

BAB IV

TEKNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL

A. CARA MENCARI JURNAL

Situs database jurnal yang digunakan adalah *google scholar* dengan menggunakan *keyword* awal “intervensi” dan “risiko bunuh diri”. Kemudian dalam pencarian penulis memilih tahun dari tahun 2019-2023. Penulis memilih salah satu jurnal penelitian dengan kriteria PICO, yaitu jurnal penelitian dengan judul **Pengaruh Pemberian *Art Drawing Therapy* pada Pasien Risiko Bunuh Diri**. Kriteria PICO pada jurnal yang telah di dapat meliputi P (depresi, bunuh diri), I (*Art Drawing Therapy*), C (-), O (pengurangan tingkat depresi). Jurnal yang di pilih bukan merupakan *literature review* dan tahun yang dipilih masih lebih dari 5 tahun terakhir.

B. RESUME JURNAL

1. Introduction

Gangguan jiwa adalah sindrom pola perilaku seseorang yang secara khas berkaitan dengan suatu gejala penderitaan (*distress*) atau hendaya (*impairment*) di dalam satu atau lebih fungsi yang penting dari manusia, yaitu fungsi psikologik, perilaku, dan gangguan itu tidak hanya terletak di dalam hubungan antara orang itu tetapi juga dengan masyarakat. Orang dengan gangguan jiwa berisiko lebih tinggi dalam percobaan melakukan bunuh diri. Hal itu dikarenakan sering berperilaku agresif pada orang lain dan dirinya sendiri. Bunuh diri dapat disebabkan oleh depresi.

Depresi adalah gangguan mental yang umumnya ditandai dengan perasaan depresi, kehilangan minat atau kesenangan, perasaan bersalah atau rendah diri, sulit tidur atau nafsu makan berkurang, perasaan kelelahan dan kurang konsentrasi. Kondisi tersebut dapat menjadi kronis dan berulang, dan secara substansial dapat mengganggu kemampuan individu dalam menjalankan tanggung jawab sehari-hari. Tingkat paling parah pada depresi dapat menyebabkan bunuh diri.

Bunuh diri adalah tindakan agresif yang dapat merusak diri sendiri. Seseorang yang rentan melakukan bunuh diri biasanya memiliki tanda dan gejala seperti sering bercerita tentang bunuh diri dan melakukan percobaan bunuh diri. Individu juga memiliki suasana hati seperti kesedihan dan menarik diri dari lingkungan sekitar hingga merasa putus asa untuk menjalani hidup.

2. Metode

Penelitian menggunakan jenis kuantitatif dengan rancangan penelitian *Quasi Experiment* dengan *pre test and post test*. Alat penelitian yang digunakan adalah *Beck Depression Inventory* (BDI-II), SOP *art drawing therapy*, kertas gambar dan alat warna. Kegiatan menggambar (*art drawing therapy*) yang dilakukan selama 3 sesi dengan waktu 60 menit, yang mana dalam proses menggambar berdasarkan instruksi dari peneliti.

3. Result

Berdasarkan hasil yang diperoleh, sebelum dilakukan *art drawing therapy* sebagian besar responden tergolong pada depresi sedang, kemudian setelah diberikan intervensi di dapatkan hasil *post test* sebagian besar mengalami depresi ringan.

4. Discussion

Pemberian *Art Drawing Therapy* terbukti efektif untuk mengurangi depresi. *Art Drawing Therapy* dapat mengekspresikan perasaan individu melalui sebuah gambar yang dibuat. Hal tersebut dapat meningkatkan motoric serta kognitif dalam menyelesaikan masalah yang di alaminya saat itu.

Art therapy memiliki kegiatan menggambar atau yang biasa disebut dengan *art drawing therapy*. *Art drawing therapy* dapat memicu emosi dan pikiran sehingga dapat memberi efek menenangkan. *Art drawing therapy* dapat menurunkan depresi dan memungkinkan seseorang mengembangkan coping. *Art drawing therapy* dapat menurunkan tingkat hormon pada tubuh, yaitu hormon kortisol.

Hormon kortisol atau hormone stress yang berkolerasi dengan tingkat stress ditubuh manusia. Sehingga dapat mengeluarkan hormon endorphin yang berefek meningkatkan rasa nyaman dan tenang sehingga otot-otot dalam tubuh yang awalnya tegang akan mengalami relaksasi apabila seseorang melakukan suatu hal dengan senang hati.

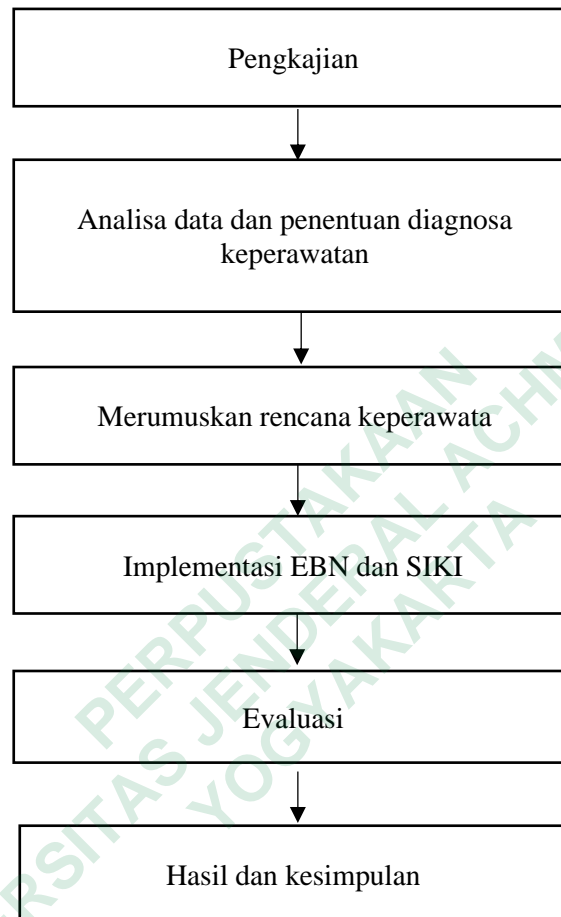
C. APLIKASI JURNAL PADA KASUS

1. Penerapan

Subjek dalam karya ilmiah ini berjumlah 1 orang pasien dengan kriteria inklusi yaitu pasien kooperatif, bersedia mengikuti *art drawing therapy* selama 3 hari, dan kriteria eksklusi yaitu pasien tidak kooperatif, pasien dalam kondisi memberontak. Pada penyusunan karya ilmiah ini penulis menggunakan pendekatan proses asuhan keperawatan yang diawali dengan pengkajian, analisa data, perumusan diagnosa keperawatan, perencanaan tindakan keperawatan, pelaksanaan tindakan keperawatan, dan evaluasi dari pelaksanaan tindakan keperawatan.

Intervensi berlangsung selama 3 hari dengan waktu 60 menit pada tiap-tiap pelaksanaan. Pada hari pertama dilakukan *pre-test* menggunakan kuesioner BDI, setelah itu melaksanakan kegiatan *art drawing therapy* sesuai prosedur SOP. Pada hari ke dua dilakukan *art drawing therapy* sesuai dengan prosedur SOP seperti hari pertama. Pada hari ke tiga dilakukan *art drawing therapy* kembali, kemudian melakukan *post-test* BDI untuk mengetahui derajat depresi pasien setelah dilakukan *art drawing therapy*.

Subjek dalam karya ilmiah ini akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti. Adapun alur dalam rencana penerapan yaitu sebagai berikut:



Gambar 4.1 Alur Rencana Penerapan

2. Standar operasional prosedur (SOP)

Tabel 4.1 Standar Operasional Prosedur (SOP) *Art Drawing Therapy*

Pengertian	<i>Art Therapy</i> adalah sebuah teknik yang didasari pada gagasan bahwa ekspresi kreatif mampu mendorong penyembuhan serta kesejahteraan mental. Terapi seni dipercaya bisa digunakan untuk berbagai macam masalah, mulai dari gangguan kecemasan, gangguan makan, masalah emosional, hingga masalah keluarga atau hubungan (Utari, 2023)
Tujuan	untuk memanfaatkan suatu proses kreatif dalam membantu seseorang mengenal diri, sehingga hasilnya orang tersebut akan bisa dengan mudah menghadapi suatu permasalahan pada dirinya (Saputra, 2021).
Indikasi	<p><u>Gangguan kecemasan :</u> <i>Art Drawing Therapy</i> dapat membantu individu yang mengalami gangguan kecemasan seperti gangguan kecemasan seperti gangguan kecemasan umum, gangguan panic, atau gangguan stress pasca trauma. Melalui seni, individu dapat mengekspresikan dan mengurangi kecemasan yang mereka rasakan.</p> <p><u>Depresi :</u> Terapi melukis dan menggambar dapat membantu individu yang mengalami depresi dengan memberikan saluran ekspresi untuk perasaan yang terpendam. Aktivitas seni ini dapat meningkatkan suasana hati, mengurangi gejala depresi, dan mempromosikan perasaan positif.</p> <p><u>Gangguan makan :</u> Bagi individu dengan gangguan makan seperti anoreksia atau bulimia, <i>art drawing therapy</i> dapat menjadi alat untuk menjelajahi dan mengungkapkan perasaan terkait makanan, citra tubuh, dan masalah psikologis yang mendasarinya.</p> <p><u>Trauma dan PTSD :</u> <i>Art drawing therapy</i> dapat membantu individu yang mengalami trauma atau gangguan stress pasca trauma (PTSD). Melalui seni, mereka dapat mengolah dan memproses dengan cara yang aman dan mendukung.</p>

Gangguan perkembangan :

Art drawing therapy dapat berguna bagi individu dengan gangguan perkembangan seperti autisme, ADHD, atau gangguan spektrum neurologis lainnya. Terapi seni dapat membantu meningkatkan keterampilan sosial, komunikasi, dan ekspresi diri.

Stress dan kelelahan :

Art drawing therapy dapat digunakan untuk mengurangi stress, kelelahan, atau kelelahan emosional. Aktivitas seni ini dapat memberikan wadah untuk merileksasikan pikiran, menjaga keseimbangan emosional, dan meningkatkan kesejahteraan keseluruhan.

Masalah pengaturan emosi :

Bagi individu yang mengalami kesulitan dalam mengatur emosi, *art drawing therapy* dapat membantu mereka mengidentifikasi, mengekspresikan, dan mengelola emosi mereka melalui proses kreatif. Terapi ini dapat mengajarkan keterampilan pengaturan emosi yang sehat.

Kondisi kronis atau penyakit fisik :

Terapi seni juga dapat bermanfaat bagi individu dengan kondisi kronis atau penyakit fisik. Melalui seni, mereka dapat mengungkapkan pengalaman mereka dengan kondisi kesehatan mereka, mengurangi stress, dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (Suhardja, *Drawing As Art Therapy: Spiritualitas yang Membebaskan*, 2022).

Prosedur

Persiapan

- a. Persiapan alat dan bahan (material pembuatan karya gambar)
 - 1) Kertas gambar
 - 2) Pensil warna / cat air / *oil pasta*
 - 3) *Tissue*
 - b. Persiapan tempat
 - 1) Memilih tempat yang nyaman (suhu ruangan yang disesuaikan)
 - 2) Memilih tempat dengan cahaya cukup (tidak terlalu terang atau redup)
 - 3) Memilih tempat yang bebas bising (kedap suara lebih baik)
 - c. Persiapan peserta
 - 1) Menyiapkan prosedur dan kesepakatan jadwal terapi dengan peserta terapi
-

Fase Kerja

- a. Mengucapkan salam
- b. Menanyakan kabar
- c. Mengenalkan diri
- d. Menyampaikan tujuan terapi dan kesepakatan jadwal terapi
- e. Menyepakati kontrak waktu
- f. Memvalidasi data peserta (berkenalan)
- g. Membagikan / memastikan ketersediaan material terapi
- h. Memulai dengan berdoa
- i. Melakukan sesi *warming up* (pemasaran)
 - 1) Meminta peserta terapi mengambil satu kertas (media) untuk menggambar
 - 2) Meminta membagi 2 bagian dari kertas dengan melipatnya
 - 3) Memberikan nomor atau tanda masing-masing pada setiap bagian
 - 4) Menutup peserta untuk mengikuti terapis / perawat menggambar pola :



- 5) Meminta peserta untuk mewarnai sesuai selera
 - j. Melakukan sesi inti dari *Art Drawing Therapy : Art Making* :
 - 1) Meminta peserta membalik kertas yang sebelumnya telah digambar 2 pola yang terpadu, atau mengambil kertas baru
 - 2) Meminta peserta menggambar sesuai terapi (di tentukan terkait keadaan dan tujuan terapi), misal: gambaran peserta saat ini bila diwakilkan simbol atau warna, tulisan teretntu
 - 3) Perawat / terapis mendampingi peserta dengan melakukan hal yang sama dengan yang dilakukan peserta
-

-
- 4) Memberikan waktu dan ketenangan saat melakukan proses *Art Making*
 - k. Melanjutkan sesi inti *Art Drawing Therapy : Art Sharing*
 - 1) Menyampaikan *Art Sharing* dengan memulai dari terapis / perawat terlebih dahulu, dengan menceritakan makna dari gambar / karya yang telah di buat
 - 2) Meminta peserta bergantian untuk menceritakan hasil karyanya
 - 3) Memberikan ruang ekspresi (menagis, tertawa, atau diam) saat proses bercerita
 - 4) Bila peserta tidak mampu menceritakan dalam kelompok bisa ditawarkan untuk bercerita secara individual
 - 5) Memberikan *reinforcement* positif dengan jujur

Terminasi

- a. Menanyakan perasaan peserta setelah mengakhiri proses cerita
- b. Menutup pertemuan
- c. Mengingatkan kembali jadwal terapi berikutnya
- d. Menutup dengan salam dan doa

Dokumentasi

- a. Daftar hadir peserta
- b. Tema pada sesi yang dilakukan
- c. Tempat, waktu, dan kejadian penting
(Dewi & Batubara, 2022)

Referensi	<p>Dewi, M. A., & Batubara, I. M. (2022). Pengaruh Pemberian Art Drawing Therapy terhadap Derajat Depresi pada Pasien Risiko Bunuh Diri.</p> <p>Saputra, A. (2021, Juli 02). <i>Art Thepay: Cara Unik dan Beda dalam Meningkatkan Kesehatan Mental</i>. Retrieved from aido.id: https://aido.id/health-articles/art-therapy-cara-unik-dan-beda-dalam-meningkatkan-kesehatan-mental/detail</p> <p>Suhardja, G. (2022). <i>Drawing As Art Therapy: Spiritualitas yang Membebaskan</i>. PT Kanisius.</p> <p>Utari, R. (2023, April 19). <i>Kenali Art Therapy untuk atasi Gangguan Mental</i>. Retrieved from sehatq.com: https://www.sehatq.com/artikel/bisakah-anak-nakal-menjadi-baik-dengan-art-therapy</p>
-----------	--

3. Observasi

Dalam karya ilmiah ini penulis melakukan pengamatan terhadap perubahan tanda dan gejala depresi yang di alami pasien. Sebelum dan sesudah melakukan *art drawing therapy*, pasien dianjurkan untuk mengerjakan kuesiner BDI (*Back Depretion Inventory*) terlebih dahulu. Observasi dilakukan selama 3 hari hingga didapatkan hasil sesuai tujuan dalam asuhan keperawatan.

4. Hasil

1. Ada pengaruh *art drawing therapy* terhadap derajat depresi pada pasien risiko bunuh diri.
2. Ada pengaruh strategi pelaksanaan dan afirmasi positif terhadap derajat depresi pada pasien risiko bunuh diri dibuktikan dengan klien dapat mengungkapkan perasaan lebih baik. *Art drawing therapy* dapat membantu klien mengkespresikan perasaan melalui sebuah gambar serta dapat meningkatkan motorik dan kognitif dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya saat itu.