BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skizofrenia merupakan penyakit neurologis yang mempengaruhi persepsi penderita mulai dari cara berfikir, bahasa, emosi, dan perilaku sosialnya, sehingga tidak mampu melaksanakan fungsi dasar secara mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari atau *Activity of daily living* (ADL). Penderita skizofrenia bisa dikatakan mandiri apabila mampu memenuhi kebutuhan dasar sehari-hari (makan, minum, buang air besar, buang air kecil, mandi, berdandan), serta bersosialisasi dengan lingkungan tanpa bantuan orang lain (Cahyaningsih dkk., 2024).

Penderita skizofrenia akan mengalami gangguan dalam kognitif, emosional, persepsi serta gangguan dalam tingkah laku. Pasien skizofrenia kronis pada umumnya tidak mampu melaksanakan fungsi dasar secara mandiri, misalnya kebersihan diri, penampilan, dan sosialisasi. Pasien skizofrenia mengalami kemunduran dalam fungsi psikososialnya. Mereka mengalami penurunan kemampuan untuk bergerak dan berkomunikasi dengan orang lain, serta tidak mampu menghadapi realitas(Maryatun, 2025).

Gejala yang paling mudah ditemui dari skizofrenia yaitu halusinasi. Halusinasi adalah persepsi yang salah atau palsu tetapi tidak ada rangsang yang menimbulkannya atau tidak ada objek salah satu gejala halusinasi penderita skizofrenia yang biasa terjadi adalah halusinasi pendengaran. Salah satu penyakit gangguan jiwa yang berat dan terdapat di seulurh dunia yaitu skizofrenia mempengaruhi sekitar 23 juta orang atau 1 dari 345 orang (0,29%) di seluruh dunia. Angka kejadiannya adalah 1 dari 233 orang (0,43%) di antara orang dewasa. Penyakit ini tidak seumum banyak gangguan mental lainnya. Kemunculannya paling sering terjadi pada akhir masa remaja dan usia dua puluhan, dan kemunculannya cenderung terjadi lebih awal pada pria daripada pada Wanita (WHO, 2024).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 prevalensi gangguan jiwa di Indonesia mencapai 630.827 jiwa(SKI, 2024). Prevelensi Sumatera utara meningkat menjadi 7% penduduk . Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan pada 2018, menunjukkan prevalensi Skizofrenia di Indonesia sebanyak 6,7 per 1000 rumah

tangga. Artinya, dari 1.000 rumah tangga terdapat 6,7 rumah tangga yang mempunyai anggota rumah tangga (ART) pengidap skizofrenia dengan DKI Jakarta sebagai prevalensi tertinggi. Indonesia juga menempati DALY rate penderita skizofrenia terbanyak didunia dengan angka mencapai 321 dicatat berdasarkan usia per 100.000 penduduk. Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia memiliki angka yang sangat tinggi penderita skizofrenia. (WHO, 2021).

Sementara itu, di Provinsi Sumatera Utara prevalensi skizofrenia mencapai 1,4 per 1.000 penduduk, dengan angka tertinggi ditemukan di Kabupaten Serdang Bedagai sebesar 2,5 per 1.000 penduduk, Kabupaten Samosir sebesar 2,1 per 1.000 penduduk, dan Kota Medan sebesar 1,1 per 1.000 penduduk. Selain itu, prevalensi skizofrenia di Sumatera Utara dilaporkan mencapai 13,99% dengan kelompok usia terbanyak 15–35 tahun (Auliani dkk., 2024)

Salah satu faktor yang dapat memengaruhi kualitas hidup pasien skizofrenia yaitu kurangnya kemandirian terhadap kebutuhan *Activities Daily Living* (ADL). Kemandirian ADL adalah kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari (ADL) tanpa bantuan. ADL merupakan tugas-tugas rutin yang penting dan biasanya dilakukan dalam sepanjang hari normal. Aktivitas ADL seperti kemampuan merawat diri sendiri antara lain makan, minum, berpakaian, *toiletting* (BAB dan BAK), mandi, serta bersosialisasi. Kemandirian ADL pada penderita skizofernia berhubungan dengan peningkatan kualitas hidup (Jannah dkk., 2026).

Salah satu terapi yang dapat dilakukan adalah Latihan fisik (*Physical exercise*) secara langsung untuk meningkatkan *acivity of daily living (ADL)* dan juga secara tidak langsung meningkatkannya tidak hanya melalui efek mediasi dari kesejahteraan psikologis dan kecerdasan optimis, tetapi juga melalui efek mediasi berantai dari keduanya (Zhang dkk., 2025). Aktivitas fisik yang dilakukan untuk mengembangkan dan menjaga kebugaran fisik (*physical fitness*) dan kesehatan tubuh secara keseluruhan (Faridah, 2025).

Berbagai penelitian menunjukkan Penelitian yang dilakukan oleh Pujiningrum dkk. (2024) mengenai Demonstrasi *Physical Exercise* pada Peningkatan *Daily Activity* Pasien Gangguan Jiwa menunjukkan bahwa pemberian physical exercise mampu meningkatkan kemampuan aktivitas sehari-hari pasien,

meningkatkan kekuatan otot, serta memperbaiki tingkat kemandirian pasien dalam melakukan ADL.

Penelitian Zhang dkk. (2025) menyatakan bahwa physical exercise berpengaruh terhadap peningkatan *Activity of Daily Living* (ADL) pada pasien skizofrenia. Peningkatan tersebut terjadi melalui perbaikan kesejahteraan psikologis, optimisme, serta fungsi fisik pasien sehingga kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari menjadi lebih baik.

Selanjutnya, Firth dkk. (2015) dalam *systematic review* menemukan bahwa exercise merupakan terapi nonfarmakologis yang efektif dalam meningkatkan kebugaran fisik, fungsi kognitif, serta mengurangi gejala negatif pada pasien skizofrenia. Kondisi tersebut berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan fungsional pasien.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan menunjukkan bahwa pada tahun 2025 terdapat 1.435 pasien rawat inap, dengan 1.003 pasien (69,9%) di antaranya terdiagnosis skizofrenia. Selain itu, pada periode Januari sampai Mei 2026 tercatat sebanyak 542 pasien menjalani perawatan rawat inap dan 414 pasien (76,4%) di antaranya merupakan pasien skizofrenia. Data tersebut menunjukkan bahwa skizofrenia masih menjadi diagnosis gangguan jiwa yang mendominasi pelayanan rawat inap di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan dan memerlukan penanganan yang komprehensif, baik dari aspek medis maupun keperawatan. Selain itu juga hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti dengan perawat di RS Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan, diketahui bahwa rumah sakit telah menerapkan program latihan fisik *(physical exercise)* dalam bentuk senam sebagai salah satu kegiatan bagi pasien gangguan jiwa. Kegiatan senam tersebut dilaksanakan secara rutin setiap hari dan diikuti oleh pasien yang berada dalam kondisi stabil sesuai dengan indikasi medis. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kebugaran fisik, memperbaiki kemampuan motorik, meningkatkan interaksi sosial, serta mendorong kemandirian pasien dalam melakukan aktivitas sehari-hari (*Activity of Daily Living*).

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang Penerapan *Physical Exercise* Untuk Meningkatkan *Activity Of Daily Living* Pada Pasien Skizofrenia : Halusinasi Pendengaran Di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah yaitu “Bagaimana penerapan *Physical Exercise* Untuk Meningkatkan *Activity Of Daily Living* Pada Pasien Skizofrenia Di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas penerapan penerapan *Physical Exercise* Untuk Meningkatkan *Activity of Daily Living* Pada Pasien Skizofrenia di RS Jiwa Prof.Dr.M.Ildrem Medan.

2. Tujuan Khusus

a. Mampu melakukan pengkajian dan pengumpulan data pada pasien skizofrenia di RS Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan”.
b. Mampu merumuskan diagnosis keperawatan pada pasien skizofrenia di RS Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan”.
c. Mampu menyusun rencana tindakan asuhan keperawatan pada pasien skizofrenia di RS Jiwa Prof.Dr.M.Ildrem Medan”.
d. Mampu melakukan implementasi keperawatan pada pasien skizofrenia dengan satu implementasi penerapan *physical exercise* di RS Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan”.
e. Mampu mengevaluasi perubahan pasien skizofrenia sebelum dan sesudah penerapan physical exercise untuk meningkatkan *Activity of Daily Living* di RS Jiwa Prof.Dr.M.Ildrem Medan”.

D. Manfaat Penulisan

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan masukan untuk meningkatkan kualitas pendidikan keperawatan, khususnya pada pasien dengan masalah skizofrenia dengan gangguan halusinasi pendengaran.

b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai evaluasi dalam upaya peningkatan mutu pelayanan dalam memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif terutama pada pasien skizofrenia dengan gangguan halusinasi pendengaran.

c. Bagi Penulis Selanjutnya

Penulisan laporan ini diharapkan dapat menjadi acuan referensi bahan pengetahuan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien skizofrenia dengan penerapan *physical exercise* terhadap peningkatan *Activity of Daily Living.*