

EFEKTIVITAS TERAPI *GUIDED IMAGERY* TERHADAP PASIEN SKIZOFRENIA DENGAN GANGGUAN PROSES PIKIR: WAHAM

Ayu Pratiwi¹, Dicky Aditama², Tati Suryati³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan Profesi Ners, Universitas Yatsi Madani,

*Email Korespondensi: ayupratiwi@uym.ac.id

ABSTRAK

Kesehatan jiwa ialah kondisi dimana seseorang yang terus tumbuh dan berkembang dan mempertahankan keselarasan dalam pengendalian diri, serta terbebas dari stress yang serius. Berdasarkan World Health Organization tahun 2018, sebanyak 24 juta orang mengalami skizofrenia dengan salah satu gejala yang paling umum adalah waham (WHO, 2018). *guided imagery* adalah salah satu teknik distraksi yang dapat digunakan untuk mengurangi stres dan meningkatkan perasaan tenang dan damai serta merupakan obat penenang untuk situasi yang sulit dalam kehidupan (Ajuan, 2022). Penerapan terapi *guided imagery* selama 4 hari dengan waktu 10-15 menit. Setelah dilakukan intervensi terapi *guided imagery* selama 4 hari didapatkan perubahan perilaku gangguan jiwa dengan berpedoman PANSS yang awalnya pasien mendapatkan nilai 73 sebelum di berikan terapi *guided imagery* menjadi 59 setelah diberikan *guided imagery*. Klien dapat melakukan terapi nonfarmakologis yaitu terapi *guided imagery* untuk menurunkan tanda-gejala pada waham yang dideritanya.

Kata Kunci : Skizofrenia, Waham, Terapi *guided imagery*

ABSTRACT

Mental health is a condition in which a person continues to grow, develop, and maintain harmony in self-control, and is free from serious stress. According to the World Health Organization in 2018, as many as 24 million people experience schizophrenia, one of the most common symptoms being delusions (WHO, 2018). Guided imagery is a distraction technique that can be used to reduce stress and increase feelings of calm and peace and is a sedative for difficult situations in life (Ajuan, 2022). Implementation of guided imagery therapy for 4 days with a time of 10-15 minutes. After the intervention of guided imagery therapy for 4 days, changes in mental disorder behavior were guided by the PANSS, initially, the patient got a score of 73 before being given guided imagery therapy to 59 after being given guided imagery therapy. Conclusion: client can do nonpharmacological therapy, namely guided imagery therapy to reduce symptoms of the delusions he was suffering from.

Keywords: Schizophrenia, Delusions, guided imagery therapy



PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan kondisi dimana seseorang yang terus tumbuh dan berkembang dan mempertahankan keselarasan dalam pengendalian diri, serta terbebas dari stress yang serius (World Health Organization, 2013). Kesehatan jiwa tidak luput dari beberapa gangguan jiwa yang merupakan manifestasi dari bentuk penyimpangan perilaku akibat adanya distorsi sehingga ditemukan ketidakwajaran dalam bertingkah laku (Nasir, 2011) dalam (Puji Lestari & Deviantony, 2023). Skizofrenia merupakan sekelompok reaksi psikotik yang mempengaruhi berbagai area fungsi individu, termasuk berfikir, berkomunikasi, merasakan dan menunjukkan emosi serta gangguan otak yang ditandai dengan pikiran kacau, waham, halusinasi, dan perilaku aneh (Manao & Pardede, 2019) dalam (Hafizuddin, 2021). Menurut data dari WHO (2011) penderita gangguan jiwa berat telah menempati tingkat yang luar biasa, lebih dari 24 juta mengalami gangguan jiwa berat, salah satu bentuk gangguan jiwa yaitu waham, menurut Dep Kes RI, 2018 menyatakan bahwa waham adalah keyakinan klien yang tidak sesuai dengan kenyataan tetapi dipertahankan dan tidak dapat dirudah secara logis oleh orang lain, keyakinan ini berasal dari pemikiran klien dimana sudah kehilangan control (yosep & sutini, 2013) dalam (Sukmayani, 2021).

Berdasarkan World Health Organization tahun 2018, sebanyak 24 juta orang mengalami skizofrenia dengan salah satu gejala yang paling umum adalah waham WHO 2018 dalam (Ainun, 2020). Prevalensi terjadinya gangguan proses pikir atau waham di dunia sangat bervariasi dan mencapai 0,5 - 0,9% yang dirawat di ruang inap. sedangkan pada pasien rawat jalan mencapai 0,83 - 1,2%. Pada populasi dunia, gangguan skizofrenia dengan gejala waham mencapai 24-30 kasus dari 100.000 jiwa (Ariawan dkk., 2016). Sedangkan menurut Joseph dan Siddiqui (2022), Risiko morbiditas seumur hidup dari gangguan delusi pada populasi umum diperkirakan berkisar antara 0,05 hingga 0,1% (Puji estari & Deviantony, 2023). Sinthana dan Sari, 2014 dalam (Sukmayani, 2021), menyebutkan bahwa secara nasional terdapat sekitar 1,7 per mil penduduk Indonesia yang mengalami gangguan jiwa berat atau secara absolut terdapat 400 ribu jiwa penduduk Indonesia yang mengalami gangguan jiwa berat (Rikesdas, 2013). Berdasarkan data kementerian Kesehatan pada tahun 2013 dalam (Prakasa, A, & Milkhatun, 2021), menunjukan prevalensi gangguan jiwa berat di Indonesia seperti skizofrenia adalah 1,7 per 1000 penduduk atau sekitar 400 ribu orang dengan presentasi yang paling besar berada di Jawa barat, yaitu sebesar 63 persen.

Waham adalah suatu kepercayaan yang salah yang menetap yang tidak sesuai dengan fakta dan tidak bisa dikoreksi (Menkes, 2015) dalam (Hapsari, 2022). Waham merupakan suatu keyakinan yang salah yang dipertahankan secara kuat atau terus menerus, tetapi tidak sesuai dengan kenyataan. Klien meyakini bahwa dirinya adalah seperti apa yang ada di dalam isi pikirannya (Sutejo, 2019). Waham dikategorikan menjadi 2 yaitu waham sistematis dan waham nonsistematis. Waham sistematis adalah waham yang konsisten, berdasarkan pemikiran mungkin terjadi walaupun hanya secara teoritis dan merupakan cara untuk menerangkan gejala-gejala skizofrenia lain. Sedangkan waham nonsistematis adalah waham yang tidak konsisten, yang secara logis dan teoritis tidak mungkin. Waham dinamakan menurut isinya, salah satunya adalah waham somatik. Waham somatik adalah meyakini bahwa tubuh klien atau bagian tubuhnya terganggu, diucapkan berulang kali tetapi tidak sesuai kenyataan (Hapsari, 2022).

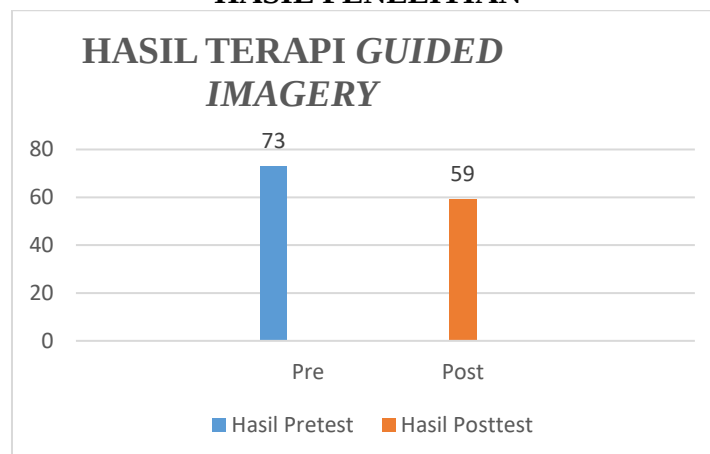
Terapi yang dapat digunakan untuk pasien waham yang sering merasa sakit tetapi tidak sesuai kenyataan salah satunya yaitu dengan guided imagery adalah salah satu teknik distraksi yang dapat digunakan untuk mengurangi stres dan meningkatkan perasaan tenang dan damai serta merupakan obat penenang untuk situasi yang sulit dalam kehidupan (Smeltzer & Bare,

2013) dalam (Ajuan, 2022), dan Cara sederhana efektif serta untuk mengelola gejala kecemasan atau stress adalah melalui teknik relaksasi. Menurut Black dan Martassarini. Guided Imagery adalah suatu teknik non-farmakologis yang bermanfaat menurunkan kecemasan, merileksasi kontraksi otot, maupun dapat memfasilitasi tidur, teknik yang selalu menggunakan imajinasi seseorang atau individu tersebut dengan imajinasi yang terarah yang dapat menurunkan stress dan kecemasan (Shaddri et al., 2018) dalam (Ajuan, 2022). Teknik rileksasi merupakan tindakan yang akan mengalihkan suatu perhatian individu dan mengurangi dan menurunkan rasa kecemasan terhadap pasien. Guided Imagery dapat melepaskan sistem endorfin yang akan melemahkan respon rasa sakit maupun mengurangi rasa sakit dan bisa dapat meningkatkan ambang tingkat nyeri. Psikoneuro imunologi yang bisa mempengaruhi respon stress terhadap mekanisme yang imajinasinya positif dapat melemah, hal ini sangat berkaitan dengan teori yang sudah dikemukakan oleh Gate Control yang berpendapat tentang “pada satu waktu hanya satu impuls yang dapat berjalan sampai sumsum tulang belakang ke otak” jika terisi dalam suatu pikiran lain atau berbeda maka sensasi rasa sakit tidak akan dikirim ke otak karena itu rasa sakit dapat berkurang dengan perlahan. (David et al., 2016) dalam (Ajuan, 2022).

Hasil penelitian yang sudah dilakukan (Fatima, 2017) dalam (Ajuan, 2022) bahwa guided imagery sangat efektif untuk diberikan karena dapat mengubah proses pikiran dari negatif menjadi positif dan dapat membantu membangun rasa penerimaan diri sehingga pasien gangguan jiwa mengalami penurunan depresi serta terapi ini menggunakan media untuk mengekspresikan perasaan maupun meningkatkan kenyamanan terhadap pasien. Penelitian yang dilakukan oleh mardiana dan budi, menunjukkan bahwa adanya kecenderungan terjadinya penurunan tingkat kecemasan sesudah dilakukan teknik distraksi guided imagery berdasarkan hasil uji paired sample t test diperoleh nilai t. dengan penelitian yang sudah dilakukan pada peneliti sebelumnya pemberian terapi guided imagery dapat mengurangi tingkat kecemasan.

Berdasarkan data yang didapat di Yayasan Rehabilitasi Mental Griya Bhakti Medika diperoleh data dalam 3 bulan terakhir yaitu halusinasi 34% (17 orang), resiko perilaku kekerasan 20% (10 orang), isolasi sosial 20% (10 orang), defisit perawatan diri 10% (5 orang), waham 6% (3 orang), resiko bunuh diri 4% (2 orang). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 Juli 2023, Klien mengatakan bahwa klien merasa selalu tidak enak badan karena sperma nya terasa tidak dapat keluar lagi, dan tampak gelisah, sehingga peneliti tertarik melakukan pemberian terapi *Guided Imagery*.

HASIL PENELITIAN



Kategori skor PANSS

Tinggi : 57-84 = Rawat Inap
Sedang : 29-56 = Pengawasan Tenaga Kesehatan dan Keluarga
Ringan : 1-28 = Pengawasan Keluarga

Sumber : (Lefort Besnard et al., 2018)

Setelah dilakukan intervensi pemberian terapi *guided imagery* selama 4 hari didapatkan perubahan perilaku gangguan jiwa dengan berpedoman PANNS yang awalnya pasien mendapatkan nilai 73 sebelum di berikan terapi *guided imagery* menjadi 59, tetapi masih dalam kategori yang sama yaitu tinggi (rawat inap).

PEMBAHASAN

Selama pengkajian dilakukan pengumpulan data dari sumber, yaitu pasien dan tenaga kesehatan di ruangan melakukan pendekatan dan membina hubungan saling percaya diri pada klien agar klien lebih terbuka dan lebih percaya dengan menggunakan perasaan. Pada tahap pertama yaitu mengadakan pengkajian asuhan keperawatan jiwa kepada klien dengan wawancara, selanjutnya mengadakan pengkajian dengan cara wawancara kepada pasien, dan bertanya kepada pegawai kesehatan yang bertugas. Dalam pengkajian ini, penulis tidak menemukan kesenjangan karena ditemukan hal sama seperti diteori Menurut Damaiyanti (2017) dalam (Sukmayani, 2021) yang dilakukan pada pasien adalah strategi pelaksanaan pertama hingga strategi pelaksanaan keempat pada gangguan proses pikir : waham.

Menurut (Darmiyanti, 2012) Masalah keperawatan yang sering muncul pada klien waham adalah: Gangguan proses pikir: waham, Kerusakan komunikasi verbal dan Harga diri rendah kronik (Sukmayani, 2021). Pada pasien ditemukan 3 diagnosa keperawatan yang muncul yaitu Gangguan Proses Pikir: Waham, Harga Diri Rendah, dan Risiko Perilaku Kekerasan. Dari hal tersebut dapat dilihat ada perbedaan antara teori dengan kasus, yaitu tidak semua diagnosa pada teori dialami oleh pasien tidak mengalami isolasi sosial. Sedangkan Menurut (Darmiyanti, 2012) dalam (Sukmayani, 2021). ia mengatakan bahwa ada 3 masalah yang muncul pada orang dengan masalah gangguan proses pikir: waham diantaranya adalah: gangguan proses pikir : waham, harga diri rendah, kerusakan komunikasi verbal.

Rencana Keperawatan yang diberikan pada klien tidak hanya berfokus pada masalah waham sebagai diagnosa penyerta lain. Hal ini dikarenakan tindakan yang dilakukan saling berkontribusi terhadap tujuan akhir yang akan dicapai. Pada tahap perencanaan penulis hanya menyusun rencana tindakan keperawatan sesuai dengan pohon masalah keperawatan yaitu : Gangguan proses pikir: Waham (Proses pikir). Pada tahap ini antara tinjauan teoritis dan tinjauan kasus tidak ada kesenjangan sehingga penulis dapat melaksanakan tindakan seoptimal mungkin dan didukung dengan tersedianya sarana ruangan perawat yang baik dan adanya bimbingan dan petunjuk dari petugas kesehatan dari panti rehabilitasi griya bhakti medika yang diberikan kepada penulis. Secara teoritis digunakan cara strategi pertemuan sesuai dengan diagnosa keperawatan yang muncul saat pengkajian.

Evaluasi dilakukan terus menerus pada respon klien terhadap tindakan yang telah dilaksanakan, evaluasi dapat dibagi dua jenis yaitu : evaluasi proses atau formatif dilakukan selesai melaksanakan tindakan. Evaluasi hasil atau sumatif dilakukan dengan membandingkan respon klien pada tujuan umum dan tujuan khusus yang telah ditentukan. Menurut (Yusuf, A., 2015) dalam (Sukmayani, 2021), evaluasi yang diharapkan pada asuhan keperawatan jiwa dengan gangguan proses pikir adalah:

1. Pasien mampu melakukan hal berikut:
 - a. Mengungkapkan keyakinannya sesuai dengan kenyataan.
 - b. Berkomunikasi sesuai kenyataan.
 - c. Menggunakan obat dengan benar dan patuh.
2. Keluarga mampu melakukan hal berikut:
 - a. Membantu pasien untuk mengungkapkan keyakinannya sesuai kenyataan.
 - b. Membantu pasien melakukan kegiatan-kegiatan sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan pasien.
3. Membantu pasien menggunakan obat dengan benar dan patuh (Hapsari, 2022).

Pada tinjauan kasus evaluasi yang dihasilkan adalah :

1. Pada Waham
 - Pasien sudah dapat mengendalikan Waham dengan terapi *guided imagery*.
 - Pasien dapat mengendalikan Waham dengan cara minum obat secara teratur.
 - Pasien dapat mengendalikan Waham dengan melatih cara pemenuhan kebutuhan dasar.
 - Pasien dapat mengendalikan Waham dengan melatih kemampuan positif yang dipilih (membersihkan tempat tidur)
 - Tanda gejala waham pasien berkurang, yang awalnya selalu merasa pusing dan tampak gelisah menjadi lebih tenang dan pusingnya berkurang.

KESIMPULAN

Setelah melaksanakan asuhan keperawatan dengan gangguan proses pikir : waham selama 4 hari dari tanggal 17-20 juli 2023 dapat disimpulkan bahwa pasien dapat beroorientasi secara realita dengan terapi yang di ajarkan, dimana klien dapat melakukan terapi nonfarmakologis yaitu terapi *guided imagery* yang telah diajarkan dan dapat mengurangi tanda dan gejala waham.

REFERENSI

- Ainun, I. N. (2020). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Skizofrenia*. <https://bem.fisip.uns.ac.id/2020/07/29/dampak-covid-19-terhadap-pelayanan-kesehatan/>
- Ajuan, O. (2022). Keefektifan pemberian terapi *guided imagery* untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien gangguan jiwa skizofrenia. *Professional Health Journal*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.54832/phj.v4i1.201>
- Eriawan, A. (2021). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Tn.O Yang Mengalami 50 Bipolar Dengan Masalah Keperawatan Waham Paranoid Di Ruang Palm Rumah Sakit Khusus Daerah Dadi Sulawesi Selatan Tahun 2019*.
- Hafizuddin. (2021). *Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Tn. A Dengan Masalah Waham*.
- Hapsari, A. (2022). *Laporan Khusus Asuhan Keperawatan Jiwa pada Ny. S dengan Masalah Keperawatan Waham di Ruang Sembodro RSJ Grhasia Daerah Istimewa Yogyakarta*. 9–25.
- Ilham, P., & Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Efektivitas Tehnik Relaksasi Guidet Imagery terhadap Tingkat Kecemasan Pasien. *Jurnal Health Sains*, 1(4), 195–207.
- Lefort-Besnard, J., Varoquaux, G., Derntl, B., Gruber, O., Aleman, A., Jardri, R., Sommer, I., Thirion, B., & Bzdok, D. (2018). Patterns of schizophrenia symptoms: hidden structure in the PANSS questionnaire. *Translational Psychiatry*, 8(1). <https://doi.org/10.1038/s41398-018-0294-4>
- PPNI, T. P. S. D. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (satu)*. Dewan Pengurus

Pusat.

- Prakasa, A, & Milkhatun, M. (2021). Analisis Rekam Medis Pasien Gangguan Proses Pikir Waham Dengan Menggunakan Algoritma C4. 5 di Rumah Sakit Atma Husada Mahakam Samarinda. *The Journal of Therapy*, 40(12), 1–51.
- Puji Lestari, Y., & Deviantony, F. (2023). Efektivitas Terapi Mindfulness Dengan Pendekatan Spiritual Pada Pasien Waham Di Ruang Kasuari Rsj Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 14(1), 97–105.
<https://doi.org/10.34035/jk.v14i1.932>
- Ritanti, N., Kep, M., & J, S. K. (2020). *STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR GUIDE IMAGERY* Disusun guna memenuhi tugas mata kuliah Keperawatan Komunitas I. 1–3.
- Sukmayani, M. (2021). *ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA KLIEN Tn.C DENGAN MASALAH UTAMA WAHAM KEBESARAN DI WILAYAH SIWALANKERTO SELATAN SURABAYA*. 6.
- Sutejo. (2019). *Keperawatan Jiwa*. Pustaka Baru Press.
- Syahfitri, M., Tarigan, R. D., Syahdi, D., Syafitri, F., & Pardese, A. J. (2022). Penerapan Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Gangguan Proses Pikir: Waham Kebesaran Pendekatan Strategi Pelaksanaan (SP) 1-4: Studi Kasus. 10.31219/osf.io/ewj4u. March, 1–4. <https://doi.org/10.31219/osf.io/ewj4u>
- World Health Organization. (2013). Kesehatan Mental dalam Kedaruratan. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 8(1), 37–52.
<http://ejurnal.kependudukan.lipi.go.id/ojs248jki/index.php/jki/article/download/21/15>.
- PPNI. (2016). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia. Definisi dan Indikator Diagnostik*.
- PPNI. (2018a). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Definisi dan Tindakan Keperawatan*.