

REHABILITASI MENTAL UNTUK DUKUNGAN PEMULIHAN BAGI ORANG DENGAN GANGGUAN JIWA

Penulis : Dianingtyas Agustin, S.Kep.Ns

Gangguan jiwa adalah suatu kondisi gangguan pikiran perasaan dan perilaku yang menimbulkan penderitaan sehingga mengganggu fungsi sehari-hari baik fungsi peran maupun fungsi sosial. Gangguan jiwa merupakan gangguan kesehatan jiwa yang memiliki angka kejadian rawat inap ulang (readmisi) yang tinggi, salah satunya pada pasien dengan skizofrenia. Prudo dalam Almerie MQ dkk, 2015 mengemukakan sebagian besar penderita skizofrenia mengalami remisi dan kambuh; bagi 41% penderita skizofrenia, penyakit ini menjadi penyakit kronis dan seringkali melumpuhkan. Obat antipsikotik biasanya digunakan untuk mengatasi gejala. Namun pengobatan dengan obat antipsikotik 'harus dikombinasikan dan dikoordinasikan dengan intervensi lain yang melibatkan keluarga pasien, serta dukungan psikologis dan psikoterapi sosial'. Perawatan-perawatan ini termasuk dalam istilah umum 'rehabilitasi'.

Rehabilitasi adalah proses membantu individu kembali pada tingkat fungsi yang tertinggi dari tingkat kemampuan fungsionalnya. Rehabilitasi merupakan salah satu upaya untuk mencapai pemulihan pada gangguan jiwa. Rehabilitasi bagi pasien gangguan jiwa sering disebut sebagai rehabilitasi mental atau rehabilitasi psikososial. L.E Hinsie dan R. J Campbell dalam Pardede, 2019 merumuskan pengertian rehabilitasi adalah segala tindakan fisik, penyesuaian psikososial dan latihan vokasional sebagai usaha untuk memperoleh fungsi dan penyesuaian diri secara maksimal dan untuk mempersiapkan pasien secara fisik, mental, sosial, dan vokasional untuk kehidupan penuh sesuai dengan kemampuan dan ketidakmampuan kearah :1). Mencapai perbaikan fisik sebesar-besarnya; 2). Penempatan vokasional sehingga dapat bekerja dengan kapasitas yang maksimal; 3). Penyesuaian diri dalam hubungan perorangan dan sosial secara memuaskan.

Widiyawati, 2024 menjelaskan ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan rehabilitasi yaitu 1) Keparahan penyakit : Keparahan penyakit dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu durasi sakit yang didukung oleh jenis *diagnosa* yang diderita. Durasi sakit adalah durasi sakit yang diderita pasien

sejak pertama didiagnosa sakit *gangguan kejiwaan* oleh petugas kesehatan sampai dengan saat ini. 2) Usia : peserta yang memiliki usia lebih muda memiliki keluaran yang lebih baik (mendapatkan pekerjaan) apabila dibandingkan dengan peserta rehabilitasi yang memiliki usia lebih tua. 3) Jenis Kelamin : jenis kelamin yang dimiliki pasien gangguan jiwa menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi keluaran dari rehabilitasi sosial vokasional yang dijalani untuk mendapatkan pekerjaan 4) Pendidikan : seseorang dengan pendidikan yang cukup maka berpengaruh terhadap kemampuan menerima atau menyerap informasi. Pendidikan yang tinggi atau baik maka dapat membantu penyerapan informasi yang didapat pasien dengan gangguan jiwa ketika menjalani masa rehabilitasi sosial vokasional sehingga dapat menghasilkan keluaran yang optimal. 5) Dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan dan dukungan sesama pasien.

RS Jiwa Grhasia menyediakan layanan rehabilitasi mental bagi pasien-pasien yang telah melewati fase krisis/akut. Kriteria pasien untuk dapat diikutsertakan dalam layanan rehabilitasi mental adalah pasien dalam kondisi kooperatif, mampu memahami instruksi, tidak membahayakan diri sendiri / orang lain dan bersedia mengikuti kegiatan. Aktifitas dalam rehabilitasi mental terdiri dari latihan ketrampilan sosial, remidiasi kognisi, psikoedukasi, latihan vokasional, spiritual, olahraga dan musik. Latihan ketrampilan sosial meliputi mengekspresikan perasaan, mendengarkan dan mengajukan permintaan. Remidiasi kognisi merupakan terapi untuk memperbaiki fungsi kognitif (atensi, konsentrasi, memori, problem solving & kelancaran verbal). Psikoedukasi adalah edukasi terkait dengan penyakit yang dialami (pengobatan, pengelolaan gejala, perencanaan hidup). Latihan vokasional yang tersedia yaitu boga, pertanian, kerajinan tangan, pertukangan, melukis, ecoprint. Untuk pertimbangan pemilihan kegiatan / latihan kerja adalah minat bakat pasien dan potensi lingkungan tempat tinggal pasien. Dalam melaksanakan terapi rehabilitasi, pasien dibimbing oleh seorang okupasi terapis dan instruktur di masing-masing kegiatan vokasi. Layanan rehabilitasi mental dapat diperoleh pasien secara berkelanjutan paska rawat inap melalui layanan Daycare Daya Pulih RS Jiwa Grhasia berupa serangkaian kegiatan dengan pendekatan terapeutik yang ditujukan untuk membantu pasien dalam mencapai pemulihan dan kembali berfungsi secara optimal dalam kehidupan sehari-hari.

Aktifitas Vokasional yang tersedia di RS Jiwa Ghrasia



Upaya rehabilitasi bagi pasien paska rawat inap dapat dilanjutkan oleh keluarga dalam bentuk penjadwalan kegiatan keseharian di rumah mulai waktu pagi hari hingga malam hari. Diawali dengan keluarga mengidentifikasi aktifitas-aktifitas yang mungkin dapat dilakukan oleh pasien baik secara mandiri maupun dengan bimbingan. Target minimal kemampuan pasien berfokus pada kemampuan ADL (Activity Daily Living) yaitu keterampilan dasar dan tugas okupasional yang harus dimiliki setiap orang untuk merawat dirinya sendiri secara mandiri yang dikerjakan seseorang sehari-harinya dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhannya dengan perannya sebagai pribadi dalam keluarga dan masyarakat. ADL mencakup perawatan diri (berpakaian, makan, minum, toilet, mandi, berhias, juga menyiapkan makanan, memakai telepon, menulis, mengelola uang dan sebagainya) dan mobilitas (berguling ditempat tidur, bangun, duduk, transfer dan bergeser dari tempat tidur ke kursi, dan sebagainya (Sugiarto dikutip dalam Widiyawati, 2024). Untuk kegiatan vokasional, keluarga bisa mendiskusikan dengan pasien untuk menggali minat dan potensi serta

memperhatikan sumber daya di rumah yang bisa dilakukan dan dikembangkan oleh pasien. Contoh aktifitas vokasi yang dapat dilakukan di rumah misalnya berkebun menanam sayuran dengan polybag, memberi kesempatan untuk terlibat kegiatan memasak atau belanja dan semua itu harus dalam pendampingan keluarga/caregiver untuk menuju ke arah kemandiran. Mulai dari hal-hal simpel yang mungkin menurut kita mudah namun akan menjadi sangat bermakna saat pasien mampu melakukannya. Setiap apa yang dilakukan pasien, penting bagi keluarga untuk dapat memberikan reinforcement positif atau memberikan apresiasi untuk menguatkan konsep diri pasien. Dalam mencapai pemulihan gangguan jiwa diperlukan konsistensi keluarga dalam memberikan dukungan dan pendampingan dalam rehabilitasi. Rehabilitasi mental menjadi bagian penting yang harus diberikan kepada pasien untuk mendukung perbaikan kondisi dan pengembalian fungsi menuju kualitas hidup yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Almery MQ, et al, 2015, Social Skills Programmes for Schizophrenia, *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2015, Issue 6. Art. No.: CD009006 diakses 19 Februari 2025 di <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26059249/>
- Pardede A Jek, 2019, Terapi Rehabilitasi Pasien Gangguan Jiwa, diakses pada 6 Februari 2025 dari https://www.researchgate.net/publication/346835122_Terapi_Rehabilitasi_Pasien_Gangguan_Jiwa
- Al Hasni, A, et al 2021, "Implementasi Layanan Unit Rehabilitasi Mental di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara", *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial* Volume 2 Nomor 1, diakses 6 Februari 2025 dari <https://ojs.uho.ac.id/index.php/WELVAART/article/download/20031/12599>
- Subandi, Andi et al, 2022, Evaluasi Kinerja Program Rehabilitasi Mental Terhadap Orang Dengan Gangguan Jiwa, diakses pada 6 Februari 2025 dari <https://www.mahesainstitute.web.id/ojs2/index.php/jehss/article/download/1144/pdf>
- Widiyawati W, 2024. Strategi Peningkatan Kemandirian Orang dengan Gangguan Jiwa Melalui Attitude Towards Behaviour. PT Literasi Nusantara Abadi Group. Kota Malang
- Susilorini W, 2025, Rehabilitasi Mental di RS Jiwa Grhasia {Slide Power Point}. 13 Februari 2025. RS Jiwa Grhasia DIY
- Kusfajariyah H. 2025. Pemulihan Gangguan Jiwa bersama Day Care RSJ Grhasia {Slide Power Point} 13 Februari 2025. RS Jiwa Grhasia DIY

