapat membantu mengurangi gejala halusinasi seperti terapi distraksi, terapi musik, terapi menggambar, terapi seni, terapi aktivitas fisik dan terapi aktivitas kelompok. Salah satu intervensi non-farmakologis yang terbukti efektif pada pasien skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran adalah terapi aktivitas fisik berupa senam aerobik low impact (Nasrullah & Widyawati, 2022).

Salah satu intervensi yang terbukti membantu adalah terapi senam aerobik low impact. Senam ini merupakan aktivitas fisik dengan gerakan ringan hingga sedang yang mudah dilakukan dan tidak memberi beban berat pada tubuh. Latihan fisik low impact terbukti mampu memperbaiki suasana hati, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan regulasi emosi dan kontrol impuls pada pasien skizofrenia Menurut Williams & Kramer (2023).

Senam aerobik low impact merupakan jenis olahraga yang menggunakan gerakan ringan dan berulang dengan intensitas rendah, sehingga cocok diterapkan pada pasien dengan kondisi fisik terbatas, termasuk pasien skizofrenia. Studi oleh Purba & Wulandari (2023) menunjukkan bahwa senam aerobik low impact yang dilakukan secara teratur selama kurang lebih satu minggu mampu menurunkan frekuensi halusinasi pendengaran secara signifikan dengan frekuensi tiga kali dalam seminggu dan durasi 30-45 menit, proses pelaksanaanya meliputi fase pemanasan selama 5-10 menit, diikuti oleh fase inti 20-30 menit dan diakhiri dengan pendinginan atau peregangan selama 5-10 menit. Latihan ini juga disesuaikan dengan kemampuan fisik pasien serta dilakukan dibawah pengawasan tenaga kesehatan agar memberikan manfaat optimal tanpa menimbulkan kelelahan berlebihan .

Selain memberikan dampak fisiologis, senam aerobik low impact juga memiliki manfaat psikososial. Aktivitas fisik ini dapat meningkatkan interaksi sosial, meningkatkan rasa percaya diri, dan memperbaiki mood pasien Dewi et al. (2024).

Berdasarkan hasil penelitian Wulandari & Sari (2023) dalam jurnal berjudul "Efektivitas Terapi Senam Aerobik low impact terhadap Penurunan Halusinasi pada pasien Skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran", penerapan senam aerobik low impact selama lima hari secara berturut-turut secara signifikan menurunkan frekuensi dan intensitas halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

Setelah dilakukan intervensi selama lima hari, pasien mengalami penurunan dalam jumlah episode perhari, dari rata-rata 4-6 kali menjadi 1-2 kali per hari ditandai dengan menurunnya reaktivitas terhadap suara halusinasi seperti tidak lagi membalas atau menanggapi suara tersebut.

Berdasarkan hasil Penelitian Saputri et al. (2024) yang berjudul "Penerapan Senam Aerobik Low Impact dalam Menurunkan Intensitas Halusinasi" menyatakan bahwa program senam aerobik low impact selama satu minggu berkontribusi terhadap penurunan skor halusinasi berdasarkan pengukuran dengan Skala Auditory Hallucination Rating Scale (AHSR) pada pasien rawat jalan. Sebelum dilakukan intervensi, pasien mengalami halusinasi pendengaran dengan intensitas sedang hingga berat, yang ditunjukkan melalui skor AHSR rata-rata 26–28 poin, yang mencerminkan frekuensi halusinasi tinggi (lebih dari 5 kali per hari), durasi lama (lebih dari 1 jam), suara terdengar jelas dan mengganggu, serta pasien memberikan respons aktif terhadap suara seperti berbicara atau menoleh. Setelah intervensi, terjadi penurunan skor AHSR menjadi rata-rata 12–15 poin, yang menunjukkan halusinasi dengan frekuensi lebih rendah (1–2 kali per hari), durasi lebih singkat (<30 menit), serta intensitas suara yang tidak terlalu jelas atau tidak terlalu mengganggu. Pasien mulai mampu mengabaikan stimulus halusinatif dan tidak lagi memberikan respons aktif seperti sebelumnya. Berdasarkan kesimpulan dari dua jurnal diatas maka terapi senam aerobik low impact sangat efektif digunakan sebagai salah satu

intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan intensitas halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Cibatu pada tanggal 17 februari 2025 , perawat Puskesmas Cibatu pemegang program jiwa yang bernama Miss. D mengatakan angka skizofrenia dengan halusinasi sangat banyak dengan jumlah 94 pasien. Saat dilakukan wawancara kepada salah satu pasien jiwa dengan halusinasi pendengaran dengan tanda gejala sering mendengar suara-suara yang memerintahkannya melakukan tindakan sesuatu, klien mengatakan suara tersebut sering muncul saat malam hari sehingga menyebabkan kesulitan untuk tidur. Klien hanya meminum obat dari puskesmas dan belum pernah melakukan atau diberikan terapi seperti terapi musik, terapi dzikir, terapi okupasi termasuk senam aerobik low impact. Alasannya yaitu, karena petugas terlalu fokus pada pelayanan didalam gedung pada pasien yang kontrol ke Puskesmas dan Perawat Puskesmas Cibatu hanya memberikan obat sebagai terapi nya. Dan untuk pengambilan obat biasanya diambil oleh pihak keluarga. Perawat Cibatu juga menyampaikan bahwa terdapat kecenderungan meningkatnya kasus skizofrenia setiap tahunnya dan jika pasien tidak datang maka selalu ada kunjungan dari pihak Puskesmas Cibatu ke setiap rumah nya.

Pada pasien skizofrenia dengan halusinasi, perawat harus memberikan beberapa obat antipsikotik seperti haloperidol. Haloperidol adalah obat yang memiliki manfaat untuk meredakan psikosis, gejala skizofrenia atau mania.

Keberhasilan terapi farmakologi ini tidak hanya bergantung pada kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga serta lingkungan sekitar. Hal ini dikarenakan individu yang belum stabil secara mental biasanya mengalami penurunan dalam menjalani kegiatan sehari-hari. Sebagai contoh, pasien yang menderita skizofrenia dengan halusinasi, pikiran mereka dipengaruhi oleh hal-hal negatif yang belum tentu terjadi sehingga mengganggu proses berpikir dan perilaku sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan dukungan keluarga mengenai perawatan pasien selama di rumah.

Dalam hal ini, peran perawat sangat penting sebagai *care provider* dalam memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif dan holistik untuk membantu mengatasi dan menangani pasien halusinasi. Untuk meningkatkan pelayanan kesehatan jiwa, perawat harus menjadi *health educator* yaitu sebagai pemberi edukasi mengenai pendidikan kesehatan jiwa pada pasien skizofrenia, cara mencegah dan menangani nya, baik itu kepada pasien maupun keluarga pasien.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi penelitian yang berjudul “Penerapan Terapi Senam Aerobik Low Impact Dalam asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran Tahun 2025”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat di rumuskan masalah yaitu sebagai berikut :“ **Bagaimana Penerapan Terapi Senam Aerobik Low Impact dalam Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran Tahun 2025?**”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mampu Memberikan Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Terapi Senam Aerobik *Low Impact* Pada Pasien Skizofrenia Dengan Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan pada pasien skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran di wilayah kerja Puskesmas Cibatu Kabupaten Garut Tahun 2025.

- b. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan pada pasien skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran di wilayah kerja Puskesmas Cibatu Kabupaten Garut Tahun 2025.
- c. Mampu menyusun perencanaan keperawatan pada pasien skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran menggunakan penerapan terapi senam aerobik *low impact* di wilayah kerja Puskesmas Cibatu Kabupaten Garut Tahun 2025.
- d. Mampu melakukan implementasi keperawatan menggunakan penerapan terapi senam aerobik *low impact* di wilayah kerja Puskesmas Cibatu Kabupaten Garut Tahun 2025.
- e. Mampu melakukan evaluasi keperawatan pada pasien skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran dari penerapan terapi senam aerobik *low impact* di wilayah kerja Puskesmas Cibatu Kabupaten Garut Tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi bagi pengembangan ilmu keperawatan jiwa khususnya mengenai asuhan keperawatan pada klien dengan masalah utama skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Pasien dan Keluarga

Dapat bermanfaat bagi pasien dan keluarganya sehingga mampu mengaplikasikan secara mandiri penerapan Senam Aerobik *Low Impact* karena dapat meningkatkan pengetahuan serta wawasan dalam perawatan pada pasien skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran menggunakan penerapan terapi senam aerobik low impact.

2) Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi puskesmas dalam memberikan asuhan keperawatan dan penerapan senam aerobik low impact pada pasien skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran dan membantu puskesmas dalam rangka meningkatkan mutu dan kinerja pelayanan kesehatan.

1) Bagi Institut Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat di gunakan sebagai referensi dan bahan ajar bagi tempat penelitian dan Universitas dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien Skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran dengan menggunakan terapi senam aerobik low impact.

a. Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti yaitu sebagai pengembangan kemampuan untuk menambah pengetahuan dan pengalaman belajar terhadap pasien skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran melalui penerapan terapi senam aerobik *low impact*.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dan bisa dikembangkan lebih sempurna, misalnya menggabungkan terapi senam aerobik low impact dengan terapi non-farmakologi lainnya sehingga dapat lebih menyempurnakan penelitian ini.