

Gerakan Aktivitas Mandiri: Sebagai Upaya Perawatan Orang Dengan Gangguan Jiwa (Odgj) Dengan Defisit Perawatan Diri Di Panti Bani Amrini

S
Sitti Sulaihah¹, Fityatun Muknisa², Muvidah³, Faiero Afriza A Muhadir⁴,
Ahmad Rifaldi Ainur Rahman⁵, Fadhia Eka Ramadan⁶, M. Suhron⁷, Faisal Amir⁸

^{1,2,3,4,5,7,8}Program Studi SI Keperawatan, STIKES Ngudia Husada Madura

⁶Program Studi D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, STIKES Ngudia Husada Madura.

*e-mail: sitti.sulaihah31@gmail.com

Abstract

Mental health disorders are health problems that affect the thought processes of specific individuals, resulting in a lack of thinking ability and self-care processes. Self-care is essential for the health of ODGJ (mental disorders patients) because it will help the healing process for ODGJ (mental disorders patients) more quickly. The method we use is by providing education to increase the patient's role in practicing personal hygiene. This activity aims to train patients to carry out daily activities. The results obtained from this research are the willingness to carry out movements independently, such as bathing, dressing, combing hair, cutting nails, and getting dressed. ODGJ (mental disorders patients) patients in carrying out self-care are very enthusiastic and able to follow through until the end of the implementation, so it can be concluded that there has been an increase in self-care for ODG (mental disorders patients).

Key words: self-care; ODGJ (mental disorders patients); patient role

Abstrak

Gangguan kesehatan jiwa merupakan masalah kesehatan yang mempengaruhi proses pikir pada individu tertentu sehingga membuat kurangnya daya pikir dan proses perawatan diri. Perawatan diri sangat di perlukan pada kesehatan ODGJ karna akan membantu proses kesembuhan ODGJ lebih cepat. Metode yang kami lakukan dengan melakukan penyuluhan untuk meningkatkan peran pasien dalam melakukan kebersihan diri. Tujuan dilakukan kegiatan ini untuk melatih pasien melakukan kegiatan sehari-hari. Hasil yang didapat dari penelitian ini adalah adanya kemauan dalam melakukan gerakan secara mandiri seperti mandi, berpakaian, menyisir rambut, menggunting kuku, dan berpakaian. Pasien ODGJ dalam melakukan perawatan diri sangat antusias dan mampu mengikuti hingga akhir pelaksanaan sehingga hal ini dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan dalam perawatan diri pasien ODG.

Kata kunci: perawatan diri; ODGJ; peran pasien

1. PENDAHULUAN

Salah satu kondisi medis yang paling umum adalah gangguan jiwa. Kemandirian berasal dari kata "autonomi", berarti melakukan kegiatan secara mandiri dan memiliki keberanian dan tanggung jawab atas perilakunya untuk msegala tingkah lakunya sebagai manusia dewasa untuk memenuhi kewajibannya sendiri. Defisit perawatan diri merupakan keadaan dimana seseorang mengalami kelainan dalam melakukan atau menyelesaikan suatu aktivitas sehari-hari secara mandiri dan merupakan suatu masalah yang sering timbul pada pasien dengan gangguan jiwa. Ketidakmampuan pasien dalam melakukan perawatan diri dapat mengakibatkan pasien mengalami defisit perawatan diri (Keliat dalam Yanti, et al. 2021).

World Health Organization (2022) menyatakan bahwa ditemukan 300 juta orang di seluruh dunia yang menderita gangguan jiwa seperti bipolar, demesia dan depresi pasien yang menderita skizofrenia yakni 24 juta orang. I-NAMHS (Survei Kesehatan Mental Remaja

Nasional Indonesia) tahun 2022 menemukan bahwa dalam 12 bulan terakhir, sekitar 1 dari 20, atau 5,5 persen remaja berusia 10-17 tahun, didiagnosis menderita gangguan mental, atau orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). Saat ini, gangguan mental menduduki angka 13% dari semua penyakit, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 25% pada tahun 2030, menurut perkiraan masa depan. Hal ini menunjukkan meningkatnya angka gangguan mental yang terjadi setiap tahun (Wulandari dkk., 2022). Desa Batangan adalah salah satu desa di kecamatan tanah merah yang mengalami kasus ODGJ, dengan 101 kasus di tahun 2022 dan 129 kasus di tahun 2022 (DINKES Kabupaten Bangkalan, 2024). Jumlah angka gangguan jiwa berat di Jawa Timur kurang lebih mencapai 0,19 % yakni berjumlah 75.427 kasus ODGJ pertahunnya.

Kesehatan jiwa memerlukan hubungan sosial yang baik dan harmonis. Ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk berkembang sepenuhnya diperlukan untuk terhubung dengan lingkungannya dengan cara yang meningkatkan kemakmuran kedua belah pihak. Akibat yang ditimbulkan, kesehatan jiwa berdampak positif pada masyarakat, lingkungan, dan individu (Suwardiman, 2023).

Hal yang perlu diperhatikan secara *holistic* dalam Kesehatan jiwa yakni perawatan diri yang dapat melibatkan perilaku individu untuk meningkatkan Kesehatan jiwa secara bio-psiko-sosio-spiritual. Tetapi tidak sedikit pula individu kurangnya kemampuan dalam melakukan perawatan pada diri sendiri dengan baik. Sehingga mengakibatkan dampak negative terhadap mental seseorang tersebut. Kurangnya kemampuan dalam melakukan kegiatan utamanya dalam perawatan diri sangat penting dalam memelihara Kesehatan dan ketentraman individu itu sendiri yang biasa disebut dengan deficit perawatan diri (Martínez et al., 2021).

Ada lima diagnosis utama dalam perawatan jiwa untuk gangguan jiwa seperti skizofrenia, perilaku kekerasan, isolasi social, kurangnya perawatan diri dan harga diri rendah (Indriani et al., 2021). Penyebab dari kurangnya aktivitas fisik yakni dikarenakan minimnya minat pada ODGJ sehingga hal ini membuat ODGJ kurang menjaga kebersihan pada individu masing-masing dan berperilaku tidak menjaga kebersihan. Ketidakpedulian merawat diri, gejala buruk bagi pasien gangguan jiwa berat, menyebabkan mereka dikucilkan dalam keluarga dan masyarakat. Karena perubahan proses pikir yang menyebabkan penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas perawatan diri, pasien dengan gangguan jiwa memiliki kurang perawatan diri (Herawati N,2020).

Kurangnya perawatan pada diri ODGJ secara fisik, dapat mengakibatkan masalah pada integritas kulit, masalah pada mukosa mulut dan masalah pada kuku ODGJ. Sehingga berakibat pada mental seperti kurangnya rasa nyaman karna tubuh merasa tidak bersih, kurangnya rasa dicintai dan mencintai, aktualisasi diri, dan gangguan interaksi sosial. Kekurangan perawatan diri dapat menularkan masalah Kesehatan pada seseorang ataupun pada orang lain dan tenaga pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, keperawatan harus memahami dan mengintegrasikan kebutuhan fisik dan kenyamanan emosional terkait dengan ADL perawatan diri (Cremer et al., 2023).

Oleh karena itu, defisit perawatan diri didefinisikan sebagai ketika individu sulit dalam mengerjakan kegiatan sehari-hari dengan minimnya pertolongan dari orang lain. Contoh kurangnya dalam menjaga kebersihan diri termasuk minimnya keinginan untuk menjaga kebersihan personal hygiene dan berakibat pada adanya bau yang tidak sedap pada tubuh, mandi tidak teratur 2 kali dalam sehari, bau nafas dan penampilan yang kumuh (Evriani et al., 2024). Maka dari untuk mengurangi resiko yang akan terjadi dengan minimnya perawatan sehingga dapat mengambil tindakan dengan memberikan edukasi dan sekaligus role play kegiatan kepada ODGJ agar dapat melakukan dengan mencontoh dan mempraktekkan pentingnya menjaga perawatan diri dengan baik.

2. METODE

Metode yang kami lakukan dengan melakukan penyuluhan untuk meningkatkan peran pasien dalam melakukan kebersihan diri pada ODGJ yang dilakukan pada 15 Mei 2024 sampai 1 Juni 2024 di Panti Kesehatan Jiwa Bani Amrini, Desa Batangan, Kecamatan Tanah Merah, Kabupaten Bangkalan yang dilaksanakan dalam beberapa tahapan pelaksanaan yakni :

- a. *Edukasi* dengan demonstrasi cara perawatan diri yang baik dan benar sehingga dapat mengetahui pentingnya aktivitas mandiri berupa perawatan diri pada setiap individu. Mengetahui fungsi dan peran setiap individu dalam menjaga kebersihan di Panti Bani Amrini. Artinya setiap individu diharapkan dapat mengetahui menjaga kebersihan diri sendiri dengan rutin mandi 2-3 kali dalam satu hari dan menjelaskan perawatan diri berupa mandi yang baik dan benar, mengetahui cara menggosok gigi yang baik dan benar, memotong kuku yang baik dan benar, menyisir rambut, merapikan baju sendiri dan lain-lain.
- b. *Role play* kegiatan perawatan diri yakni dimulai dengan melatih dan mempraktikkan aktivitas perawatan diri sehingga nantinya individu akan mempraktikkan masing-masing, seperti perawatan mandi, gosok gigi, memotong kuku, menyisir rambut dan lain lain. Artinya diharapkan ODGJ mampu mempraktikkan perawatan diri yang baik dan benar dengan melakukan secara bergantian yang akan dibantu oleh mahasiswa. Sehingga mahasiswa dapat mempraktikkan terlebih dahulu dan akan di implementasikan oleh ODGJ. Dengan cara mandi yang rutin, menjaga kebersihan gigi dengan cara rutin menggosok gigi, memotong kuku, dan menyisir rambut dan lain-lain.
- c. Kegiatan Mandiri yakni dengan mempraktikkan secara mandiri beberapa hal seperti seperti perawatan mandi, gosok gigi, memotong kuku, menyisir rambut dan lain-lain. Artinya diharapkan ODGJ mampu melakukan secara mandiri perawatan diri yang baik dan benar dengan melakukan secara terus-menerus untuk menjaga kebersihan diri sendiri. Dengan cara mandi yang rutin, menjaga kebersihan gigi dengan cara rutin menggosok gigi, memotong kuku, dan menyisir rambut dan lain-lain.
- d. Kegiatan evaluasi
Diharapkan ODGJ mampu lebih mandiri dan dapat melaksanakan dengan cara menjaga kebersihan diri sendiri secara berkelanjutan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mendukung pelaksanaan perawatan diri pasien ODGJ Panti Kesehatan Jiwa Bani Amrini, Desa Batangan, Kecamatan Tanah Merah, Kabupaten Bangkalan dalam meningkatkan perawatan diri Ketua Panti sekaligus Kepala Desa Batangan memberikan tanggapan yang positif. Kegiatan implementasi dilakukan pada tanggal 15 Mei 2024 sampai dengan 1 Juni 2024, hal ini mendapatkan hasil antara lain:

- a. "*Edukasi*" dengan demonstrasi dilaksanakan pada 15 Mei 2024 dengan cara perawatan diri yang baik dan benar sehingga dapat mengetahui pentingnya aktivitas mandiri berupa perawatan diri pada setiap individu. Artinya pasien dapat mengerti cara perawatan diri berupa mandi yang baik dan benar, mengetahui cara menggosok gigi yang baik dan benar, memotong kuku yang baik dan benar, menyisir rambut, merapikan baju sendiri dan lain-lain.
- b. *Role play* dilaksanakan pada 17 Mei 2024 kegiatan perawatan diri yakni dimulai dengan melatih dan mempraktikkan aktivitas perawatan diri sehingga nantinya individu akan mempraktikkan masing-masing, seperti perawatan mandi, gosok gigi, memotong kuku, menyisir rambut dan lain-lain. Artinya ODGJ mampu mempraktikkan perawatan diri yang baik dan benar dengan melakukan secara bergantian yang akan dibantu oleh mahasiswa. Sehingga mahasiswa dapat mempraktikkan terlebih dahulu

dan akan di implementasikan oleh ODGJ yaitu mandi yang teratur, menjaga kebersihan gigi dengan cara rutin menggosok gigi, memotong kuku, dan menyisir rambut dan lain-lain. Respon ODGJ sangat antusias dan mengikuti dan mempraktekkan kegiatan role play dari awal hingga akhir.

- c. Kegiatan Mandiri dilaksanakan pada 17 Mei 2024, 21 Mei 2024, 23 Mei 2024, dan 29 Mei 2024 yakni dengan mempraktikkan secara mandiri beberapa hal seperti seperti perawatan mandi, gosok gigi, memotong kuku, menyisir rambut dan lain-lain. Artinya ODGJ mampu melakukan secara mandiri perawatan diri yang baik dan benar dengan melakukan secara terus-menerus untuk menjaga kebersihan diri sendiri. Dengan cara mandi yang rutin, menjaga kebersihan gigi dengan cara rutin menggosok gigi, memotong kuku, dan menyisir rambut dan lain-lain.
- d. Kegiatan evaluasi dilaksanakan pada 01 Juni 2024, ODGJ lebih mandiri dan dapat melaksanakan dengan cara menjaga kebersihan diri sendiri secara berkelanjutan. Didapatkan hasil bahwasanya ODGJ mampu dalam melakukan perawatan diri mulai dengan ODGJ mengerti pentingnya perawatan diri seperti : mandi rutin 2-3 kali dalam sehari, sikat gigi yang dilakukan sehari 2 kali, memotong kuku yang biasanya dilakukan 1 minggu sekali, menyisir rambut dan lain-lain. Pelaksana dikemas dalam bentuk kelompok yang tentunya juga dapat mengingatkan antara individu satu dengan individu yang lain.



Gambar 1. Kegiatan mandiri gosok gigi



Gambar 2. Mempraktekkan dan melaksanakan kebersihan tubuh mandi



Gambar 3. Role play cara menggosok gigi



Gambar 4. Mengajarkan cara perawatan kuku

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian yang telah dilakukan disimpulkan bahwa :

- A. Pasien ODGJ adalah seseorang yang mengalami masalah pada keadaan mentalnya sehingga kurang efektifnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Keterbatasan ini menyebabkan seseorang memiliki ketergantungan pada perannya pada perawatan diri sendiri.
- B. Pasien ODGJ Panti Kesehatan Jiwa Bani Amrini sangat antusias dalam melakukan perawatan diri dan mampu mengikuti hingga akhir pelaksanaan
- C. Dengan adanya beberapa tahapan dimulai dari edukasi yakni tahapan memberikan pengetahuan kepada ODGJ tentang pentingnya perawatan diri, role play kegiatan yakni dengan mempraktekkan atau melatih ODGJ dalam perawatan diri seperti wajib mandi minimal 2 kali sehari, gosok gigi, memotong kuku dan menyisir rambut. Kegiatan mandiri diharapkan ODGJ mampu melakukan aktivitas perawatan diri dengan baik yakni mulai dengan rutin mandi 2-3 kali sehari, gosok gigi, memotong kuku, dan berpakaian yang rapi. Terakhir dilanjut dengan adanya evaluasi ODGJ dapat melakukan beberapa aktivitas yang sudah ditentukan untuk meningkatkan perawatan diri pada ODGJ.

5. SARAN

Saran yang mungkin bisa di implementasikan pada kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya adalah agar pengabdian kepada masyarakat selanjutnya dapat mempertahankan kegiatan yakni melakukan perawatan diri pada individu setiap ODGJ yang ada pada yayasan atau panti kesehatan jiwa terdekat.

DAFTAR PUSTAKA

- Cremer, S., Vluggen, S., Man-Van-Ginkel, J. M. d., Metzelthin, S. F., Zwakhalen, S. M., & Bleijlevens, M. H. C. (2023). Effective nursing interventions in ADL care affecting independence and comfort – a systematic review. *Geriatric Nursing*, 52, 73–90. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2023.04.015>
- Dinkes Bangkalan (2024). Data Riset Kesehatan Kabupaten Bangkalan.
- Evriani, C., Ade Saputri, R., Reginanda, B. R., Azizah Putri, T., Alfiansyah, F., Herman Surya Direja, A., & Tri Mandiri Sakti Bengkulu, S. (2024). Pengaruh Penerapan Aktivitas Mandiri : Upaya Perawatan Orang Dalam Gangguan Jiwa (ODGJ) Defisit Perawatan Diri Didesa Talang Empat Bengkulu Tengah 2023. *Nanggroe : Jurnal Pengabdian Cendikia*, 34(9), 34–37. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10537255>
- Herawati N, Afconneri Y. Perawatan Diri Pasien Skizofrenia Dengan Halusinasi. *J Keperawatan Jiwa*. 2020.
- Indriani, B., Fitri, N., Utami, I. T., Dharma, A. K., & Metro, W. (2021). THE INFLUENCE OF INDEPENDENT ACTIVITIES IMPLEMENTATION: PERSONAL CLEANLINESS ON THE INDEPENDENCE OF SELF-CARE DEFICIT PATIENTS IN THE KUTILANG

- ROOM, LAMPUNG PROVINCE. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(3).
- Martínez, N., Connelly, C. D., Pérez, A., & Calero, P. (2021). Self-care: A concept analysis. *International Journal of Nursing Sciences*, 8(4), 418–425. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2021.08.007>
- Suwardiman, D. (2023). Peran Penting Keluarga dalam Menjaga dan Merawat Individu yang Mengalami Gangguan Jiwa. *Faletehan Health Journal*, 10(02), 216–221.
- Wati, Cicilia, S., Hasanah, U., & Utami, Indhit, T. (2023). Penerapan Latihan Personal Hygiene: Kebersihan Diri Terhadap Kemampuan Pasien Defisit Perawatan Diri Di Ruang Kutilang Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 104. [chrome-extension://oemmndcbldboiebfnladdacbfmadadm/https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/download/445/280](https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/download/445/280)
- WHO. World health statistics 2022 (Monitoring health of the SDGs) [Internet]. 2022. 1–131 p. Available from: <http://apps.who.int/bookorders>.
- Wulandari, Y., Anita Sari Laia, V., Zega, R., Lestari Siregar, S., & Amidos Pardede, J. (2022). Peningkatan Kemampuan dan Penurunan Gejala Pasien Skizofrenia Dengan Masalah Defisit Perawatan Diri: Studi Kasus. *Osf*, 4–44.
- Yanti, R. D., Putri, V. S., & W, R. H. P. (2021). Pengaruh Penerapan A. Reptiana, Jiwa. Tulis Karya Ilmiah Personal Kebersihan Diri Standar Perawatan Diri terhadap Kemandirian Merawat Diri pada Pasien Skizofrenia di Ruang Rawat Inap Delta Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.266>.