

# **Pendekatan Humanis dalam Penanganan Pasien Agitasi di IGD Psikiatri: Mengurangi Risiko Kekerasan Melalui Terapi Musik dan De-Eskalasi Verbal**

Oleh : Hajar Rohmadi, S.Kep.,Ns.

Pasien gangguan jiwa yang mengalami agitasi merupakan salah satu kondisi yang paling sering dijumpai di Instalasi Gawat Darurat (IGD) psikiatri. Agitasi ditandai dengan peningkatan aktivitas motorik, ketegangan emosional, perilaku gelisah, mudah marah, sulit diarahkan, hingga munculnya perilaku agresif atau kekerasan. Kondisi ini membutuhkan penanganan yang cepat, tepat, dan aman karena tidak hanya berdampak pada pasien, tetapi juga terhadap keluarga, petugas kesehatan, dan lingkungan pelayanan rumah sakit.

Dalam praktik pelayanan kesehatan jiwa, agitasi sering menjadi fase awal sebelum terjadinya perilaku agresif dan kekerasan. Pasien dapat menunjukkan tanda-tanda seperti mondar-mandir, berbicara keras, mudah tersinggung, mengancam, hingga kehilangan kontrol diri. Jika tidak segera ditangani, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi tindakan yang membahayakan diri sendiri maupun orang lain.

Kondisi agitasi pada pasien gangguan jiwa juga sering memengaruhi kualitas pelayanan di ruang IGD psikiatri. Situasi yang tidak terkendali dapat meningkatkan tekanan psikologis pada tenaga kesehatan serta menimbulkan suasana yang kurang nyaman bagi pasien lain maupun keluarga yang sedang mendampingi. Oleh karena itu, penanganan agitasi membutuhkan pendekatan yang tidak hanya cepat, tetapi juga mampu menciptakan rasa aman dan menenangkan lingkungan sekitar.

Pendekatan pelayanan kesehatan jiwa saat ini mulai berkembang menuju pelayanan yang lebih humanis. Penanganan pasien tidak lagi hanya berfokus pada tindakan restrain atau pemberian obat sedatif, tetapi juga mengutamakan intervensi non-farmakologis yang lebih aman, terapeutik, dan menghargai martabat pasien.

Salah satu pendekatan yang direkomendasikan dalam penanganan agitasi adalah teknik verbal de-escalation atau de-eskalasi verbal. Teknik ini merupakan bentuk komunikasi terapeutik yang dilakukan secara tenang, empatik, dan tidak mengancam untuk membantu pasien menurunkan ketegangan emosional dan mendapatkan kembali kontrol dirinya.

De-eskalasi verbal dilakukan dengan cara menjaga nada bicara tetap tenang, mendengarkan pasien secara aktif, memberikan rasa aman, memvalidasi perasaan

pasien, menggunakan kalimat sederhana dan jelas, serta menghindari sikap yang memicu konflik. Pendekatan ini membantu membangun hubungan terapeutik antara perawat dan pasien sehingga pasien merasa dipahami dan tidak diperlakukan secara mengancam.

Komunikasi terapeutik yang baik juga membantu meningkatkan kepercayaan pasien kepada petugas kesehatan. Ketika pasien merasa didengarkan dan dipahami, tingkat kecemasan dan kemarahan cenderung menurun sehingga proses penanganan menjadi lebih efektif. Pendekatan ini penting terutama pada pasien yang mengalami gangguan persepsi, ketakutan, atau kesulitan mengendalikan emosi.

Selain komunikasi terapeutik, terapi musik juga menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang banyak digunakan dalam pelayanan kesehatan jiwa. Musik memiliki kemampuan memengaruhi sistem saraf, emosi, dan respon fisiologis tubuh. Musik dengan tempo lambat dan ritme yang stabil dapat membantu menurunkan ketegangan emosional serta memberikan efek relaksasi.

Terapi musik diketahui mampu menurunkan kecemasan, membantu relaksasi, memperbaiki suasana hati, menurunkan denyut jantung dan tekanan darah, serta membantu regulasi emosi pasien. Salah satu jenis musik yang sering digunakan adalah musik klasik Mozart karena memiliki pola nada yang harmonis, ritme yang teratur, dan tempo yang stabil sehingga memberikan efek menenangkan bagi pendengarnya.

Penggunaan musik dalam pelayanan kesehatan jiwa juga dinilai lebih mudah diterima oleh pasien karena bersifat nyaman dan tidak invasif. Musik dapat membantu menciptakan suasana yang lebih tenang di ruang perawatan maupun IGD sehingga pasien lebih mudah diarahkan dan diajak berkomunikasi secara terapeutik.

Kombinasi de-eskalasi verbal dengan terapi musik menjadi pendekatan inovatif dalam penanganan pasien agitasi di IGD psikiatri. Pada pendekatan ini, komunikasi terapeutik dilakukan bersamaan dengan pemberian musik yang menenangkan sehingga pasien berada dalam suasana yang lebih aman dan nyaman.

Pendekatan ini diharapkan mampu menurunkan tingkat agitasi pasien, mengurangi risiko perilaku kekerasan, menurunkan penggunaan restrain fisik, mengurangi kebutuhan sedasi berlebihan, serta menciptakan lingkungan pelayanan yang lebih aman dan kondusif.

Pelayanan kesehatan jiwa yang humanis tidak hanya berfokus pada pengendalian perilaku pasien, tetapi juga pada upaya membangun rasa aman, nyaman, dan penghormatan terhadap kondisi psikologis pasien. Melalui pendekatan komunikasi yang empatik dan lingkungan yang menenangkan, proses penanganan pasien agitasi dapat dilakukan dengan lebih efektif dan bermartabat.

Pengembangan intervensi non-farmakologis seperti de-eskalasi verbal dan terapi musik menjadi bagian penting dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan jiwa modern, khususnya di lingkungan IGD psikiatri yang memiliki dinamika kasus akut dan risiko keselamatan yang tinggi.

## Daftar Pustaka

- Adam, et al. (2025). Physiological Response in Agitated Psychiatric Patients.
- Biondi, et al. (2021). Verbal De-escalation in Psychiatric Emergencies.
- Byrd. (2025). Management of Agitation in Emergency Psychiatry.
- Cempaka & Maryuti. (2025). Pengaruh Musik Mozart terhadap Penurunan Agitasi pada Pasien Skizofrenia.
- Chen, et al. (2021). Effectiveness of Music Intervention on Anxiety and Agitation.
- Del Casale, et al. (2025). Non-Pharmacological Management of Agitation.
- Endriyani, et al. (2023). Teknik De-Eskalasi Verbal pada Pasien Gangguan Jiwa.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Pedoman Kesehatan Jiwa Nasional.
- Mashaw, et al. (2025). Agitation in Psychiatric Emergency Settings.
- Nimako. (2025). Music Therapy as Complementary Intervention in Psychiatric Care.
- Peters, et al. (2024). Music Therapy and Emotional Regulation.
- Stuart. (2022). Principles and Practice of Psychiatric Nursing.
- Townsend & Morgan. (2018). Psychiatric Mental Health Nursing.
- Videbeck. (2020). Psychiatric Mental Health Nursing.
- World Health Organization. (2022). Schizophrenia Fact Sheet.
- Yan, et al. (2025). Music Therapy and Physiological Response in Clinical Patients.
- Zeller, et al. (2017). Diagnosis and Management of Agitation.