

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Gangguan jiwa yang dikenal sebagai skizofrenia adalah kondisi yang ditandai dengan emosi, perilaku dan pikiran terganggu yang tidak berhubungan secara logis. Prevelensi gangguan jiwa menurut *world health organization* (WHO) pada tahun 2022 hampir mencapai satu miliar orang di seluruh dunia. Hampir 1 dari 300 orang (0,32%) diseluruh dunia mengalami gangguan jiwa, termasuk 24 juta diantaranya mengalami skizofrenia. Gejala pada penderita skizofrenia terdiri dari gangguan bicara, gangguan perilaku, gangguan afek, gangguan persepsi dan gangguan pikiran. Skizofrenia merupakan gangguan jiwa berat dengan angka ketiga terbesar diantara gangguan jiwa lainnya yang mempengaruhi fungsi otak yang secara fisik maupun psikologis menyebabkan distorsi pikiran, tingkah laku, dan emosi penderitanya (Waluyo, 2022).

Berdasarkan data dari Depkes (2019), prevelensi skizofrenia di Indonesia mencapai 6,7% dengan wilayah persebaran didaerah perkotaan 6,4% dan wilayah perdesaan 7,0%. Sedangkan di Provinsi Sulawesi Tenggara, prevelensi gangguan jiwa berat yaitu 11,0% (Risksdas, 2018). Sedangkan jumlah pasien yang dirawat di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara pada tahun 2020 sebanyak 2250 pasien, tahun 2021 sebanyak 2703 pasien dan pada tahun 2022 sebanyak 3002 kasus (rekam medis RSJ Provinsi Sulawesi Tenggara).

Salah satu gambaran klinis dari pasien skizofrenia yaitu perilaku kekerasan, dimana perilaku kekerasan merupakan suatu keadaan emosi yang merupakan campuran dari perasaan frustrasi dan benci atau kemarahan. Perilaku kekerasan adalah suatu kondisi dimana seseorang melakukan Tindakan yang dapat membahayakan secara fisik, baik kepada dirinya sendiri ataupun orang lain yang disertai dengan amuk dan gelisah yang tidak terkendali. Berdasarkan data dari Kemenkes (2018) prevelensi risiko perilaku kekerasan di Indonesia semakin mengalami peningkatan yaitu sebesar 9%. Sedangkan jumlah pasien risiko perilaku kekerasan yang dirawat di RSJ Provinsi Sulawesi Tenggara pada tahun 2021 sebanyak 90 pasien dan pada tahun 2022 sebanyak 55 pasien. Gejala kognitif yang ditemui pada pasien dengan resiko kekerasan seperti kebingungan, pikiran yang tertekan, ketidakmampuan memecahkan masalah dan gangguan penilaian. Gejala perilaku (*behavior*) seperti mengepalkan tangan, membentak, serta melakukan kekerasan pada orang lain dan lingkungannya. Seseorang yang mengalami perilaku kekerasan biasanya menunjukkan perubahan perilaku seperti intonasi suara tinggi, mengancam, ekspresi tegang, gaduh, agresif, gelisah, tidak bisa diam, berbicara dengan semangat dan gembira yang berlebihan (Sutinah et al., 2019).

Tindakan keperawatan yang dapat diberikan pada pasien risiko perilaku kekerasan terdiri dari strategi pencegahan, strategi antisipasi dan strategi penahanan atau pengekangan. Relaksasi merupakan salah satu teknik dalam strategi pencegahan yaitu berupa pendidikan kesehatan yang diberikan kepada klien sehingga dapat digunakan untuk meminimalkan

ataupun mencegah terjadinya risiko perilaku kekerasan (Iffah Qoimatun, 2021).

Perawat memiliki peranan yang sangat penting dalam membantu klien mengatasi risiko perilaku kekerasan. Salah satu teknik untuk mengurangi perilaku kekerasan yaitu dengan teknik relaksasi. Teknik relaksasi merupakan teknik peregangan yang berfungsi mengurangi tanda dan gejala ketidaknyamanan berupa nyeri, ketegangan otot dan kecemasan. Bentuk relaksasi berupa latihan relaksasi nafas dalam, latihan ini dilakukan untuk mengontrol marah. Terapi relaksasi ini bersifat olah napas dengan mengatur aktivitas nafas. Latihan relaksasi pernapasan dilakukan dengan cara mengatur pola pernapasan secara tempo, irama, dan ritme yang lebih lambat dan dalam. Keteraturan dalam akan memberikan efek pada sikap, mental dan badan yang rileks selanjutnya membuat otot lentur dan dapat menerima situasi luapan emosi tanpa membuatnya kaku (Waluyo, 2022).

Pada pasien risiko perilaku kekerasan, terapi relaksasi napas dalam dapat merangsang tubuh untuk melepaskan opioid endogen yaitu endorfin dan enkefalin. Hormon endorfin yang dilepaskan dapat memperkuat daya tahan tubuh, menjaga sel otak tetap muda, melawan penuaan, menurunkan agresifitas dalam hubungan antar manusia dan kreatifitas. Terapi relaksasi napas dalam tidak hanya memberikan efek menenangkan fisik tetapi juga menenangkan pikiran sehingga dapat membantu untuk meningkatkan kemampuan berkonsentrasi, kemampuan mengontrol diri, menurunkan emosi dan depresi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Pertiwi et al., 2023) bahwa pemberian relaksasi napas dalam selama 3 kali pertemuan mampu membantu menurunkan tanda dan gejala risiko perilaku kekerasan. Hal ini terjadi karena relaksasi napas dalam dapat meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas, memberikan perasaan tenang, mengurangi stress baik stress fisik maupun emosional sehingga emosi tidak berlebihan dan tidak terjadi pada tingkat intensitas yang tinggi. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Desak Made Ari Dwi Jayanti et al., 2022) mengatakan bahwa dari 14 orang pasien skizofrenia dengan risiko perilaku kekerasan yang dalam kategori sedang, setelah diberikan teknik relaksasi napas dalam sebagian besar turun ke kategori ringan yaitu sebanyak 12 orang.

Berdasarkan latar belakang dan diatas, penulis tertarik mengangkat topik karya tulis ilmiah yang berjudul “gambaran penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap kontrol diri untuk mengatasi perilaku kekerasan pada pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara”

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran penerapan terapi relaksasi napas dalam terhadap kontrol diri untuk mengatasi perilaku kekerasan pada pasien skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara.

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui gambaran penerapan terapi relaksasi napas dalam terhadap kontrol diri untuk mengatasi risiko perilaku kekerasan pada pasien skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengetahui gambaran kontrol diri pada pasien risiko perilaku kekerasan sebelum dilakukan teknik relaksasi napas dalam Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara.
- b. Mengetahui gambaran kontrol diri pada pasien risiko perilaku kekerasan sesudah dilakukan teknik relaksasi napas dalam Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Penulis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan perilaku kekerasan.

### **2. Bagi Institusi**

Dapat menjadi referensi bagi institusi dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien perilaku kekerasan.

### **3. Bagi Rumah Sakit**

Sabagai bahan masukan dan informasi bagi perawat dalam pemberian asuhan keperawatan untuk meningkatkan mutu pelayanan keperawatan khususnya dalam pemberian terapi relaksasi napas dalam pada pasien perilaku kekerasan.

### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dapat dijadikan sebagai dasar informasi dan pertimbangan peneliti selanjutnya serta menambah pengetahuan mengenai terapi relaksasi napas dalam pada pasien perilaku kekerasan.