BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skizofrenia adalah penyakit kronis yang membutuhkan perencanaan strategis dan keterampilan dalam mengatasinya, serta merupakan penyakit otak, sindrom klinis yang identik dengan logika, sudut pandang, perasaan, gerakan, dan sikap individu (Muthi et al., 2023). Skizofrenia merupakan kondisi psikotik yang berpengaruh terhadap cara individu berpikir, berinteraksi, menerima, memaknai realitas, merasakan, dan mengekspresikan emosi yang ditandai dengan pikiran kacau, delusi, halusinasi, dan perilaku maladaptif (Pardede, 2020). Jadi, skizofrenia adalah gangguan otak kronis yang memengharui cara seseorang berpikir, merasa, dan berprilaku yang menyebabkan berbagai gejala kognitif dan perilaku.

Data dari WHO (2020), skizofrenia yang termasuk gangguan jiwa berat dan kronis telah mengancam dari 20 juta jiwa di seluruh dunia. Hasil Riset Kesehatan dasar (2018) tercatat angka prevalensi penderita skizofrenia di Indonesia adalah sebesar 1,8 per 1000 penduduk. Kementrian Kesehatan RI mencatat bahwa di Indonesia 70% gangguan jiwa terbesar adalah skizofrenia. Kelompok skizofrenia juga mendominasi 90% pasien di rumah sakit jiwa yang ada di seluruh Indonesia (Widianti et al., 2017). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, prevalensi skizofrenia di Sumatera Utara adalah 1,4 per 1.000 penduduk, sedangkan di Kota Medan sebesar 1,1 per 1.000 penduduk. Dengan persentase prevalensi skizofrenia menyentuh 83,3%. Jumlah total penderita skizofrenia di Sumatera Utara sebanyak 13.991 orang. Usia yang paling banyak mengalami skizofrenia berada di kisaran 15 hingga 35 tahun (Sp et al. 2021)

Beberapa penelitian menemukan adanya hubungan antara skizofrenia dengan perilaku kekerasan. Sebuah systematic review yang menganalisis 20 artikel jurnal dengan responden yang mengalami skizofrenia dan gangguan psikosis lainnya, menunjukkan tingkat perilaku kekerasan pada pasien skizofrenia sebesar 13,2% sedangkan persentase perilaku kekerasan pada masyarakat umum sebesar 5,3% (Dehpour et al., 2019). Hasil studi tersebut mendukung pernyataan bahwa perilaku kekerasan menjadi salah satu masalah yang muncul pada klien dengan penderita skizofrenia

Salah satu pendekatan non-farmakologis yang terbukti membantu pasien dengan gangguan jiwa dalam mengontrol emosi adalah metode terapi relaksasi otot progresif. Relaksasi otot progresif merupakan teknik relaksasi yang menggunakan serangkaian gerakan tubuh yang bertujuan untuk melemaskan dan memberi efek nyaman pada seluruh tubuh (Witriyani, 2025). Salah satu alasan mengapa teknik ini dapat dilakukan pasien risiko perilaku kekerasan adalah karena relaksasi otot progresif tidak memerlukan sugesti, imajinasi, dan ketekunan yang sangat dalam (Made et al., 2023). Relaksasi otot progresif dilakukan untuk menurunkan ketegangan jasmaniah yang berpengaruh bagus terhadap penurunan ketegangan jiwa (Basri et al., 2022). Pemberian relaksasi otot progresif memberikan hasil positif karena memberikan peningkatan yang signifikan sehingga pasien tetap dalam keadaan rileks dan tenang dalam mengontrol kemarahannya. Dengan begitu pasien dapat berusaha untuk mengontrol rasa marah ketika keinganan melakukan perilaku kekerasan datang (Muthi et al., 2023). Penelitian oleh Muthi (2022) setelah dilakukan tindakan keperawatan terapi relaksasi otot progresif pasien terlihat mengalami perubahan dalam mengontrol marahnya. Setelah dilakukan tindakan terapi relaksasi otot progresif selama lima hari, pasien mengalami penurunan perilaku agresif dan pasien mengatakan lebih rileks dan tenang

Khoirunnisa (2025) juga menunjukkan bahwa teknik relaksasi otot progresif secara signifikan menunjukkan peningkatan kontrol diri pada pasien skizofrenia. Berdasarkan implementasinya dari terapi relaksasi otot progresif yang telah diberikan terdapat perubahan dari segi tanda perilaku kekerasan yang sebelumnya pasien mudah marah, emosi, ingin melukai diri sendiri bahkan orang lain, dengan pandangan tajam dan wajah merah, bicara kasar dan ketus, setelah dilakukan tindakan relaksasi otot progresif dalam 6 hari berturut selama 15 menit, pasien dapat lebih rilex, ceria, tidak mudah emosi dan marah-marah.

Rokhillah (2022) pada penelitiannya mengatakan teknik relaksasi otot progresif memberikan pengaruh terhadap penurunan tanda dan gejala pasien resiko perilaku kekerasan dibuktikan dengan hasil evaluasi pada hari terakhir pada kedua pasiennya dengan hasil px 1 sebanyak 2/14 tanda dan gejala dan px 2 yaitu 1/14 tanda dan gejala.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan di Rumah Sakit Jiwa Prof, Dr. Muhammad Ildrem Medan. Data yang didapatkan total pasien gangguan jiwa rawat inap dari bulan Januari sampai bulan Desember tahun 2024 sejumlah 1242 jiwa. Dan dari bulan januari sampai mei tahun 2025 di dapatkan sejumlah 546 jiwa. Dari wawancara awal dengan perawat di Ruang Sorik Merapi menunjukkan bahwa terapi relaksasi otot progresif telah diberikan kepada pasien dengan perilaku kekerasan sebagai bagian dari intervensi keperawatan nonfarmakologis. Berdasarkan keterangan perawat, sekitar 5 pasien dengan perilaku kekerasan pernah mendapatkan terapi relaksasi otot progresif. Dari jumlah tersebut, sekitar 4 dari 5 pasien (80%) menunjukkan penurunan gejala perilaku kekerasan, seperti berkurangnya ketegangan, kemarahan, dan perilaku agresif. Sementara itu , sekitar 1 dari 5 pasien (20%) belum menunjukkan penurunan gejala yang optimal.

Berdasarkan kondisi tersebut, meskipun terapi relaksasi otot progresif dinilai cukup efektif secara klinis berdasarkan pengalaman perawat, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengevaluasi penerapannya secara sistematis dan terukur pada pasien gangguan jiwa dengan risiko perilaku kekerasan di RSJ Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas, maka penting dilakukan penelitian mengenai efektivitas terapi relaksasi otot progresif dalam menurunkan perilaku kekerasan pada pasien gangguan jiwa agar dapat dijadikan intervensi non-farmakologi yang aplikatif dan berkelanjutan di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan.

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum
   a. Menggambarkan penerapan teknik terapi relaksasi otot progresif dalam penurunan perilaku kekerasan.
2. Tujuan Khusus
   a. Mendeskripsikan karakteristik pasien gangguan jiwa dengan perilaku kekerasan yang meliputi (umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan) yang berkaitan dengan masalah yang diteliti di RSJ. Prof. Dr. M. Ildrem Medan
   b. Mendeskripsikan kondisi agresif pasien dengan perilaku kekerasan sebelum di berikan intervensi terapi relaksasi otot progresif di RSJ. Prof. Dr. M. Ildrem Medan.
   c. Mendeskripsikan kondisi agresif pasien perilaku kekerasan setelah diberikan intervensi terapi relaksasi otot progresif di RSJ. Prof. Dr. M. Ildrem Medan.
   d. Membandingkan karakteristik agresif pasien dengan perilaku kekerasan sebelum dan sesudah terapi relaksasi otot progresif di RSJ. Prof. Dr. M. Ildrem Medan.

D. Manfaat studi kasus

1. Bagi Subjek Penelitian (Pasien, Keluarga, Masyarakat)

Studi kasus ini diharapkan dapat memberi manfaat serta menambah pemahaman mengenai penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam menangani perilaku kekerasan pada pasien skzofrenia, sekaligus membantu meningkatkan kemandirian subjek penelitian dalam melakukan terapi relaksasi otot progresif.

2. Bagi Tempat Peneliti

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi Rsj Prof, Dr. M.Ildrem Medan sebagai masukan dalam pengembangan pelayanan keperawatan, khususnya dalam upaya penanganan perilaku kekerasan pada pasien skizofrenia.

3. Bagi institusi pendidikan (Poltekkes Kemenkes Medan)

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai bahan pendukung dalam peningkatan kualitas pendidikan, menjadi referensi dan bacaan bagi mahasiswa Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan, serta menambah wawasan dan penerapan ilmu keperawatan terkait terapi relaksasi otot progresif.