BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skizofrenia paranoid adalah salah satu gangguan jiwa yang sering menimbulkan rasa curiga atau takut yang berlebihan, mungkin terhadap orang-orang di lingkungan sekitarnya.

Skizofrenia adalah penyakit mental yang serius dan kronis yang mengganggu kemampuan seseorang untuk berpikir jernih, berkomunikasi, dan berinteraksi dengan orang lain. Orang dengan skizofrenia paranoid sadar bahwa mereka sedang diawasi, dibicarakan, atau memiliki keinginan untuk menyakiti mereka, yang memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap keterampilan sosial dan kesejahteraan mereka (Kaufman, 2020).

Prevalensi gangguan jiwa di seluruh dunia menurut data *World Health Organization* (WHO, 2019) terdapat 264 juta orang mengalami depresi, 45 juta orang menderita gangguan bipolar, 50 juta orang mengalami demensia, dan 20 juta orang jiwa mengalami skizofrenia. Data statistik yang disebutkan secara global diperkirakan 379 juta orang terkena gangguan jiwa, 20 juta diantaranya menderita skizofrenia. Prevalensi skizofrenia sebesar 24 juta orang. Menurut data *World Health Organization* (WHO) prevalensi data skizofrenia yang mengalami kekambuhan diperoleh bahwa tingkat kekambuhan skizofrenia dari Tahun 2019 sampai Tahun 2021 mengalami peningkatan yaitu dari 28%, 43%, dan 54%.

Berdasarkan Kemenkes RI, 2019 dalam hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapatkan bahwa prevalensi data skizofrenia di Indonesia mencapai 6,7 % penderita gangguan jiwa. Data *Medical Record* Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan Tahun 2023 menjelaskan jumlah penderita skizofrenia sebanyak 1.528 orang untuk klien rawat inap yang terdiri dari 1.118 laki-laki dan 410 perempuan, sedangkan untuk klien rawat jalan sejumlah 23.775 yang terdiri dari 15.111 laki-laki dan 8664 perempuan. Berdasarkan data tersebut prevalensi Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) dengan Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem berjumlah 25.303 jiwa.

Pasien dengan skizofrenia paranoid tidak hanya mengalami dampak dari gejala mental dan emosional, tetapi juga dari stigma sosial yang tinggi, isolasi sosial, dan penurunan harga diri. Harga diri rendah pada pasien skizofrenia dapat menyebabkan penurunan motivasi untuk menjalani pengobatan dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental lainnya, seperti depresi dan kecemasan (Smith & Taylor, 2022). Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan pasangan memainkan peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup pasien skizofrenia (Yolanda, 2020; Zaman & Mini Harianti, 2022).

Harga diri rendah adalah salah satu kondisi psikologis yang dapat berdampak signifikan pada kesehatan mental individu. Kondisi ini sering kali ditandai dengan perasaan tidak berharga, kurangnya kepercayaan diri, dan ketidakmampuan untuk berinteraksi secara sosial.

Harga diri rendah adalah kondisi di mana seseorang merasa tidak berharga, tidak percaya diri, dan meragukan kemampuan diri sendiri. Pasien dengan harga diri rendah seringkali menunjukkan ketidakmampuan dalam mempertahankan hubungan interpersonal dan cenderung menarik diri dari interaksi sosial (Miller, 2021). Harga diri yang rendah pada pasien skizofrenia dapat memperburuk gejala psikologis mereka dan mengurangi efektivitas terapi yang dijalani.

Menurut beberapa penelitian, terapi aktivitas kelompok seperti senam dapat meningkatkan harga diri peserta hingga 50-60% setelah mengikuti program secara teratur selama beberapa minggu. Ini menunjukkan efektivitas terapi kelompok dalam memperbaiki aspek psikologis individu, termasuk mereka yang menderita skizofrenia paranoid. Selain meningkatkan harga diri, terapi aktivitas kelompok seperti senam juga dapat membantu peserta dalam membangun keterampilan sosial yang lebih baik. Interaksi dalam kelompok memungkinkan individu untuk berlatih berkomunikasi, berkolaborasi, dan membangun hubungan yang lebih positif dengan orang lain. Penelitian menunjukkan bahwa lingkungan yang mendukung dalam terapi kelompok dapat mengurangi rasa cemas dan meningkatkan rasa memiliki di antara peserta (Huang *et al.*, 2020).

Penerapan terapi aktivitas kelompok, seperti senam, dapat menjadi intervensi yang efektif untuk meningkatkan harga diri pada klien dengan skizofrenia paranoid. Menurut penelitian, partisipasi dalam aktivitas kelompok

dapat meningkatkan rasa memiliki dan dukungan sosial, yang sangat penting bagi individu dengan harga diri rendah (Hulse *et al.*, 2021). Senam sebagai bentuk terapi aktivitas kelompok dapat dirancang untuk menciptakan lingkungan yang positif dan mendukung, di mana klien merasa diterima dan dihargai.

Terapi aktivitas kelompok, termasuk senam, dapat secara signifikan meningkatkan harga diri individu. Aktivitas fisik dalam kelompok membantu anggota merasa lebih berharga dan mendapatkan pengakuan dari orang lain. Menurut penelitian Carr *et al.*, (2021), partisipasi dalam aktivitas kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri, terutama di kalangan individu yang mengalami masalah kesehatan mental. Sebuah studi (Zschucke *et al.*, 2020) menunjukkan bahwa berolahraga dalam kelompok dapat meningkatkan suasana hati dan mengurangi perasaan cemas, yang sangat bermanfaat bagi individu dengan skizofrenia paranoid.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat kebutuhan mendesak untuk menemukan intervensi yang efektif dalam meningkatkan harga diri pasien dengan skizofrenia paranoid. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas terapi aktivitas kelompok, khususnya senam, sebagai metode intervensi untuk mengurangi harga diri rendah pada pasien skizofrenia paranoid.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam studi kasus adalah “Bagaimana penerapan terapi aktivitas kelompok (senam) untuk mengatasi masalah gangguan harga diri pada klien skizofrenia paranoid?”.

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum : Menggambarkan penerapan terapi aktivitas kelompok (senam) untuk mengatasi masalah gangguan harga diri rendah pada klien skizofrenia paranoid.
2. Tujuan Khusus
 - a. Menggambarkan karakteristik klien skizofrenia paranoid yang terlibat dalam melakukan Terapi Aktivitas Kelompok (Senam)

- b. Menggambarkan efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok (Senam) pada klien Skizofrenia Paranoid dengan masalah harga diri rendah
- c. Menggambarkan perbedaan harga diri sebelum dan sesudah penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (Senam) pada klien Skizofrenia Paranoid

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Subjek Penelitian : Studi kasus ini dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan tentang Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (Senam) untuk Mengatasi Harga Diri Rendah pada Klien Skizofrenia Paranoid dan meningkatkan kemandirian subjek penelitian melakukan Terapi Aktivitas Kelompok (Senam).
2. Bagi Tempat Peneliti : Studi kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan bagi Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan untuk menambah petunjuk tentang Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (Senam) untuk Mengatasi Harga Diri Rendah pada Klien Skizofrenia Paranoid.
3. Bagi Institusi Pendidikan : Hasil Studi Kasus ini diharapkan bisa menjadi pelengkap yang berguna kepada kualitas Pendidikan, bisa dijadikan referensi serta bahan bacaan di ruang belajar Prodi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.