

BAB V

PEMBAHASAN

A. Analisa Data Pengkajian

Penulis akan membahas masalah yang telah ditemui saat melakukan asuhan keperawatan jiwa pada pasien skizofrenia dengan kecemasan di RSJ Grhasia Yogyakarta. Adapun masalah tersebut adanya kesenjangan antara teori dan hasil dari asuhan keperawatan berupa diagnose keperawatan, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi.

1. Hasil pengkajian

Tn P berusia 62 tahun dibawa ke RSJ karena dirumah sering melihat polisi dan takut. Pasien mengatakan cemas degan keadaannya sekarang dan pasien ingin cepat cepat pulang dan segera menikah. Pembicaraan pasien lambat, tampak melamun, tampak khawatir dan gelisah. Pasien memiliki riwayat sakit jiwa sejak oktober 2015. Pasien menyadari bahwa dia memiliki gangguan jiwa yaitu halusinasi. Kecemasan dapat dicirikan melalui ciri psikologis seperti kecemasan, ketakutan atau ketakutan yang mengganggu perihal masa yang akan datang, kesadaran yang mendalam, ketakutan kehilangan kontrol, memikirkan hal yang sama berulang kali, pikiran yang kacau, kesulitan memusatkan pikiran, dan berpikir segalanya tidak dapat dikontrol(Chaerunisa, 2022). Kecemasan dan ketakutan yang dialami oleh lansia disebabkan oleh perasaan cemas akan perubahan fisik dan fungsi anggota tubuh, cemas akan kekuatan sosial, cemas akan tersingkir dari kehidupan sosial, takut penyakit, takut mati serta takut kekurangan uang(Khasanah, 2019).

kecemasan merupakan respon emosional yang ditandai dengan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Kecemasan adalah ketakutan yang tidak nyata, perasaan terancam sebagai tanggapan berlebihan terhadap sesuatu yang sebenarnya tidak mengancam Calhoun dan Acocella (dalam

Norrakhman, 2018).

Kecemasan pada Tn P di sebabkan karena faktor kesehariannya dan kesehatannya, kecemasan pada lansia seperti kecemasan akan penyakitnya, kecemasan sesuatu hal buruk menimpa dirinya membuat susah untuk tidur, kehilangan minat akan sesuatu dan jarang berinteraksi dengan lansia lainnya dikarenakan seringnya pembicaraan yang tidak nyambung antara sesama lansia. Kecemasan merupakan perasaan takut yang bersifat lama pada sesuatu yang tidak jelas dan berhubungan dengan perasaan yang tidak menentu dan tidak bedaya. Hal senada diungkapkan oleh Lubis menyatakan bahwa kecemasan adalah takut akan kelemahan. Kecemasan merupakan perasaan yang kita alami ketika berpikir tentang sesuatu tidak menyenangkan yang akan terjadi (Muyasaroh, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Noorrakhman & Pratikto (2022) dimana setelah melakukan teknik relaksasi nafas dalam (deep breathing) hasil skala kecemasan Becks Anxiety Inventory, kecemasan anggota kelompok lansia mengalami penurunan dengan kategori ringan mendapatkan hasil p value adalah $0,043 < 0,05$ dimana hal ini berarti terdapat perbedaan kondisi kecemasan pada kelompok lansia sebelum dan sesudah melakukan teknik relaksasi nafas dalam (depth breathing) di panti werdha hargo dedali Surabaya. Adapun hasil penelitian yang dilakukan Ghofur dan Purwoko (2007). yaitu adanya perubahan tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah pemberian relaksasi nafas dalam (depth breathing) memperlihatkan penurunan angka tingkat kecemasan pada pasien persalinan.

2. Diagnose Keperawatan

Pada tinjauan kasus, diagnose yang muncul pada tanggal 25 Juli 2023 yaitu :

a. Ansietas berhubungan dengan krisis situasional

Pengkajian yang diambil dari diagnose tersebut yaitu pasien mengatakan cemas dengan keadaannya sekarang dan ingin cepat pulang. Pasien juga sulit berkonsentrasi, pasien tampak tegang, pasien

tampak gelisah. keadaan emosional yang mempunyai ciri-ciri seperti keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif atau keadaan khawatir yang mengeluh bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi (Nasuha et al.,2018).

b. Gangguan persepsi sensori berhubungan dengan halusinasi pendengaran

Pengkajian yang diambil dari diagnose tersebut yaitu pasien mengatakan sering mendengar bisikan-bisikan yang berbahaya, suara terdengara cukup nyaring dengan durasi ± 2 menit. Dimana Halusinasi yang terdengar oleh pasien berupa rangsangan yaitu pasien mendengar suara manusia yang sebenarnya tidak ada. Pasien akan mendengar suara orang lain sesuai dengan apa yang dipikirkan pasien suara yang memanggilnya (Patimah, 2021).

B. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan merupakan suatu proses dalam pemecahan masalah keperawatan yang merupakan keputusan awal tentang apa yang akan dilakukan dari semua tindakan keperawatan sehingga tujuan yang telah direncanakan dapat tercapai(Rosidin et al., 2019).

Berdasarkan dari hasil diagnose yang didapat intervensi yang diberikan pada diagnosa Ansietas berhubungan dengan krisis situasional adalah membantu pasien untuk bercerita untuk menguraikan perasaan yang sedang di alami sekarang lalu memberitahu pasien penyebab ansietas tersebut dan memberitahu perilaku apa saja yang bisa menyebabkan ansietas. rutin untuk meminum obat dan menerapkan tehnik non farmakologi relaksasi nafas dalam sejalan dengan penelitian (Noorakhman & Pratikto, 2022) relaksasi adalah salah satu cara mengatasi kecemasan, teknik relaksasi itu sendiri memiliki macam-macam Teknik dan cara seperti relaksasi otot progresif, meditasi, pijat/massage, teknik pernapasan diafragma, yoga terapi musik visualisasi, dan relaksasi nafas dalam yang akan dipergunakan dalam penelitian ini untuk menurunkan kecemasan pada kelompok lansia.

Diagnosa Gangguan persepsi sensori berhubungan dengan halusinasi pendengaran menganjurkan pasien untuk membuat jadwal harian dan menganjurkan menghardik guna untuk menghilangkan halusinasi sejalan dengan penelitian A. Akbar & Rahayu(2021) Untuk mengurangi dampak yang ditimbulkan membutuhkan peran aktif perawat yang mempunyai keilmuan keperawatan jiwa. Terapi modalitas merupakan terapi utama untuk proses keperawatan jiwa yang juga bertujuan menolong seseorang keluar dari kesulitannya dalam berbagai bidang kehidupan dan masalahnya termasuk dalam bidang gangguan psikiatrik. Jenis terapi modalitas meliputi terapi individual, terapi lingkungan, terapi biologis, terapi kognitif, terapi keluarga, terapi perilaku, terapi bermain, dan terapi spiritual atau terapi religious.

Intervensi yang dilakukan oleh penulis pada Tn.P adalah terapi relaksasi nafas dalam: relaksasi nafas dalam dimana terapi ini memiliki keefektifan untuk mengurangi kecemasan. Klien mengatakan setelah melakukan terapi relasasi nafas dalam merasa rileks dan lebih nyaman. Klien juga mengatakan setelah melakukan relaksasi nafas dalam, kecemasan klien menurun.

Smeltzer & Bare (2018) adalah suatu teknik olah nafas yang bertujuan untuk meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas, mencegah atelektasi paru, meningkatkan efesiensi batuk, mengurangi stres baik stres fisik maupun emosional yaitu menurunkan intensitas nyeri dan menurunkan kecemasan. Teknik relaksasi nafas dalam (depth breathing) dipercaya dapat menurunkan kecemasan melalui merileksasikan ketegangan otot yang terjadi saat cemas.

Terdapat hasil pre dan post dari intervensi selama 3 hari pada hari pertama sebelum dilakukan intervensi dilakukan pengukuran kecemasan menggunakan HARS dengan hasil cemas dengan skor(3), lesu, mudah menangis, gelisah, sedih, penglihatan kabur, gelisah, tidak tenang dengan skor(2) dan firasat buruk, takut akan pikiran, merasa tegang, tak bisa istirahat tenang, mudah terkejut, takut pada gelap, takut pada orang asing, tidur tidak nyenyak, sulit tidur, bangun dengan lesu, banyak mengalami mimpi-mimpi, sulit konsentrasi, daya ingat buruk, hilangnya minat, berkurangnya kesenangan

pada hobi, bangun dini hari, perasaan berubah ubah sepanjang hari, sakit dan nyeri di otot-otot, merasa lemah, nafas pendek atau sesak, sering buang air kecil, pusing dan skit kepala, dengan skor(1) setelah dilakukan intervensi terdapat perubahan pada klien dengan hasil cemas menurun(2), lesu, gelisah menurun(1).

Pada hari kedua sebelum dilakukan intervensi dilakukan pengukuran kecemasan menggunakan HARS dengan hasil cemas, penglihatan kabur(2), firasat buruk, takut akan pikiran, merasa tegang, lesu, tak bisa istirahat tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gelisah, takut pada gelap, takut pada orang asing, tidur tidak nyenyak, sulit tidur, bangun dengan lesu, banyak mengalami mimpi-mimpi, sulit konsentrasi, daya ingat buruk, hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah ubah sepanjang hari, sakit dan nyeri di otot-otot, merasa lemah, sering buang air kecil, pusing dan skit kepala (1) setelah dilakukan intervensi terdapat perubahan pada klien dengan hasil cemas menurun (1) dan firasat buruk, merasa tegang, hilangnya minat menjadi hilang dengan skor(0).

Pada hari kedua sebelum dilakukan intervensi dilakukan pengukuran kecemasan menggunakan HARS dengan hasil cemas, merasa tegang, lesu, mudah menangis, gelisah, takut pada gelap, takut pada orang asing, tidur tidak nyenyak, sulit tidur, bangun dengan lesu, banyak mengalami mimpi-mimpi, sulit konsentrasi, daya ingat buruk, hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah ubah sepanjang hari, sakit dan nyeri di otot-otot, penglihatan kabur, merasa lemah, sering buang air kecil, pusing dan skit kepala, gelisah (1) setelah dilakukan intervensi selama 3 hari terdapat perubahan pada klien dengan hasil cemas, merasa tegang, hilang minat, penglihatan kabur menjadi hilang dengan skor(0).

C. Analisis Hasil Implementasi Relaksasi Nafas Dalam

Implementasi keperawatan merupakan pelaksanaan kegiatan yang telah direncanakan oleh perawat untuk membantu pasien dari masalah yang dihadapi ke status kesehatan yang lebih baik dan menggambarkan kriteria hasil yang diharapkan (Rosidin et al., 2019).

Pada laporan hasil implementasi ini, diagnosa keperawatan prioritas yaitu Ansietas berhubungan dengan krisis situasional dengan tindakan yang berfokus pada penerapan relaksasi nafas dalam. Penatalaksanaan non-farmakologis pada diagnose ini dapat dilakukan dengan penerapan relaksasi nafas dalam merupakan tehnik relaksasi untuk membantu dan mengontrol kecemasan pada pasien dengan ansietas, dalam satu hari di lakukan 1x intervensi dan pada saat klien merasa cemas dengan waktu kurang lebih 5 menit terapi relaksasi nafas dalam dengan situasi ruang yang nyaman. Smeltzer & Bare (2018) adalah suatu teknik olah nafas yang bertujuan untuk meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas, mencegah atelektasi paru, meningkatkan efesiensi batuk, mengurangi stres baik stres fisik maupun emosional yaitu menurunkan intensitas nyeri dan menurunkan kecemasan. Teknik relaksasi nafas dalam (depth breathing) dipercaya dapat menurunkan kecemasan melalui merileksasikan ketegangan otot yang terjadi saat cemas.

D. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan adalah membandingkan hasil pelaksanaan tindakan keperawatan dengan tujuan dan kriteria yang sudah ditetapkan (Rosidin et al., 2019). Berdasarkan dari dua diagnosa keperawatan yang didapat, evaluasi keperawatan untuk diagnosa ansietas disarankan untuk menerapkan tehnik relaksasi nafas dalam. Dimana didapatkan data subjektif pasien akan melaksanakan ataupun menerapkan arahan yang telah diberikan untuk menjaga kecemasannya.

Evaluasi keperawatan pada diagnosa Gangguan persepsi sensori didapatkan data subjektif pasien mengatakan akan melakukan cara menghardik ,meminum obat dan membuat jadwal harian. agar tidak mengalami halusinasi.

Berdasarkan implementasi yang telah dilakukan pada diagnosa utama, menurut nalaisa penulis tentang pemberian relaksasi nafas dalam dapat membantu menurunkan kecemasan pada pasien dengan ansietas, dikarenakan manfaat dari relaksasi nafas dalam dapat meningkatkan ventilasi alveoli,

memelihara pertukaran gas, mengurangi stres baik stres fisik maupun emosional intervensi dilakukan selama 3 kali dalam 3 hari dapat menunjukkan adanya pengaruh penurunan kecemasan pada lansia yang dimana didapatkan hasil Hemilton Anxiety Rating Scale (HARS) pasien sebelum dilakukan didapati tingkat kecemasan pada klien diukur dengan menggunakan skala kecemasan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), Pada hari pertama sebelum intervensi dengan (kecemasan berat) 39 menurun ke 34 (kecemasan berat). Pada hari ke dua di sebelum intervensi dengan (kecemasan berat) 31 menurun (kecemasan sedang) 27, Pada hari ketiga sebelum intervensi dengan (kecemasan sedang) 25 menurun ke 20 (kecemasan ringan). setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam (deep breathing) selama 3 hari berada pada kategori ringan dengan skor dibawah 20 yang artinya mengalami penurunan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noorrahman & Pratikto (2022) didapati tingkat kecemasan pada lansia diukur dengan menggunakan skala kecemasan Becks Anxiety Inventory, menunjukkan sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam (deep breathing) berada pada kategori ringan dan sedang dengan skor diatas 10. akan tetapi setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam (deep breathing) berada pada kategori ringan dengan skor dibawah 10.

Hal ini sejalan juga dengan penelitian Nasuha (2016) tingkat kecemasan pada lansia sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam lebih dominan lansia merasakan kecemasan sedang sebanyak 10 (77%). Tingkat kecemasan pada lansia setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam lebih dominan lansia merasakan kecemasan ringan sebanyak 10 (77%) penurunan angka tingkat kecemasan pada pasien lansia setelah diberikan prosedur teknik nafas dalam