

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hari Kesehatan Mental Dunia diperingati pada tanggal 09 Oktober setiap tahun, dengan tujuan keseluruhan untuk meningkatkan kesadaran tentang isu-isu kesehatan mental di seluruh dunia dan memobilisasi upaya dalam mendukung kesehatan mental. Gangguan jiwa (*mental disorder*) merupakan salah satu dari empat masalah utama di negara-negara maju, modern dan industri. Keempat masalah kesehatan utama tersebut adalah penyakit degeneratif, kanker, gangguan jiwa dan kecelakaan. Meskipun gangguan jiwa tidak dianggap sebagai gangguan yang menyebabkan kematian secara langsung, namun beratnya gangguan tersebut dalam arti ketidakmampuan serta invaliditas baik secara individu maupun kelompok akan menghambat pembangunan, karena tidak produktif dan tidak efisien (Hawari, 2006).

Menurut *World Health Organization* (WHO), jumlah penderita gangguan jiwa diseluruh dunia mencapai hampir 450 juta orang, dimana sepertiganya berdomisili di negara-negara berkembang. Hal ini diperkuat dengan data dan fakta bahwa hampir separuh populasi dunia tinggal di negara dimana satu orang psikiater

melayani 200.000 orang. Indikator kesehatan jiwa yang dinilai pada Riskesdas (2013) antara lain gangguan jiwa berat, gangguan mental emosional serta cakupan pengobatannya. Gangguan jiwa berat adalah gangguan jiwa yang ditandai oleh terganggunya kemampuan menilai realitas atau tilikan (*insight*) yang buruk (Riskesdas, 2013). Prevalensi penduduk yang mengalami gangguan mental emosional secara nasional adalah 6,0% (37.728 orang dari subyek yang dianalisis). Provinsi dengan prevalensi gangguan mental emosional tertinggi adalah Sulawesi Tengah (11,6%), sedangkan yang terendah di Lampung (1,2%). Provinsi Jawa Tengah dengan presentasi 4,7% (Riskesdas, 2013).

Salah satu gangguan mental emosional adalah perilaku kekerasan yang merupakan suatu keadaan emosi bercampur perasaan frustrasi dan benci. Didasari keadaan emosi secara mendalam dari setiap orang sebagai bagian penting dari keadaan emosional kita yang dapat diproyeksikan ke lingkungan, ke dalam diri atau secara destruktif. Seseorang yang mengalami peningkatan stres akan mengalami peningkatan adrenalin. Stres sendiri merupakan respon tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap setiap tuntutan. Stres emosi dapat menimbulkan perasaan negatif atau destruktif terhadap diri sendiri dan orang lain. Stres intelektual akan mengganggu persepsi dan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah, serta stres sosial akan mengganggu hubungan individu terhadap kehidupan (Hawari, 2011).

Faktor predisposisi penyebab perilaku kekerasan yaitu: psikologi, sosial budaya, biologis (Yosep, 2009). Perilaku kekerasan muncul karena keinginan akan sesuatu hal tidak terpenuhi. Akibat bila perilaku kekerasan tidak ditangani akan menciderai diri sendiri dan lingkungan sekitar. Beberapa strategi atau cara untuk mengatasi perilaku kekerasan yang salah satunya adalah dengan Terapi Senam Otak (*Brain Exercise*) yang merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan oleh perawat.

Senam otak merupakan kumpulan gerakan-gerakan sederhana dan bertujuan untuk menghubungkan/menyatukan pikiran dan tubuh. Senam otak merupakan proses edukasi kinesiologi yang merupakan suatu ilmu yang mempelajari gerakan tubuh dan hubungan antara otot dan postur terhadap fungsi otak (Handryastuti, 2008). *Brain Exercise* atau senam otak adalah gerakan sederhana dengan menggunakan keseluruhan otak karena merupakan penyesuaian dengan tuntutan sehari-hari sehingga belajar jadi riang dan senang (Eliasa, 2007). Senam otak merupakan sejumlah gerakan sederhana yang dapat menyeimbangkan setiap bagian-bagian otak, dapat menarik keluar tingkat konsentrasi otak, dan juga sebagai jalan keluar bagi bagian-bagian otak yang terhambat agar dapat berfungsi maksimal (Anggriyana & Atikah, 2010).

Senam otak menurut Anggriyana dan Atikah (2010), bermanfaat untuk memungkinkan belajar dan bekerja tanpa beban pikiran, sangat efektif dalam

penanganan seseorang yang mengalami hambatan dan stres belajar serta memandirikan seseorang dalam hal belajar, dan mengaktifkan seluruh potensi yang dimiliki seseorang. Menurut Waluyo dan Putra (2010), senam otak adalah senam yang berfungsi untuk memacu otak supaya tidak kehilangan daya intelektual dan *awareness*-nya. Manfaat senam otak menurut Dennison Paul dan Dennison Gail (2009) yaitu meningkatkan koordinasi mental dan fisik, melepaskan stres, meningkatkan komunikasi dan keterampilan sosial. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Prasanti (2015) dengan judul “Pengaruh *Brain Gym* Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 16 Surakarta Tahun Ajaran 2014/2015”, menghasilkan bahwa setelah dilakukan senam otak sebanyak enam kali intervensi terdapat peningkatan konsentrasi belajar.

RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah merupakan salah satu institusi pemerintah yang menangani masalah gangguan jiwa dan masalah kesehatan secara umum. Layanan rawat inap RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah mempunyai delapan ruangan dengan jumlah tempat tidur (TT) sejumlah 189. Terdiri dari ruang intensif, VIP, utama, kelas I, kelas II, kelas III. Jumlah keseluruhan perawat yang bekerja di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah sebanyak 196 orang. Perawat yang ditempatkan di setiap ruangan terdiri dari 12-15 orang perawat dan 2-4 orang perawat per shift kerja.

Banyaknya pasien yang datang untuk berobat di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah, dari studi awal penulis mendapatkan data dalam lima bulan terakhir ini terhitung Januari-Mei 2016 jumlah keseluruhan pasien yang berkunjung sejumlah 7.129 orang, pasien yang datang kebanyakan pasien dengan tanda-tanda perilaku kekerasan dan angka kejadiannya meningkat dari tahun sebelumnya. Pasien dengan tanda-tanda perilaku kekerasan di seluruh ruangan di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah sejumlah 264 orang. Data studi awal pasien perilaku kekerasan dengan gejala stres sebanyak 49 orang yang sudah diukur tingkat stresnya terlebih dahulu sehingga didapat tingkat stres ringan 25 orang dan stres sedang 24 orang, dilakukan dengan mengobservasi dan wawancara kepada perawat ruangan. Hasil studi awal yang sudah dilakukan, bahwa setiap ruangan memiliki berbagai macam terapi yang digunakan dalam pelayanan kesehatan jiwa yakni terapi farmakologi (pemberian obat-obat Haloperidol) dan non farmakologi (seperti Terapi Aktivitas Kelompok, *Cognitive Behaviour Therapy*) namun belum dapat menangani perilaku kekerasan seutuhnya, tapi hanya mengurangi munculnya gejala untuk beberapa saat. Setiap ruangan sudah memiliki jadwal kegiatan masing-masing sesuai diagnosa.

Berdasarkan wawancara kepada kepala ruang setiap ruangan dan perawat pada saat studi awal diperoleh data bahwa di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah belum pernah dilakukan terapi senam otak untuk menangani pasien dengan perilaku kekerasan. Terapi senam otak dapat dilakukan

pada pasien dengan perilaku kekerasan karena pasien perilaku kekerasan mengalami stres akibat dari suasana lingkungan, biologis dan psikologis yang mendukung untuk timbulnya stres.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti uraikan diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian: “Adakah pengaruh terapi senam otak terhadap tingkat stres pada pasien dengan perilaku kekerasan di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian secara umum adalah mengetahui pengaruh terapi senam otak terhadap tingkat stres pada pasien dengan perilaku kekerasan di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden (jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, asal, status perkawinan) pasien dengan perilaku kekerasan di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016.
- b. Mengidentifikasi tingkat stres pasien perilaku kekerasan sebelum dilakukan terapi senam otak di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016.

- c. Mengidentifikasi tingkat stres pasien perilaku kekerasan sesudah dilakukan terapi senam otak di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016.
- d. Mengetahui perbedaan tingkat stres pasien sebelum dan sesudah dilakukan terapi senam otak pada pasien perilaku kekerasan di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016.
- e. Mengetahui pengaruh yang signifikan dari pemberian terapi senam otak pada pasien perilaku kekerasan di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi profesi keperawatan
Dapat memberikan masukan dalam melaksanakan peran mandiri dalam upaya mengontrol perilaku kekerasan melalui pemberian terapi senam otak (*brain exercise*).
2. Bagi pimpinan RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah
Sebagai bahan masukan untuk petugas kesehatan dalam melaksanakan tindakan keperawatan non farmakologi khususnya bagi pasien perilaku kekerasan.
3. Bagi peneliti lain
Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terhadap peneliti selanjutnya untuk pengembangan penelitian ilmiah yang lebih mendalam.

4. Bagi peneliti

Sebagai penambah wawasan dan pengalaman dalam menangani pasien perilaku kekerasan.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang “Pengaruh Terapi Senam Otak Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Dengan Perilaku Kekerasan di RSJD Dr. RM Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016” ini belum pernah dilakukan di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Provinsi Jawa Tengah, namun ada beberapa penelitian serupa yang pernah dilakukan. Keaslian penelitian dalam penelitian ini dijelaskan pada tabel 1 Keaslian Penelitian halaman 9-11.

Tabel 1
Keaslian Penelitian

NO	NAMA/TAHUN	JUDUL	METODOLOGI	HASIL	PERBEDAAN	PERSAMAAN
1.	Yulan Widyawati/ 2015	Pengaruh senam otak terhadap koordinasi antara mata dan tangan anak-anak TK Al-Firdaus Majalengka.	Penelitian ini menggunakan metode <i>quasy eksperimental</i> dengan pendekatan <i>pre-post test</i> kelompok perlakuan senam otak dan kelompok kontrol. Responden dalam penelitian ini berusia 5-6 tahun yang berjumlah 21 responden pada kelompok perlakuan dan 19 responden pada kelompok kontrol di TK Al-Firdaus Majalengka. Analisis data menggunakan <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> dan <i>Mann Whitney Test</i> .	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh senam otak terhadap koordinasi antara mata dan tangan anak-anak TK Al-Firdaus Majalengka.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu, tempat dan tahun penelitian. Penelitian ini menggunakan metode <i>quasy eksperimental</i> . Analisis data menggunakan <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> dan <i>Mann Whitney Test</i> sedangkan peneliti menggunakan uji statistik <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> .	Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu, sama-sama menggunakan rancangan <i>one group pre test post test</i> . Sama-sama menggunakan uji statistik <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> . Variabel bebas: pengaruh senam otak.

NO	NAMA/TAHUN	JUDUL	METODOLOGI	HASIL	PERBEDAAN	PERSAMAAN
2.	FADLIA DEWI PRASANTI/2015	Pengaruh <i>Brain Gym</i> Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 16 Surakarta Tahun Ajaran 2014/2015.	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>Quasy Experimental Design</i> . Jenis desain dalam penelitian ini berbentuk <i>pre test dan post test</i> . Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas VIII SMP Negeri 16 Surakarta Tahun Ajaran 2014/2015 sebanyak 167 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah <i>purposive sampling</i> . Penelitian ini menggunakan uji statistik <i>Mann-Whitney U</i> .	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh <i>Brain Gym</i> terhadap peningkatan konsentrasi belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 16 Surakarta Tahun Ajaran 2014/2015.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu, tempat dan tahun penelitian. Penelitian ini menggunakan responden siswa pelajar, peneliti menggunakan responden orang dewasa yang belum tentu keseluruhannya pelajar. Jenis penelitian <i>quasy experimental</i> . Menggunakan Uji statistik <i>Mann-Whitney U</i> , sedangkan peneliti menggunakan uji statistik <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> . Variabel terikat: konsentrasi belajar.	Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu, sama-sama menggunakan desain penelitian <i>pre eksperimental</i> dengan rancangan <i>one group pre test post test</i> . Variabel bebas: senam otak.

NO	NAMA/TAHUN/ WINARSIH/ 2015	JUDUL	METODOLOGI	HASIL	PERBEDAAN	PERSAMAAN
3.		Pengaruh Pemberian Musik Terhadap Tingkat Stres Kerja Karyawan Di Bagian Batik Tulis Griya Brotozeno Masaran Sragen 2015.	Jenis penelitian ini adalah <i>Quasi Experimental One Group Pre test and Post test</i> . Populasi dalam penelitian ini adalah 85 karyawan batik tulis. Pengambilan sampel dengan <i>purposive sampling</i> dan didapatkan 26 karyawan wanita di bagian batik tulis griya batik Brotozeno Masaran Sragen. Penelitian ini menggunakan uji statistik <i>paired sample t-test</i> .	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian musik dapat menurunkan tingkat stres kerja karyawan di bagian batik tulis Griya Batik Brotozeno Masaran Sragen.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu, tempat dan tahun penelitian. Penelitian ini menggunakan uji statistik <i>paired sample t-test</i> . Jenis penelitian <i>quasi experimental</i> . Penelitian ini menggunakan uji statistik <i>paired sample t-test</i> , sedangkan peneliti menggunakan uji statistik <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> . Vabel bebas: pemberian terapi musik.	Persamaan ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu, sama-sama menggunakan desain penelitian <i>One Group Pre test and Post test</i> . Variabel terikat: tingkat stres.