

ANALISIS PENERAPAN TERAPI *GUIDED IMAGERY* PADA PASIEN GANGGUAN JIWA DI YAYASAN MITRA MULIA HUSADA PALEMBANG

Riko Sandra Putra^{1*}, Nurhidayanti²

Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Mitra Adiguna Palembang^{1,2}

*Corresponding Author : rikosandrap@gmail.com

ABSTRAK

Penderita gangguan jiwa berdasarkan analisis dinas kesehatan berjumlah 14 juta orang yang ditandai dengan adanya kecemasan. Terdapat banyak terapi yang dapat diberikan untuk menurunkan kecemasan dan menimbulkan rasa nyaman pada pasien gangguan jiwa salah satunya terapi *guided imagery*. Terapi *guided imagery* merupakan terapi keperawatan yang dilakukan dengan cara mengajak partisipan untuk membayangkan hal-hal yang membahagiakan dalam hidupnya, sehingga mendorong alam bawah partisipan agar menimbulkan rasa senang dengan cara memvisualisasikan dalam pikiran partisipan sehingga partisipan dapat melupakan beban pikiran yang dirasakan. Tujuan: Menggali informasi bagaimana pengaruh setelah diberikan terapi *guided imagery* terhadap pasien gangguan jiwa. Metode Penelitian: Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif, responden hanya berjumlah 2 orang dengan menggunakan wawancara mendalam serta observasi, pemilihan responden menggunakan teknik *Non Probability Sampling* dengan mengambil sample proporsi sesuai dengan karakteristik sample yaitu berusia dewasa, kooperatif. Hasil Penelitian : berdasarkan wawancara dan observasi peneliti memperoleh beberapa tema yang dapat diperoleh melalui pengkategorian ungkapan partisipan marah karena faktor social dan ekonomi.gangguan jiwa mengakibatkan marah serta berteriak saat marah, *guided imagery* memberikan perasaan tenang dalam pikiran , merilekskan badan, menurunkan emosi, dan menyenangkan.Kesimpulan : berdasar dari keterangan dari partisipan bahwa sebelum dilakukan terapi *guided imagery* penyebab marah partisipan ialah faktor social dan gangguan jiwa sehingga partisipan menunjukkan respon emosionalnya dengan cara marah dan berteriak, efek setelah dilakukan terapi *guided imagery* responden berpendapat bahwa terapi *guided imagery* menenangkan pikiran, merilekskan badan, menurunkan emosi dan menyenangkan.

Kata kunci : gangguan jiwa, terapi *guided imagery*, perilaku, kecemasan

ABSTRACT

There are many therapies that can be given to reduce anxiety and create a feeling of comfort in patients with mental disorders, one of which is guided imagery therapy. Guided imagery therapy is a nursing therapy that is carried out by inviting participants to imagine happy things in their lives, thus encouraging participants' lower realms to create feelings of joy by visualizing in participants' minds so that participants can forget the burden of thoughts they feel. Objective: To explore information about the effects of being given guided imagery therapy on mental disorders patients. Research Method: The research method used was qualitative, there were only 2 respondents using in-depth interviews and observation, the selection of respondents used Non Probability Sampling techniques by taking sample proportions according to the characteristics of the sample, namely mature age, cooperative. Research Results: Based on interviews and observations, researchers obtained several themes that can be obtained through categorizing participants' expressions of anger due to social and economic factors. Mental disorders result in anger and screaming when angry. Guided imagery provides a feeling of calm in the mind, relaxes the body, lowers emotions, and is fun. Conclusion: based on information from participants that before guided imagery therapy the cause of participants' anger was social factors and mental disorders so that participants showed their emotional response by getting angry and screaming, the effect after guided imagery therapy was carried out by respondents of the opinion that guided imagery therapy calms the mind, relaxes the body, lowering emotions and fun.

Keywords : mental disorders, guided imagery therapy, behavior, anxiety

PENDAHULUAN

Individu merupakan seseorang yang memiliki ciri khas dan kepribadian masing – masing, sehingga individu memiliki coping mekanisme yang berbeda – beda satu sama lain. Coping mekanisme ini berguna agar individu dapat beradaptasi dengan kondisi yang ada. Diharapkan dengan memiliki coping mekanisme yang baik individu dapat mencapai kondisi sehat fisik maupun mental. Konsep sehat merupakan keadaan yang sempurna baik fisik, mental maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan serta kecacatan, sehingga konsep sehat bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan namun juga memiliki kondisi sehat jiwa dan mampu bersosialisasi dengan orang lain menurut Sutejo (2017) bahwa kesehatan Jiwa yaitu kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya, sedangkan seorang dengan gangguan jiwa memiliki gangguan dalam pikiran, perilaku, dan perasaan yang ditandai dalam bentuk sekumpulan gejala atau perubahan perilaku yang bermakna, serta dapat menimbulkan permasalahan dan hambatan dalam menjalankan fungsi orang sebagai manusia Menurut Ardani (2013) seseorang dapat menderita gangguan jiwa disebabkan dari beberapa faktor yang mempengaruhi misalnya sosial ekonomi, tingkat pendidikan, status perkembangan, pengalaman dan konflik yang ada dalam kehidupannya Menurut Rinawati (2016)

Menurut data *World Health Organization* (2022) terdapat sekitar 35 juta orang terkena depresi, 23 juta orang terkena skizofrenia dari jumlah tersebut hanya 31,3 pasien yang mendapat layanan spesialis jiwa. Gangguan jiwa di Tanah Air masih cukup besar. Kejadian gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan adalah sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta orang. Sedangkan, prevalensi gangguan jiwa berat, seperti schizophrenia adalah 1,7 per 1000 penduduk atau sekitar 400.000 orang (Dinas Kesehatan, 2019).

Berdasarkan data yang diperoleh Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2016) jumlah kunjungan penderita gangguan jiwa ke rumah sakit jiwa tahun 2016 sebanyak 413.612 jumlah kunjungan pasien di mulai dari tahun 2012 sampai 2017 tercatat pada tahun 2012 sebanyak 5.906 kali kunjungan, Sementara pada 2013 menjadi 3.190 kali kunjungan, kemudian 2014 menjadi 3.139 kali kunjungan, sedangkan pada tahun 2015 yang mencapai 2.817 kali kunjungan, tahun 2016 mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya yaitu terdapat 2.993 kali kunjungan, pada tahun 2017 angka kunjungan rumah sakit jiwa mencapai 2.815 kali kunjungan. Keadaan jumlah kunjungan pasien gangguan jiwa yang tidak sedikit ini membutuhkan terapi yang tepat agar dapat memberikan tindakan terbaik untuk kesembuhan pasien . Berdasarkan data rekam medis Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta (2018)

sehingga dapat dipilih terapi yang ada dalam keperawatan untuk menangani gangguan jiwa antara lain terapi modalitas, terapi komplementer dan terapi farmakologi (Nasir, 2011). Terapi modalitas merupakan terapi yang memfokuskan cara pendekatan dengan pasien gangguan jiwa yang bertujuan untuk mengubah perilaku pasien gangguan jiwa yang tadinya berperilaku maladaptif menjadi adaptif (Sutejo,2017).

Salah satu terapi modalitas yang dianjurkan untuk menurunkan depresi dan kecemasan pasien gangguan jiwa dapat dilakukan dengan pemberian relaksasi *guide imagery*. Relaksasi *guided imagery* merupakan terapi keperawatan yang dilakukan dengan cara mengajak pasien untuk membayangkan hal-hal yang membahagiakan dalam hidupnya sehingga menimbulkan rasa senang dan sedikit melupakan beban pikiran yang dirasakan. Penelitian yang dilakukan oleh Hudaya (2015) teknik *guided imagery* dapat mengurangi kecemasan diperoleh 81% subjek penelitian mengalami penurunan tingkat kecemasan dan 19% subjek penelitian tingkat keemasannya tetap Menurut Susana (2012)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 21 Mei 2018 didapatkan data kunjungan dalam 1 tahun belakangan di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta sebanyak 2815 kunjungan. Fenomena yang ada bahwa pasien yang mengalami cemas dan amuk pada awalnya akan diajak komunikasi terapeutik dan diberikan terapi farmakologi untuk penenang, selanjutnya dilakukan restrain atau pengikatan pada bagian ekstremitas pasien. Pemberian restrain memiliki resiko cedera fisiologis dan psikologis apabila tidak dilakukan dengan benar. Terapi yang bisa digunakan selain restrain dan terapi farmakologi juga dapat dilakukan terapi modalitas yang bertujuan sebagai pendamping dari terapi farmakologi dan restrain tersebut. Terapi modalitas yang dapat dipilih yaitu terapi *guided imagery*. *Guided imagery* dilakukan dengan tujuan memberikan rasa rileks, mengurangi sakit, stres dan cemas.

Berdasarkan keadaan dilapangan di yayasan mitra mulia husada palembang terdapat 72 orang pasien gangguan jiwa , semua pasien adalah laki- laki dan mereka tidak ada jadwal rutin untuk dilakukannya terapi *guided imagery* sehingga tidak diketahui respon dan kondisi yang ditunjukan setelah pemberian terapi *guided imagery*. Tujuan penelitian adalah untuk Menggali informasi bagaimana pengaruh setelah diberikan terapi *guided imagery* terhadap pasien gangguan jiwa.

METODE

Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan Non Probability sampling dengan mengambil sampel proporsi. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi pedoman wawancara dengan metode in-depth interview, observasi responden, alat tulis, dan recorder berupa handphone untuk pendokumentasian. Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik, sedangkan uji validitas menggunakan triangulasi metode. Penelitian dilakukan di Panti Yayasan Mitra Mulia Husada Palembang, dengan waktu penelitian 1 bulan yang mencakup analisis data, triangulasi data dengan content analysis, kajian partisipan menggunakan in-depth interview, observasi lapangan, penentuan partisipan (pasien gangguan jiwa) dengan *informed consent*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode terapi *Guided Imagery* diterapkan dengan menggunakan pedoman wawancara melalui in-depth interview, observasi responden, alat tulis, dan recorder berupa handphone untuk pendokumentasian. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik, dengan uji validitas dilakukan melalui triangulasi metode.

Hasil penelitian ini memberikan pemahaman yang mendalam tentang pengaruh terapi *Guided Imagery* pada pasien gangguan jiwa di Yayasan Mitra Mulia Husada Palembang. Dengan adanya penerapan terapi ini, diharapkan dapat memberikan manfaat positif bagi pasien dalam mengatasi gangguan jiwa yang mereka alami. dalam penelitian ini terdapat 2 responden dan 3 narasumber dari yayasan tersebut, hasil yg di dapat setelah pemberian terapi tersebut , klien sudah dapat mengontrol emosi dan perasaan marah yg berlebih akibat pikiran masa lalunya, serta klien dapat menerapkan dan mempraktekkan kembali latihan terapi yang telah diberikan. kedua pasien ini memiliki permasalahan yang berbeda yang satu merupakan pasien dengan perilaku kekerasan dan yg satu pasien dengan masalah harga diri rendah. Keduanya memiliki tipe dan jenis latihan yang berbeda.

Informan 1 lebih menyukai terapi *guided imagery* jenis *guided walking imagery* karena informan 1 merasa jauh lebih tenang dan rileks. Sedangkan informan 2 lebih memilih terapi jenis *autogenic abstraction* dan merasa lebih tenang serta dapat meluapkan rasa sedih dan kecewanya. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan pentingnya penggunaan metode kualitatif dalam konteks penelitian yang kompleks dan dinamis seperti penerapan terapi pada

pasien gangguan jiwa. Metode kualitatif memungkinkan peneliti untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam dan kontekstual tentang pengalaman subjek penelitian. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam bidang psikologi klinis, khususnya dalam pengembangan metode terapi yang dapat membantu pasien gangguan jiwa dalam proses penyembuhan dan pemulihan mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada ketua program studi S1 Keperawatan STIKES Mitra Adiguna Palembang, pembimbing skripsi saya, penguji I saya dan penguji II saya, bapak dan ibu beserta staf sekolah tinggi ilmu kesehatan Mitra Adiguna Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardani, Tristiadi Ardi. (2013). Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. Bandung: Karya Putra Darwati.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, A & Prihartono, J. (2014). Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat. Tangerang Selatan: Bina Rupa Aksara Publisher.
- Battino, Rubin. (2015). Guided Imagery Psychotherapy and Healing Through the Mind Body Connection.
<https://books.google.co.id/books?id=b2QgBQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=guide+d+imagery&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwi2t7ygyNraAhVCQ48KHbpvBnYQ6AEIMDAB#v=onepage&q=guided%20imagery&f=false>.
- Burhan, Bungin. 2015. Analisis data penelitian kualitatif. Jakarta: Rajawali Pers Candra, dkk. (2017). Psikologi Landasan Ilmu Praktek Keperawatan Jiwa.
- Dinas Kesehatan Jateng. (2016). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016. Semarang: Dinkes Jateng Prov.
- Hidayat, Aziz Alimul. (2008). Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Sulistiyowati, Y D. 2017. Stressor Presipitasi yang Mendukung Terjadinya Gangguan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta (Skripsi). Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Hudaya, M. I. H., Widodo, A., & Teguh, S. (2015). Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Skizofrenia Di RSJD Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Imron M & Amrul M. (2010). Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan Bahan Ajar untuk Mahasiswa. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Keliat, dkk. (2011). Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas CMHN (Basic Course). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Lemon, J. C., & Wagner, B. (2013). Exploring the mind-body connection: Therapeutic practices and techniques. Ideas and research you can use: Vistas 2013.
- Listiyowati, E., Arum Pratiwi, S., & Listyorini, D. (2011). Hubungan Pola Asuh Keluarga Dengan Kecenderungan Munculnya Tanda Dan Gejala Skizofrenia Pada Pasien Skizofrenia Yang Dirawat Di Rsjd Surakarta (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Nasir, Abdul dan Abdul Muhith. (2011). Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa Pengantar dan Teori. Jakarta: Salmeba Medika.
- Neolaka, Amos. (2014). Metode Penelitian dan Statistik. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Nguyen, Tong Thi-Ngoc. (2012). Utilization of Guided Imagery within the Fouurt Phases of Adlerian Therapy. Research Paper. The Faculty of the Adler Graduate School.
- Sumantri, Arif. 2011. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Kencana
- Susana, Sukma A dan Sri H. 2012. Terapi Modalitas Keperawatan Kesehatan Jiwa. Jakarta: EGC