BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Skizofrenia merupakan gangguan psikotik yang paling sering. Hampir 1% penduduk di dunia menderita skizofrenia selama hidup mereka. Di Indonesia, hampir 70% dari mereka yang dirawat di bagian psikiatri adalah karena skizofrenia. Prevalensi rumah tangga dengan ART gangguan jiwa skizofrenia/psikosis adalah sebesar 7.0‰. Angka di masyarakat berkisar antara 1-2% dari seluruh penduduk Indonesia pernah mengalami skizofrenia dalam hidup mereka. Bali menempati peringkat pertama dari provinsi-provinsi lain dengan penderita skizofrenia sebesar 11.0‰ (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, 2019).

Menurut Thomas (2012) defisit perawatan diri merupakan salah satu gejala yang sering ditemukan pada pasien dengan skizofrenia. Dari seluruh skizofrenia, 70% di antaranya mengalami defisit perawatan diri. Defisit perawatan diri merupakan suatu kondisi pada seseorang yang mengalami kelemahan kemampuan dalam melakukan atau melengkapi aktivitas perawatan diri secara mandiri seperti mandi (*hygiene*), berpakaian/berhias, makan, dan BAB/BAK (*toileting*) (Novita Pinedendi, 2016). Sangat sulit bagi pasien dengan skizofrenia melaksanakan perawatan diri secara mandiri karena adanya gangguan fungsi kognitif yang ditandai dengan buruknya orientasi realitas mengakibatkan menurunnya tingkat kesadaran pasien dalam melakukan perawatan diri (Susanti, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Barton menunjukkan bahwa 50% dari penderita skizofrenia kronis yang menjalani program rehabilitasi dapat kembali produktif dan mampu menyesuaikan diri kembali di keluarga dan masyarakat.

Program rehabilitasi khususnya terapi gerak merupakan upaya meningkatkan kemampuan pasien agar dapat hidup mandiri di masyarakat dan melatih pasien untuk terbiasa menjalankan aktivitasnya sehari-hari (Maryatun, 2015).

Terapi gerak adalah terapi aktivitas fisik yang dapat dilakukan dengan cara berolahraga untuk melatih tubuh seseorang agar sehat secara jasmani dan rohani (D, 2009). Adapun manfaat dari terapi ini adalah: dapat mengurangi *stress*, meningkatkan kekuatan otak, meningkatkan perasaan bahagia, serta dapat melawan penuaan. Olahraga merupakan salah satu bentuk terapi gerak, sehingga kelebihan dari terapi ini diantaranya adalah: dapat melakukannya dengan senang tanpa merasa terbebani karena banyaknya olahraga yang dijadikan sebagai hobi, mudah dilakukan sendiri (Indy Setyanto, 2010).

Gangguan mental dapat dikatakan sebagai perilaku abnormal atau perilaku yang menyimpang dari norma-norma yang berlaku dimasyarakat, perilaku tersebut baik yang berupa pikiran, perasaan maupun tindakan. Gangguan mental ini sesuai dengan Al-Quran:

فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ ٱللَّهُ مَرَضًا ۖ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌۢ بِمَا كَانُوا۟
يَكْذِبُونَ ﴿١٠﴾

Artinya: "Dalam hati mereka ada penyakit lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta." (QS. Al-Baqarah (2):10).

Islam tidak memandang gangguan kejiwaan sebagai sebuah aib atau bencana, melainkan sebagai sebuah ujian dan hikmah. Banyak dalil-dalil di dalam Al-Qur’an dan hadist yang membahas tentang kesehatan. Salah satunya firman Allah SWT sebagai berikut:

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴿٨٠﴾

Artinya: "Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan aku" (QS Asy-Syu'araa (42):80). Ayat ini menjelaskan kepada kita bahwa sakit itu adalah ujian dari Allah, dan yang memberikan kesembuhan apabila kita sakit adalah Allah. Karena Allah Yang Maha Menyembuhkan Segala Penyakit.

Melihat pemaparan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh aktivitas fisik terhadap kemampuan merawat diri dan tinjauannya menurut pandangan islam.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan diatas, rumusan masalah ini adalah "Bagaimana pengaruh aktivitas fisik terhadap kemampuan merawat diri pada pasien skizofrenia dan tinjauannya menurut pandangan islam?".

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana pengaruh aktivitas fisik terhadap kemampuan merawat diri pada pasien skizofrenia?
2. Bagaimana pandangan Islam terhadap pasien yang menderita skizofrenia?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas dapat diketahui tujuan dari penelitian yaitu:

1.4.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh aktivitas fisik terhadap kemampuan merawat diri pada pasien skizofrenia.

1.4.2 Tujuan khusus

a. Menganalisis efektivitas aktivitas fisik terhadap penderita skizofrenia sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

b. Mengetahui pandangan Islam terhadap pasien skizofrenia.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

1.5.1 Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dengan terjun langsung ke lapangan dan memberikan pengalaman belajar yang menumbuhkan kemampuan meneliti serta pengetahuan yang lebih mendalam terutama pada bidang yang dikaji.

1.5.2 Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat dapat lebih mengenal tentang gangguan jiwa skizofrenia dan dapat menambah ilmu tentang terapi non-farmakologi untuk skizofrenia yaitu aktivitas fisik dan pengaruhnya terhadap pasien skizofrenia.

1.5.3 Bagi Fakultas Kedokteran YARSI

Dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan untuk penelitian selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan pengetahuan tentang pengaruh aktivitas fisik terhadap penderita skizofrenia.