



Terapi Khusus Senam *Aerobic Low Impact* Pada pasien dengan Risiko Perilaku Kekerasan di RSJ Tampan

Natasya Gustia¹, Erma Kasumayanti²

^{1,2}Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: Maret, 16 2024
Revised: Maret, 18 2024
Available online: Maret, 23 2024

KEYWORDS

Terapi generalis, senam aerobik low impact resiko perilaku kekerasan

CORRESPONDENCE

E-mail: nastasyagustia02@gmail.com

Erma_nabihan@gmail.com.

No. Tlp : +62822268094942

A B S T R A C T

The risk of violent behavior is feelings of anger that are expressed through verbal, physical or psychological actions that can harm oneself, others and the environment. One action that can be taken to overcome the risk of violent behavior is non-pharmacological generalist therapy and special low-impact aerobic exercise therapy. The aim of this final scientific work is to analyze generalist therapy interventions and special low impact aerobic therapy in reducing the frequency of risk of violent behavior in clients with a risk of violent behavior in the Seberang ward at Tampan Mental Hospital, Pekanbaru. The method for writing KIA-N is a case study with quasi-experimental pre-post generalist therapy intervention and special low impact aerobic therapy. This therapy is carried out sequentially for 4 days. The results of 4 days of implementation of generalist therapy and special low impact aerobic therapy can reduce the frequency of risk of violent behavior from a frequency of 1 on the first day and a frequency of 0 on the third day of evaluation. The conclusion is that there is a change in the frequency of clients at risk of violent behavior after being given generalist therapy and special low impact aerobic therapy. This case study was only carried out on clients at risk of violent behavior. It is hoped that future researchers can conduct more in-depth case studies and find other, more effective methods to reduce the frequency of risk of violent behavior.

A B S T R A K

Resiko perilaku kekerasan merupakan perasaan marah yang diluapkan melalui tindakan secara verbal, fisik, maupun psikologis yang dapat membahayakan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan. Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi resiko perilaku kekerasan yaitu non farmakologi terapi generalis dan terapi khusus senam *aerobic low impact*. Tujuan karya ilmiah akhir ini adalah untuk menganalisa intervensi terapi generalis dan terapi khusus *aerobic low impact* dalam mengurangi frekuensi resiko perilaku kekerasan pada klien dengan resiko perilaku kekerasan di ruangan Seberang RS Jiwa Tampan Pekanbaru. Metode penulisan KIA-N ini adalah studi kasus dengan *quasy eksperiment pre-post* intervensi terapi generalis dan terapi khusus *aerobic low impact*. Terapi ini dilakukan secara berurutan selama 4 hari. Hasil implementasi selama 4 hari pemberian terapi generalis dan terapi khusus *aerobic low impact* dapat menurunkan frekuensi resiko perilaku kekerasan dari frekuensi 1 pada hari pertama dan frekuensi 0 pada evaluasi hari ke-3. Kesimpulan terdapat perubahan frekuensi pada klien dengan resiko perilaku kekerasan setelah diberikan terapi generalis dan terapi khusus *aerobic low impact*. Studi kasus ini hanya dilakukan pada klien dengan resiko perilaku kekerasan, diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan studi kasus yang lebih mendalam dan menemukan metode lain yang lebih efektif untuk menurunkan frekuensi resiko perilaku kekerasan.

PENDAHULUAN

Resiko perilaku kekerasan merupakan perasaan marah yang diluapkan melalui tindakan secara verbal, fisik, maupun psikologis yang dapat membahayakan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan. Perilaku kekerasan dapat dibagi menjadi 2 bagian yaitu perilaku kekerasan yang sedang berlangsung dan perilaku kekerasan yang mempunyai riwayat sebelumnya. Pasien dengan gangguan *skizofrenia* terutama dengan gangguan resiko perilaku kekerasan ditandai dengan beberapa gejala seperti marah tanpa sebab, sering mengurung diri di kamar, agresif atau mudah tersinggung, dan membanting barang (Siti Nurlaili, 2022).

Secara global, prevalensi perilaku kekerasan sekitar 24 juta kasus dan lebih dari 50 % diantaranya tidak mendapatkan penanganan. Sebuah tinjauan yang dilakukan diberbagai Rumah Sakit di dunia melaporkan bahwa prevalensi pasien dengan perilaku kekerasan bervariasi di setiap negara, paling tinggi dilaporkan di Swedia yang terbanyak yakni 42.90%, sementara paling rendah dilaporkan di Jerman yaitu 16,06%. Sedangkan di Indonesia, menurut data Nasional Indonesia tahun 2017, prevalensi pasien dengan perilaku kekerasan dilaporkan sekitar 0.8% per 10.000 penduduk atau sekitar 2 juta orang (Pardede et al., 2020; Siauta et al., 2020). Perilaku kekerasan dapat terjadi karena adanya rasa frustrasi yang berkepanjangan serta tidak terwujudnya harapan terhadap sesuatu hal atau kegagalan sehingga memicu seseorang berperilaku agresif (Thalib and Abdullah, 2022)

Berdasarkan hasil dari survey awal penelitian di RSJ Tampan Provinsi Riau pada bulan Juni 2022 sampai Juni 2023 di dapatkan jumlah persentasi pasien dengan diagnosa Risiko perilaku kekerasan di ruangan Upip sebanyak (52.82%), Sebayang (34,9%), Mandau 1 (26,5%), Kuantan (20,7%), Indragiri (9,13%), Siak (14.1) Mandau 2 (5,2%).

Klien masuk ke RSJ Tampan Pekanbaru pada 29 Maret 2023. Alasan masuk Pasien baru masuk via IGD baru pertama kali dirawat, pasien gelandangan diantar oleh petugas dinsa dan petugas puskesmas 1 bulan gelisah, meresahkan warga, membakar pos polisi tanggal 12 Februari 2023. Pasien ditangkap oleh petugas polisi, pasien melawan ada luka-luka.

Berdasarkan hal tersebut di atas melalui KIA-Ners ini, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait pengaruh terapi generalis dan terapi khusus musik klasik terhadap klien gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran dengan judul “Asuhan Keperawatan

Tn. R Dengan Resiko Perilaku Kekerasan Menggunakan,An Terapi Generalis Dan Terapi Khusus Senam Aerobic Low Impact Diruangan Sebayang Di RS Jiwa Tampan Provinsi Riau 2023”.

Penerapan metode terapi generalis dan terapi khusus senam aerobic low impact dalam hal ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah dan dapat dijadikan sebagai sumber referensi bahan bacaan sebagai salah satu tindakan mandiri yang biasa dilakukan serta menjadi acuan tindakan keperawatn yang digunakan sebagai terapi alternatif untuk mengatasi resiko perilaku kekerasan.

ILUSTRASI KASUS

Pada kasus Tn. R dengan resiko perilaku kekerasan, peneliti menerapkan intervensi terapi generalis dan terapi khusus senam *aerobic low impact* dalam mengatasi resiko perilaku kekerasan. Hal ini mengacu pada beberapa penelitian, salah satunya yang telah dilakukan oleh Hulu *et al.*, 2021 dengan judul “penerapan terapi generalis dengan masalah resiko perilaku kekerasan pada penderita skizofrenia”. Hasil dari penelitian tersebut terdapat adanya pengaruh terapi generalis untuk mengatasi resiko perilaku kekerasan.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Kiirana, Nauli and Novayelina, 2007 dengan judul “efektifitas senam aerobic low impact terhadap aggresion self kontrol pada pasien resiko perilaku kekerasan”, berdasarkan penelitian tersebut klien mengalami penurunan frekuensi resiko perilaku kekerasan setelah dilakukan terapi senam aerobic low impact yang diterapkan oleh peneliti. Penerapan aerobic low impact terbukti mampu menurunkan frekuensi resiko perilaku kekerasan klien.

1. Pengkajian.

Klien berinisial Tn. R umur 51 tahun jenis kelamin laki-laki, suku bangsa Batak dengan pendidikan terakhir SD, alamat klien jl Tapung kiri No 02 RT 01 RW 02 dengan No. Rekam Medis 00108402 status klien lajang (belum menikah), klien belum bekerja,

klien berasal dari Medan. Klien masuk ke RSJ Tampan Pekanbaru pada 29 Maret 2023. Alasan masuk Pasien baru masuk via IGD baru pertama kali dirawat, pasien gelandangan diantar oleh petugas dinsos dan petugas puskesmas 1 bulan gelisah, meresahkan warga, membakar pos polisi tanggal 12 Februari 2023. Pasien ditangkap oleh petugas polisi, pasien melawan ada luka-luka.

- a. Pada saat dilakukan pengkajian pada tanggal 20 Juni 2023, klien mengatakan bahwa klien mudah sekali marah, saat marah pasien merasakan jantung berdebar, mata melotot, tangan dikepal jika ada yang membuat pasien jengkel. Klien juga mengatakan sering melampiaskan marahnya dengan melempar barang dan memukul seseorang yang ada didekatnya. Klien juga mengatakan ia mendengar suara bisik – bisik yang menyuruh pasien untuk memukul seseorang dan melempar barang atau sesuatu kepada orang lain. Terkadang pasien juga pernah marah – marah sendiri tanpa ada penyebabnya. Klien berharap agar bisa cepat pulang dan klien juga mengatakan ingin menikah dan punya anak.

Hasil observasi di ruangan klien tampak tenang, hanya mau berinteraksi dengan perawat tertentu, makan dan minum mau, mau minum obat, klien tampak kadang-kadang suka berkelahi dengan temannya, klien tampak sesekali mengepal tangannya, klien tampak meninggikan suaranya saat mengobrol dengan temannya, emosi terkadang labil, tampak pasien mudah tersinggung dan sering mendominasi percakapan

- b. Hasil pemeriksaan fisik diperoleh data TD: 109/80mmHg, N:109x/m, RR:18x/m, S:36°C, hasil antropometri dengan TB: 163 cm, BB: 51 kg, IMT : 19,2 (normal), klien mengatakan tidak ada keluhan fisik saat ini. Diagnosa medis klien: *Skizofrenia*, dengan program terapi dokter

penanggungjawab pasien (DPJP) obat yaitu Haloperidol 3 x 5mg, Chlorpromazine 1 x 100mg, Trihexyphenidyl 1 x 2mg, Depram 1 x 10mg. Hasil pemeriksaan penunjang laboratorium 16 Mei 2023 dengan hasil Hb 12,8 g/Dl, Leukosit $7,13 \times 10^3/\mu$.

2. Nursing Care Plan atau Asuhan Keperawatan

Penyusunan intervensi keperawatan dilakukan sesuai dengan diagnosa keperawatan yang diprioritaskan yaitu resiko perilaku kekerasan. Adapun acuan dalam penyusunan intervensi keperawatan ini peneliti menggunakan intervensi yang ada di Standar Asuhan Keperawatan (SAK khusus) jiwa. Intervensi yang akan diterapkan yaitu terapi senam aerobic low impact.

Penerapan terapi senam aerobic low impact mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Meilan Purnamasari, (2022), dan Sutinah, Safitri and Saswati, (2019) yang meneliti pengaruh tindakan terapi generalis terhadap peningkatan skala pengendalian marah pada pasien resiko perilaku kekerasan. Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut sesuai dengan intervensi yang akan peneliti lakukan.

Penerapan terapi senam aerobic low impact mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh (Ardika, Hastuti and Wijayanti, 2019), (Sheila Maria Belgis Putri Affiza, 2022), (Nn, Nn and Pandeglang, 2023), dan (Gudiño León., Acuña López. and Terán Torres., 2021) yang meneliti efektivitas terapi senam aerobic low impact pada klien resiko perilaku kekerasan. Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut sesuai dengan intervensi yang akan peneliti lakukan.

3. Implementasi Asuhan Keperawatan

Implementasi atau disebut tindakan keperawatan merupakan rangkaian perilaku atau aktivitas yang dikerjakan oleh perawat untuk melaksanakan intervensi keperawatan. Implementasi dilakukan selama 3 hari berturut-turut diruangan sebayang di RS Jiwa Tampan Pekanbaru. Peneliti melakukan terapi generalis dalam dan terapi senam aerobic low impact pada pasien resiko perilaku kekerasan. Senam *aerobic low impact* merupakan senam dengan mengandalkan

penyaluran energi dan penyerapan oksigen yang berimbang sehingga dapat meningkatkan *endorphin* yang dapat mengurangi resiko perilaku kekerasan secara efektif

Menurut asumsi peneliti berbeda dengan teori sebelumnya yang melakukan seluruh terapi generalis pada pasien resiko perilaku kekerasan, peneliti hanya melakukan dua terapi saja pada Tn. R dikarenakan ditinjau dari pengertian dan judul menurut peneliti kedua penelitian ini jika dilakukan secara bersamaan sangat efektif dan efisien dilakukan untuk mengurangi resiko perilaku kekerasan secara efektif.

4. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Evaluasi yang diharapkan pada klien dengan halusinasi pendengaran yaitu frekuensi halusinasi Evaluasi yang diharapkan pada klien dengan resiko perilaku kekerasan yaitu frekuensi perilaku kekerasan berkurang, dengan klien mampu mengontrol perilaku kekerasan dan mengikuti program pengobatan serta menunjukkan respon verbal tidak menunjukkan gejala resiko perilaku kekerasan terapi generalis dan terapi khusus senaam

klien mengatakan masih susah mengontrol emosi.

Pada hari ke 2, Tn. R klien mengatakan setelah melakukan terapi senam aerobic low impact klien mengatakan hati lebih merasa tenang dan damai klien merasa tenang, klien tampak lebih rileks, klien tampak sering tersenyum, konsentrasi membaik evaluasi sumatif di hari ke 3 klien mengatakan merasakan gejala perilaku kekerasan. Pada hari ke 3, Tn. R klien mengatakan sangat senang melakukan terapi aerobic low impact hati menjadi lebih tenang dan nyaman. klien tampak lebih rileks, tampak sering tersenyum, kontak mata ada evaluasi sumatif di hari ke 4 klien mengatakan emosi nya sudah mmulai terkontrol. Pada hari ke 4, Tn. R klien mengatakan mengingat warna obat waktu dan kegunaan obat klien mengatakan lebih merasa nyaman dan senang setelah pemberian terapi aerobic low impact, klien tampak lebih tenang, kontak mata ada, klien tampak lebih rileks dan tidak kaku selama terapi diberikan, evaluasi sumatif di hari keesokannya klien mengatakan tidak mampu mengendalikan emosinya.

Hari	Frekuensi Halusinasi Sebelum Diberikan Terapi	Frekuensi Halusinasi Sesudah Diberikan Terapi
Hari ke-1	1	1
Hari ke-2	1	0
Hari ke-3	0	0
Hari ke-4	0	0

aerobic low impact. Pada hari ke 1, Tn. R klien merasakan lebih tenang dan lebih nyaman setelah melakukan terapi, klien tampak lebih rileks, kontak mata ada, evaluasi sumatif di hari ke 2

Gambar dan Tabel

Setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa ada pengaruh dalam pemberian terapi generalis dan terapi khusus musik klasik selama 4 hari berturut-turut dalam penurunan frekuensi resiko perilaku kekerasan sebelum dan sesudah pemberian terapi generalis dan senam aerobic low impact.

PEMBAHASAN

Dari tabel di atas berdasarkan hasil evaluasi sumatif dari wawancara klien, terdapat penurunan

frekuensi resiko perilaku kekerasan sebelum dan sesudah pemberian terapi generalis dan terapi khusus senam aerobic low impact terlihat pada hari ke 2 setelah pemberian terapi klien tidak mengalami perilaku kekerasan lagi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febri Warni Hulu. (2023) dengan judul “penerapan terapi generalis dengan masalah resiko perilaku kekerasan pada penderita skizofrenia”. Dimana dari penelitian tersebut terdapat adanya pengaruh terapi generalis dalam mengatasi resiko perilaku kekerasan

Penelitian yang dilakukan dengan hasil yang didapatkan sesuai dengan penelitian oleh Nadzla Kirana *et al.*, (2023) dengan judul “efektivitas senam aerobic low impact pada pasien resiko perilaku kekerasan”, hasil dari penelitian tersebut klien mengalami penurunan frekuensi perilaku kekerasan setelah dilakukan terapi senam aerobic low impact yang diterapkan oleh peneliti.

SIMPULAN

1. Pengkajian yang didapatkan klien mengatakan mata melotot, tangan digenggam, jantung berdebar dan ingin memukul temannya jika pasien diganggu oleh temannya.
2. Hasil analisa terhadap data hasil pengkajian klien Tn. R ditetapkan diagnosa keperawatan yang muncul pada Tn. R yaitu Resiko Perilaku Kekerasan, Halusinasi Pendengaran dan Harga Diri Rendah
3. Intervensi keperawatan yang diberikan kepada Tn. R yaitu terapi generalis SP 1 – SP 4 sesuai dengan Standar Asuhan Keperawatan (SAK) jiwa dan terapi khusus senam aerobic low impact berdasarkan Standar Operasional Prosedur (SOP) dari penelitian (nadzla, 2017), untuk mengurangi frekuensi resiko perilaku kekerasan.
4. Implementasi atau tindakan keperawatan yang diterapkan berdasarkan dengan intervensi yaitu

dengan memberikan terapi generalis dan terapi khusus senam aerobic low impact.

5. Evaluasi keperawatan terhadap Tn. R selama 4 hari pemberian terapi menunjukkan adanya penurunan frekuensi halusinasi setelah diberikan terapi generalis SP 1 – SP 4 dan terapi khusus senam aerobic low impact.
6. Adanya pengaruh efektifitas pemberian terapi relaksasi nafas dalam dan terapi pukul bantal terhadap peningkatan skala pengendalin marah pada resiko perilaku kekerasan

REFERENSI

- Ardika, R.W., Hastuti, W. And Wijayanti (2019) ‘Upaya Penurunan Resiko Perilaku Kekerasan Dengan Cara Fisik : Pukul Bantal Pada Pasien Di Rsjd Dr . Arif Zainudin’, *Jurnal Stikes Pku*, 15(1), Pp. 1–5.
- Hulu, W. *Et Al.* (2021) ‘Penerapan Terapi Generalis Sp 1- 4 Dengan Masalah Risiko Perilaku Kekerasan Pada Penderita Skizofrenia’, Pp. 1–48. Available At: <https://doi.org/10.33143/Jhtm.V7i2.1712>.
- Kirana, N., Nauli, F.A. And Novayelina, R. (2007) ‘Efektifitas Senam Aerobic Low Impact Terhadap Aggression Self Control Pada Pasien Dengan’, Pp. 1–9.
- Nita Rosa Elvita (2019) ‘Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Utama Resiko Perilaku Kekerasan’, *Hilos Tensados*, 1, Pp. 1–476.
- Sheila Maria Belgis Putri Affiza (2022) ‘Pengaruh Terapi Senam Aerobic Low Impact Terhadap Resiko Perilaku Kekerasan Pada Masyarakat Denpasar (8.5.2017)’, Pp. 2003–2005.
- Siti Nurlaili (2022) ‘Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Ny.S Dengan Resiko Perilaku Kekerasan Di Ruang 3 Citro Anggodo Rsjd Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah’.
- De Porter, Bobbi dan Hernacki, Mike. 1992. *Quantum Learning*. Membiasakan Belajar Nyaman dan Menyenangkan. Terjemahan oleh Alwiyah Abdurrahman. Bandung: Penerbit Kaifa.
- Sujimat, D. Agus. 2000. *Penulisan karya ilmiah*. Makalah disampaikan pada pelatihan penelitian bagi guru SLTP Negeri di Kabupaten Sidoarjo tanggal 19 Oktober 2000 (Tidak diterbitkan). MKKS SLTP Negeri Kabupaten Sidoarjo

- Suparno. 2000. *Langkah-langkah Penulisan Artikel Ilmiah* dalam Saukah, Ali dan Waseso, M.G. 2000. *Menulis Artikel untuk Jurnal Ilmiah*. Malang: UM Press.
- Wahab, Abdul dan Lestari, Lies Amin. 1999. *Menulis Karya Ilmiah*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Winardi, Gunawan. 2002. *Panduan Mempersiapkan Tulisan Ilmiah*. Bandung: Akatiga.