

Terapi Ners Generalis Ansietas Pada Anggota Keluarga Yang Merawat Orang Dengan Gangguan Jiwa

Onisimus Umbu Daha¹, Ahmad Guntur Alfianto², Miftakhul Ulfa³
STIKES Widyagama Husada Malang
e-mail : onisimusdaha@gmail.com

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has created problems such as mental health. Mental health changes occur in families who are caring for family members with mental disorders. The mental health problem is the anxiety of efforts that can be done by providing therapy to the generalist nurse in session 1. The purpose of this study is to analyze the therapeutic process for the generalist nurse in session 1 in families experiencing the effects of caring for family members with mental disorders during the Covid 19 pandemic. The method used is a case study report using descriptive approach. The data collection instrument used was a mental nursing assessment format with a Stuart assessment format. The results obtained after carrying out the generalist nurse implementation standard for the three participants were knowing the problem, the participants were able to understand the signs, symptoms and the process of understanding and the participants were able to analyze the effects of anxiety when caring for family members with ODGJ during the Covid 19 pandemic. obtained from the results of the case report is the ability of the participants to complete session 1 generalist nurse therapy when caring for family members with ODGJ during the Covid 19 pandemic.

Keywords: Anxiety, Therapy, General Nurses

ABSTRAK

Pandemi Covid 19 menjadikan permasalahan seperti kesehatan jiwa. Perubahan kesehatan jiwa tersebut terjadi pada keluarga yang sedang merawat anggota keluarga dengan gangguan jiwa. Masalah kesehatan jiwa tersebut adalah kecemasan upaya yang dapat dilakukan dengan memberikan terapi ners generalis sesi 1. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui proses terapi ners generalis sesi 1 pada keluarga yang mengalami kecemasan akibat merawat anggota keluarga dengan gangguan jiwa di masa pandemi Covid 19. Metode yang digunakan adalah laporan kasus dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan format pengkajian asuhan keperawatan jiwa dengan format pengkajian Stuart. Hasil yang di dapatkan dari ke tiga partisipan setelah dilakukan standar pelaksanaan ners generalis pada ketiga partisipan adalah partisipan mampu mengenal masalahnya, partisipan mampu memahami tentang pengertian, tanda gejala dan proses terjadinya kecemasan serta partisipan mampu menganalisis akibat dari kecemasan saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa pandemi Covid 19. Kesimpulan yang didapatkan dari hasil laporan kasus adalah didapatkan adanya kemampuan partisipan dalam menyelesaikan terapi ners generalis sesi 1 saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa pandemi Covid 19.

Kata kunci : Kecemasan, Terapi, Ners Generalis

PENDAHULUAN

Sejak Pandemi Covid 19 dua tahun lalu telah terjadi permasalahan khususnya di kesehatan jiwa. Hasil survai menunjukkan di kota Malang tahun 2021 tentang tingkat kecemasan masyarakat terhadap Covid 19 adalah kecemasan ringan (74,2%) dari total 171 Responden (Guntur, 2021) . Hal tersebut juga menjadikan suatu permasalahan yang tidak hanya dirasakan oleh kalangan umum.

Salah satu permasalahan yang di hadapai masyarakat dengan Orang Ganggun Jiwa (ODGJ) adalah hambatan dalam merawat mereka (Chen dkk., 2019). Hasil survei pada 10 keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami ganggun jiwa berat di temukan bahwa mereka khawatir selama pandemi Covid 19 tidak mampu merawat dengan baik, masalah keuangan saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ dan tidak mendapatkan perawatan yang layak saat pandemi Covid 19 (Indriati dkk., 2021).

Faktor penyebab dari masalah psikososial yang di hadapai oleh keluarga saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ adalah kurangnya pengetahuan tentang layanan kesehatan saat pandemi Covid 19 terutama di layanan komunitas (Xiang dkk., 2020). Kurangnya pengetahuan

tersebut menyebabkan permasalahan kesehatan jiwa seperti cemas, stress hingga muncul stigma negatif. (Wandira dkk., 2021). Layanan kesehatan dan keperawatan saat pandemi Covid 19 berubah kearah lebih menekankan kepada protokol kesehatan atau tidak dilakukan sama sekali. Di kecamatan Bantur layanan di komunitas selama pandemi Covid 19 tidak di laksanakan dengan baik (Ahmad Guntur Alfianto, Kurniawan Erman Wicaksono, Mizam Ari Kurniyanti, 2021).

Upaya yang telah dilakukan oleh puskesmas yaitu dengan mengadakan Kader posyandu jiwa, kader posyandu ini sendiri dibentuk dari kader kesehatan jiwa yang mengharuskan mereka mempunyai peran mencegah masalah kesehatan jiwa di komunitas serta melakukan perannya sebagai Kader Kesehatan Jiwa (KKJ). Adapun peran dari seorang Kader Kesehatan Jiwa (KKJ) adalah mendeteksi dini adanya gangguan baru, mengunjungi rumah-rumah pasien, sebagai perujuk pasien ke puskesmas, memotivasi masyarakat untuk mengunjungi kegiatan yang diadakan puskesmas dan sebagai pendokumentasi (Widodo, 2019). Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh perawat dalam mengurangi masalah kecemasan akibat pandemi Covid 19 saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ dengan terapi ners generalis (M. Putri, R.

Ningsih, I. Fidora, 2021). Terapi generalis keperawatan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang dengan masalah kecemasan dapat menggunakan strategi pelaksanaan pertama pada pasien atau keluarga ansietas yaitu mengenal kecemasan (Keliat, 2019). Dengan adanya terpai ners generalis pada pasien dengan kecemasan dapat menurunkan gejala kecemasan (Wicaksana dkk., 2018).

Lapron kasus ini berdasarkan pengalaman terapis dalam melakukan asuhan keperawatan kepada keluarga dengan merawat ODGJ di wilayah kerja puskesmas Bantur. Hasil laporan analisi data ke 3 keluarga yang merawat anggota keluarga dengan ODGJ mengeluh keterlambatan dalam mendapatkan obat, kemudian tidak adanya kegiatan poyandu jiwa saat pandemi Covid 19. Sehingga mereka berpersepsi dan khawatir jiwa anggota keluarganya yang mengalami ODGJ kambuh kembali. Oleh karena itu dalam mengatasi masalah tersebut terapi melakukan terapi ners generalis pada klien tersebut.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada penelitian adalah *Case Report* dengan pendekatan deskriptif. Studi dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas Bantur Kabupaten Malang.

Studi tersebut juga di laksanakan pada bulan November 2021.

Subyek penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah Keluarga inti atau (orang yang merawat klien) yaitu suami klien dan ada juga yang sebagai kakak klien, Keluarga yang tinggal dalam satu rumah dan terlibat dalam perawatan sehari-hari, Keluarga mampu berbahasa Indonesia dengan baik, Keluarga yang mengalami kecemasan saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ. Instrument pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan format pengkajian asuhan keperawatan jiwa dengan format pengkajian Stuart.

Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara, observasi, Dokumentasi. Etika yang mendasari penyusunan studi kasus antara lain *Informed Consent* (persetujuan menjadi responden), *Anonimity* (tanpa nama), *Rahasia (confidentiality)*. Dan analisis data yang digunakan adalah univariat.

HASIL

Berdasarkan hasil pengkajian menggunakan format pengkajian keperawatan jiwa masalah keperawatan yang dialami oleh ketiga klien tersebut adalah mereka mengalami kecemasan saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa pandemi Covid 19. Hasil tersebut di peroleh dari 3 klien yang menjadi

keluarga inti (pasangan hidup suami/istri) sebagai klien yang merawat ODGJ tersebut. Dari permasalahan yang ketiga klien tersebut terapis melakukan tindakan ners generalis pada keluarga. Dari data yang di dapatkan keluarga klien mengatakan merasa cemas dan khawatir dengan keadaan anggota keluarganya dan keluarga klien tampak terlihat cemas Karena pada data fokus yang menyabakan faktor presipitasi dari kecemasan tersebut adalah masalah kognitif klien, maka terapis melakukan terapi ners generalis pada keluarga sesi 1.

Sesi 1 dilakukan pada tanggal 01 Desember 2021 dan dilakukan selama rata-rata kurang lebih 45 menit kepada 3 reponden disetiap sesinya dengan mengenalkan tentang kecemasan pada keluarga. Indikator dari mengenal kecemasan saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ adalah mendiskusikan masalah dalam merawat, masalah yang dihadapi keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa Pandemi Covid 19, menjelaskan kepada keluarga pengertian, tanda dan gejala, dan proses terjadinya kecemasan, dan indikator terakhir adalah mendiskusikan akibat yang mungkin terjadi jika merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa pandemi Covid 19.

Tabel 1. Pernyataan klien yang mengalami kecemasan saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa Pandemi Covid 19 saat di berikan terapi ners generalis

Indikator	Klien 1	Klien 2	Klien 3
mendiskusikan masalah dalam merawat, masalah yang dihadapi keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa Pandemi Covid 19	Klien mengatakan khawatir saat ini pandemi Covid 19, sehingga anggota keluarga menjadi kambuh	Klien mengatakan sudah hampir 2 tahun tidak ada kegiatan posyandu jiwa, jadi anggota keluarga dengan ODGJ menjadi mengkhawatirkan	Klien mengatakan saat ini telat mengambil obat, karena layanan poli jiwa selama pandemi Covid 19 di Puskesmas bantuan tidak berjalan seperti jadwal
menjelaskan kepada keluarga pengertian, tanda dan gejala, dan proses terjadinya kecemasan,	Klien mampu memahami tentang pengertian, tanda gejala dan proses terjadinya kecemasan	Klien mampu memahami tentang kecemasan mulai dari pengertian, tanda gejala, dan proses terjadinya kecemasan	Klien mampu memahami tentang pengertian, tanda gejala, dan proses terjadinya kecemasan
mendiskusikan akibat yang mungkin terjadi jika merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa pandemi Covid 19	Klien mengatakan terjadi susah tidur, malas makan	Klien mengatakan pusing, dan dada berdebar	Klien mengatakan susah tidur dan mengganggu aktivitas lainnya

Berdasarkan tabel 1. tersebut bahwa ketiaga klien dalam mengenal masalah tentang kecemasan dalam merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa pandemi Covid 19 adalah layanan di komunitas yang kurang maksimal selama pandemi Covid 19 sehingga menyebabkan kekhawatiran keluarga yaitu anggota keluarga menjadi kambuh. Sedangkan pada indikator ke dua menyebutkan bahwa ke tiga klien tersebut mampu mengenal kecemasan dan indikator terakhir adalah klien memahami tentang akibat dari kecemasan seperti susah tidur, gangguan kardiovaskuler dan aktivitas sehari-hari.

PEMBAHASAN

Terapi ners generalis adalah bentuk terapi yang bisa dilakukan oleh perawat dalam melakukan intervensi keperawatan. Terapi ners generalis pada klien dengan masalah kejiwaan (kecemasan) melalui 5 sesi. Strategi pelaksanaan 1 (SP1) Membina hubungan saling percaya, Menyebutkan penyebab ansietas, Menyebutkan situasi yang menyertai ansietas, Menyebutkan perilaku terkait ansietas, Melakukan teknik pengalihan situasi. Strategi pelaksanaan 2 (SP2) Melakukan teknik tarik napas dalam, strategi pelaksanaan 3 (SP 3) Melakukan teknik relaksasi otot dan strategi pelaksanaan 4 (SP 4) Melakukan teknik relaksasi lima jari (SP 5) melakukan kegiatan spritual (Alfianto, Ahmad Guntur, Ulfa, 2021).

Terapi ners generalis pada keluarga dengan kecemasan dalam merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa pandemi Covid 19 hanya dilakukan pada sesi 1. Sesi 1 studi kasus ini berfokus kepada mengenal masalah kecemasan, hingga akibat yang di rasakan ketika mengalami kecemasan saat merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa Pandemi Covi 19 (Sovitriana, 2021). Sesi 1 dalam mengenal masalah kecemasan pada klien memang sangat efektif digunakan pada sesi 1. Karena pada sesi 1 ini klien akan diberi pengetahuan tentang kognitif negatif yang dapat menyebabkan kecemasan (Stuart, 2013).

Pengetahuan atau kognitif negatif terhadap suatu objek akan menyebabkan masalah kesehatan jiwa. Kognitif di peroleh dari sistem otak kemudian diterjemahkan kedalam bentuk perilaku yang didalamnya terdapat sikap seperti perasaan (Quílez-Robres dkk., 2021). Pikiran negatif muncul karena terdapat suatu masalah seperti beban, kekhawatiran hingga terjadi perubahan secara fisiologis pada seseorang (Haynes & Jakobi, 2021).

Dampak perubahan kognitif tersebut dapat mempegaruhi ke perilaku seseorang. Perilaku yang nampak pada masalah kecemasan yang disebabkan oleh perubahan kognitif seperti malas melakukan aktivitas sehari-hari (Alenezi

dkk., 2021). Selain itu perubahan fisiologis pada seseorang yang mengalami kecemasan seperti terjadinya peningkatan tekanan darah hingga muncul berdebar-debar pada area dada (Mezue dkk., 2021). Selain itu seseorang dengan masalah kejiwaan seperti kecemasan juga akan mempengaruhi masalah penyakit jantung seperti risiko terjadinya penyakit jantung koroner (Kumboyono & Alfianto, 2020). Oleh karena itu sangat penting sekali dalam mencegah masalah kejiwaan yang di hadapi seseorang terutama saat pandemi Covid 19 saat ini. Semua aspek terutama kesehatan pada seseorang dengan risiko dapat dilakukan intervensi dengan segera. Intervensi ners generalis yang ada di Indonesia diharapkan mampu diaplikasikan serta di terapkan oleh perawat dalam mencegah masalah kejiwaan.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari studi tersebut bahwa keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan ODGJ di masa Pandemi mampu mengenal masalah kecemasan akibat pandemi Covid 19, mampu menganalisis tentang pengertian, tanda gejala, proses terjadinya kecemasan hingga akibat yang dirasakan kecemasan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Diucapkan terima kasih terhadap Puskemsmas Bantur yang telah

memberikan tempat untuk Praktik Profesi Ners tahun 2021.

REFERENSI

- Ahmad Guntur Alfianto, Kurniawan Erman Wicaksono, Mizam Ari Kurniyanti, M. U. (2021). *Implementasi Simulasi Awal Pos Pembinaan Terpadu Di Masa Pandemi Covid 19 Di Desa Wonorejo. Ciastech*, 651–658.
- Alenezi, A., Gomea Hassan, K. A.-E. G., Amr, T. E.-S. E.-S., & Alsolais, A. (2021). Impact of cognitive-behavioral therapy on daily living skills of high functioning autistic children with anxiety disorders. *Nusantara Bioscience*, 13(1), 41–46. <https://doi.org/10.13057/nusbiosci/n130106>
- Alfianto, Ahmad Guntur, Ulfa, M. (2021). *Buku Praktikum Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Literasi Nusantara.
- Chen, L., Zhao, Y., Tang, J., Jin, G., Liu, Y., Zhao, X., Chen, C., & Lu, X. (2019). The burden, support and needs of primary family caregivers of people experiencing schizophrenia in Beijing communities: A qualitative study 11 Medical and Health Sciences 1117 Public Health and Health Services. *BMC Psychiatry*, 19(1), 1–10.
- Guntur, A. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kecemasan Dalam Mencegah Paparan Corona Virus Disease (Covid-19) Di

- Perkotaan. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(1), 46–50. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v1i2.34>
- Haynes, E. M. K., & Jakobi, J. M. (2021). Elevating neuroscience literacy and an approach for physiologists. *Advances in Physiology Education*, 45(4), 797–802. <https://doi.org/10.1152/ADVAN.00073.2021>
- Indriati, I., Adi, W. S., Anggarawati, T., Astuti, Y., & Alfriani, D. (2021). Familial Experiences of Caring for Schizophrenia Patients during the Covid-19 Pandemic: A Qualitative Study. *Jurnal Ners*, 16(1), 35. <https://doi.org/10.20473/jn.v16i1.24130>
- Keliat, B. A. dkk. (2019). *Asuban Keperawatan Jiwa*. EGC.
- Kumboyono, K., & Alfianto, A. G. (2020). Psychoeducation for Improving Self Efficacy of Care Givers in Risk Coronary Heart Disease Prevention : The Study of Family Empowerment. *Indian Journal of Public Health Research and Deevlopment*, 11(03), 2309–2313.
- M. Putri, R. Ningsih, I. Fidora, Y. B. (2021). Penyuluhan Kesehatan Dan Terapi Generalis (Teknik Relaksasi) Mengurangi Kecemasan pada Masyarakat Terhadap Covid-19). *Jurnal Salingka Abdimas*, 1(1), 22–25.
- Mezue, K., Osborne, M. T., Abohashem, S., Zureigat, H., Abbasi, T., Gharios, C., Cardeiro, A., Akuffo, E., Pitman, R., Shin, L., Jaffer, F., Rosovsky, R., & Tawakol, A. (2021). Anxiety and depression associate with heightened risk of deep venous thrombosis: mediation through neural pathways. *European Heart Journal*, 42(Supplement_1), 2045. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehab724.2045>
- Quílez-Robres, A., Lozano-Blasco, R., Íñiguez-Berrozpe, T., & Cortés-Pascual, A. (2021). Social, Family, and Educational Impacts on Anxiety and Cognitive Empathy Derived From the COVID-19: Study on Families With Children. *Frontiers in Psychology*, 12(March), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.562800>
- Sovitriana, R. (2021). Studi Kasus Gangguan Kecemasan Umum Warga Binaan Wanita di Lapas Jakarta Case. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 147. <http://journal.univpancasila.ac.id/index.php/mindset/article/view/2643>
- Stuart, G. W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing (10th ed)* (10 th). Elsevier Mosby.
- Wandira, S. A., Alfianto, A. G., & Rufaindah, E. (2021). *Intervensi Creating Opportunities For Personal Empowerment (Cope) Berpengaruh Terhadap Pencegahan Stigma Sosial Covid-*

- 19 *Pada Masyarakat Kota*. 5(3), 133–141.
- Wicaksana, I. G. A. T., Wahyu S, T., Eko K, R., & Yudara S, P. (2018). the Effect of Acceptance and Commitment Therapy (Act) on Anxiety Levels in Elderly Living At Panti Sosial Tresna Werdha (Pstw) Bali. *Public Health of Indonesia*, 4(2), 83–90.
<https://doi.org/10.36685/phi.v4i2.193>
- Xiang, Y. T., Zhao, Y. J., Liu, Z. H., Li, X. H., Zhao, N., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). The COVID-19 outbreak and psychiatric hospitals in China: Managing challenges through mental health service reform. *International Journal of Biological Sciences*, 16(10), 1741–1744.
<https://doi.org/10.7150/ijbs.45072>