

OPTIMALISASI PERAN KADER SEHAT JIWA DALAM MANAJEMEN MASALAH PSIKOSOSIAL MENGGUNAKAN TEKNIK HIPNOSIS LIMA JARI

Siti Kholifah¹ Eny Rahmawati²

¹Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKes Kenededes Malang

²Program Studi Pendidikan Profesi Ners STIKes Kenededes Malang

Email: kholifah71@yahoo.co.id

Abstrak

Gangguan mental emosional merupakan salah satu bentuk masalah psikososial, yaitu masalah kejiwaan yang mempunyai timbal balik akibat adanya perubahan sosial yang ada di masyarakat. Upaya identifikasi dan penanganan masalah psikososial harus dilakukan mulai dari pelayanan kesehatan tingkat pertama (Puskesmas) sesuai dengan kapasitasnya. Dalam hal ini, Puskesmas dapat menggandeng mitra (kader kesehatan jiwa) untuk mengoptimalkan perannya, dengan memberikan edukasi atau pelatihan yang sesuai bagi para kader. Penelitian ini bertujuan untuk mengoptimalkan peran kader kesehatan dalam manajemen masalah psikososial dengan dengan memberikan pelatihan tentang hipnosis lima jari. Desain penelitian adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Sampel berjumlah 16 orang kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Pakis, yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Analisa data menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan kader sebelum dan sesudah pelatihan tentang hipnosis lima jari (nilai $p < 0,05$). Diharapkan kader yang mengikuti pelatihan dapat menjadi pioner di lingkungannya dan mampu membagi pengetahuannya kepada kader kesehatan lain yang ada di wilayah kerja Puskesmas Pakis. Peran serta kader dalam menerapkan teknik hipnosis lima jari dapat menjadi langkah penanganan awal terhadap masalah psikososial di masyarakat, sekaligus sebagai langkah prevensi terhadap timbulnya gangguan jiwa.

Kata kunci: kader, masalah psikososial, hipnosis lima jari

Abstract

Mental emotional disorders are form of psychosocial problems, namely psychiatric problems that have reciprocity due to social changes in society. Efforts to identify and handle psychosocial problems have to start from the first level of health services (Public Health Center/PHC) according to their capacity. In this case, PHC can work with partners (mental health cadres) to optimize their role, by providing appropriate education or training for cadres. This study aimed to optimize the role of health cadres in the management of psychosocial problems by providing training on five-finger hypnosis. The study design was observational analytic with cross sectional study approach. The sample consisted of 16 health cadres in the working area of Pakis PHC, selected by purposive sampling technique. Analysis of data using Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that there were differences in cadre knowledge before and after training on five-finger hypnosis (p value < 0.05). It is hoped that cadres participating in the training can become pioneers in their environment and be able to share their knowledge with other health cadres in the working area of Pakis PHC. The role of cadres in applying the five-finger hypnosis technique can be an initial treatment towards psychosocial problems in the community, as well as a prevention towards the onset of mental disorders.

Keywords: cadres, psychosocial problems, five-finger hypnosis

1.1 Pendahuluan

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dengan jumlah penderita gangguan jiwa yang cukup besar. Data hasil Riskesdas tahun 2013 menunjukkan prevalensi gangguan jiwa di Indonesia sebesar 1,7 permil, artinya dari 1000 penduduk Indonesia, maka 1 sampai 2 orang diantaranya menderita gangguan jiwa. Sedangkan untuk gangguan mental emosional di Indonesia sebesar 6 persen, artinya dari setiap 100 penduduk 6 di antaranya mengalami gangguan mental emosional. Hal ini disebabkan oleh banyaknya bencana alam yang terjadi di Indonesia seperti gempa bumi, gunung meletus, dan tsunami ditambah berbagai konflik terkait agama, ras, ekonomi dan politik. Banyaknya jumlah penderita gangguan jiwa di Indonesia ini tersebar di seluruh wilayah Indonesia, termasuk di provinsi Jawa Timur. Angka gangguan jiwa di provinsi Jawa Timur ditemukan 2,2 permil, melampaui prevalensi secara nasional (1,7 permil), sementara gangguan mental emosional pada penduduk Jawa Timur mencapai 6,5% melampaui prevalensi secara nasional (6%) (Kemenkes, 2013).

Gangguan mental emosional merupakan salah satu bentuk masalah psikososial, yaitu masalah kejiwaan yang mempunyai timbal balik akibat adanya perubahan sosial yang ada di masyarakat. Masalah psikososial berpotensi menjadi gangguan jiwa, sehingga identifikasi dan penanganan yang tepat sangat diperlukan. Upaya identifikasi dan penanganan masalah psikososial harus dilakukan mulai dari pelayanan kesehatan tingkat pertama (Puskesmas) sesuai dengan kapasitasnya. Namun saat ini, upaya tersebut belum optimal dilakukan karena masih berfokus dalam penanganan gangguan jiwa. Kesenjangan antara penanganan gangguan jiwa dan masalah psikososial inilah yang mengakibatkan masalah psikososial tidak tertangani dengan baik. Dalam hal ini, sebenarnya Puskesmas dapat menggandeng mitra (kader kesehatan jiwa) untuk

mengoptimalkan perannya, dengan memberikan edukasi atau pelatihan yang sesuai bagi para kader.

Hasil survey yang dilakukan pada tahun 2017 di Wilayah kerja Puskesmas Pakis, Kecamatan Pakis Kabupaten Malang didapatkan penderita gangguan jiwa mencapai 141 orang dan yang mengalami masalah psikososial sebanyak 282 orang. Fenomena yang ada di masyarakat menunjukkan bahwa ketika ada anggota keluarga dengan gangguan jiwa umumnya disembunyikan sehingga tidak mendapatkan pengobatan dan perawatan yang dibutuhkan, sehingga kondisinya memburuk dan berdampak pada anggota keluarga yang lain. Selain itu, masalah psikososial tidak segera diberikan terapi sehingga dikhawatirkan dapat berkembang menjadi masalah kejiwaan yang lebih serius. Di wilayah kerja Puskesmas Pakis sudah terbentuk kader kesehatan yang juga berfungsi sebagai mitra perawat Puskesmas dalam menjalankan program kesehatan jiwa. Selama ini peran kader dioptimalkan dalam membantu penanganan pasien dengan gangguan jiwa, belum pada penanganan gangguan mental emosional.

Masalah psikososial yang paling banyak terjadi di wilayah kerja Puskesmas Pakis Kecamatan Pakis Kabupaten Malang adalah kecemasan, dengan berbagai faktor presipitasi dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Keliat (2014), tindakan keperawatan pada pasien dengan kecemasan meliputi membantu klien mengenali kecemasan, melakukan teknik distraksi, melakukan teknik relaksasi nafas dalam, melakukan teknik relaksasi otot progresif, serta melakukan teknik hipnosis lima jari. Tindakan dilakukan dengan berdasarkan pada kebutuhan pasien.

Latihan lima jari merupakan salah satu bagian dari teknik relaksasi. Relaksasi merupakan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stress, karena dapat mengubah persepsi kognitif dan motivasi afektif klien. Teknik relaksasi membuat klien dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa tidak

nyaman atau nyeri, stress fisik dan emosi (Stuart & Laraia, 2005). Seseorang dapat belajar kembali merasakan peristiwa dalam kehidupannya yang menyenangkan melalui bayangan yang dihadirkan kembali. Ketika seseorang dalam keadaan terhipnosis seseorang tersebut akan merasakan tingkat relaksasi yang tinggi. Pikiran dan perasaan klien terfokus pada suatu kondisi yang terpisah dari lingkungan. Ketegangan otot dan ketidaknyamanan akan dikeluarkan sehingga menyebabkan tubuh menjadi rileks dan nyaman.

Latihan hipnosis lima jari telah terbukti efektif dalam menurunkan ansietas klien pada kondisi yang bervariasi. Menurut penelitian Noorkasiani (2014), teknik hipnosis 5 jari efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di Keluaran X Jakarta Timur. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Widyanti (2013), terdapat perbedaan yang bermakna tingkat kecemasan sesudah diberikan latihan lima jari antara kelompok yang mendapatkan latihan lima jari dengan kelompok yang tidak mendapatkan teknik lima jari pada pasien pre operasi di RSUD Dr. Soedarso Pontianak Kalimantan Barat. Adapun penelitian lain yang terkait dengan teknik lima jari adalah penelitian Adin (2004) menyatakan bahwa ada pengaruh hipnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien kanker leher rahim di ruang kandungan RSUD Dr. Soetomo Surabaya. Selain itu, menurut penelitian Maliya (2011), terapi hipnosis lima jari efektif untuk menurunkan kejadian insomnia pada lansia.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti bermaksud melakukan optimalisasi peran kader dalam penanganan masalah psikososial dengan mengajarkan teknik hipnosis lima jari kepada para kader, sehingga penanganan terhadap masalah psikososial kecemasan dapat segera ditangani dan tidak berkembang menjadi masalah kejiwaan yang lebih serius.

1.2 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Responden yang digunakan adalah kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Pakis sejumlah 16 orang yang didapatkan dengan metode *purposive sampling*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2018. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tentang hipnosis lima jari yang diberikan sebelum dan sesudah kader mendapatkan pelatihan teknik hipnosis lima jari.

Analisa data dalam penelitian ini meliputi analisa univariat dan bivariat. Analisa univariat untuk menganalisis data demografi, yang mencakup: usia, jenis kelamin, pendidikan dan pengalaman. Sedangkan analisa bivariat menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk menganalisis perbedaan pengetahuan kader tentang hipnosis lima jari sebelum dan setelah diberikan pelatihan.

1.3 Hasil dan Pembahasan

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pengalaman. Data numerik (usia) dianalisis dengan menghitung *central tendency* untuk mendapatkan nilai mean, median, minimum dan maksimum serta standar deviasi. Sedangkan data kategorik (jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pengalaman) dianalisis dengan menghitung distribusi frekuensinya.

Tabel 1. Karakteristik Usia Responden

| | n | Median | Minimum- Maximum | Mean | SD |
|------|----|--------|---------------------|-------|-------|
| Usia | 16 | 40.50 | 23-51 | 38.63 | 7.347 |

Sumber: Kuesioner (2018)

Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 38,63 tahun (dibulatkan menjadi 39 tahun) yang termasuk dalam kategori usia dewasa.

Tabel 2. Karakteristik Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pengalaman Responden

| Variabel | Frekuensi (f) | Prosentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-laki | 5 | 31,2 |
| Perempuan | 11 | 68,8 |
| Pendidikan | | |
| SD | 5 | 31,3 |
| SMP | 4 | 25 |
| SMA | 7 | 43,7 |
| Pengalaman | | |
| Pernah | 1 | 6,3 |
| Belum Pernah | 15 | 93,7 |

Sumber: Kuesioner (2018)

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa responden terbanyak berjenis kelamin perempuan (68,8%), tingkat pendidikan SMA (43,7%), dan belum pernah mengikuti penyuluhan sebelumnya (93,7%).

Tabel 3. Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Pelatihan Hipnosis Lima Jari

| Pengetahuan Sebelum | | | Pengetahuan Sesudah | | |
|---------------------|----|----|---------------------|----|------|
| Kategori | f | % | Kategori | f | % |
| Baik | 0 | 0 | Baik | 10 | 62,5 |
| Cukup | 4 | 25 | Cukup | 6 | 37,5 |
| Kurang | 12 | 75 | Kurang | 0 | 0 |

Sumber: Kuesioner (2018)

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar responden sebelum dilakukan pelatihan memiliki pengetahuan yang kurang, dan setelah dilakukan pelatihan sebagian besar berpengetahuan baik.

Tabel 4. Hasil Analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*

| | Sesudah - Sebelum |
|------------------------|-------------------|
| Z | -2.099 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | 0.036 |

Sumber: Hasil Analisis SPSS (2018)

Berdasarkan tabel di atas diketahui p value < 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan kader sebelum dan sesudah pelatihan tentang hipnosis lima jari.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pelatihan hipnosis lima jari terhadap tingkat pengetahuan kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Pakis

Kabupaten Malang. Faktor yang paling berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan tentang hipnosis lima jari adalah faktor pelatihan, dimana dengan dilakukan pendidikan kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kader tentang hipnosis lima jari. Pendidikan kesehatan adalah usaha atau kegiatan untuk menyampaikan pesan kepada orang lain dalam meningkatkan kemampuannya untuk mencapai kesehatan yang optimal dan memelihara kesehatan yang kondusif (Notoatmodjo, 2012). Menurut Undang-Undang Kesehatan No. 36 tahun 2009, tujuan dari pendidikan kesehatan yaitu meningkatkan kemampuan masyarakat baik dari segi fisik, mental, maupun sosialnya sehingga produktif secara ekonomi maupun secara sosial. Hal ini sesuai pernyataan Budiman (2014), bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah orang tersebut untuk menerima informasi, baik secara formal maupun nonformal. Dari penjelasan tersebut peneliti berasumsi bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan responden diharapkan makin mudah bagi responden untuk menerima informasi yang diberikan untuk menambah pengetahuan tentang hipnosis lima jari.

Menurut Maulana (2009), menyatakan bahwa pemahaman seseorang mengenai pengetahuan dalam konteks kesehatan sangat beraneka ragam, dan media pendidikan yang digunakan akan mempengaruhi informasi yang diberikan, karena informasi yang diberikan akan ditangkap melalui panca indera. Panca indera yang banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (75% - 87%), sedangkan 13% - 25% diperoleh dari indera yang lainnya. Berdasarkan pernyataan diatas bahwa pendidikan kesehatan merupakan tindakan yang menstimulus pancaindera seseorang, dimana seseorang telah menyalurkan kurang lebih 85% pengetahuan ke otak sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin seseorang menggunakan banyak pancaindera maka kecenderungan

untuk merubah pengetahuan akan semakin besar.

Selain itu, ada juga faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan tentang hipnosis lima jari, yaitu pemusatan perhatian yang berkaitan dengan lamanya waktu pemberian pendidikan kesehatan tentang hipnosis lima jari, karena semakin lama kegiatan pendidikan kesehatan maka seseorang akan semakin jenuh. Hal ini dijelaskan oleh Mardikanto (1993) dalam Sitepu (2008), bahwa waktu penyelenggaraan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah juga harus dibatasi, maksimal 1-2 jam. Selain faktor pemusatan perhatian, faktor minat juga mempengaruhi pengetahuan. Menurut Astuti (2009), minat adalah suatu kecenderungan atau keinginan yang kuat terhadap sesuatu. Minat ikut menentukan tinggi rendahnya kualitas pencapaian hasil pendidikan kesehatan. Dari penjelasan tersebut peneliti berasumsi bahwa ada minat responden untuk mendengarkan dan memahami materi yang disampaikan, sehingga pengetahuan responden meningkat. Hal ini dapat dibuktikan dari tabel 3 bahwa sebagian besar responden sebelum dilakukan pelatihan memiliki pengetahuan yang kurang, dan setelah dilakukan pelatihan sebagian besar berpengetahuan baik.

1.4 Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pelatihan tentang hipnosis lima jari yang diberikan kepada kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Pakis berpengaruh terhadap pengetahuan kader dalam manajemen masalah psikososial menggunakan teknik hipnosis lima jari. Diharapkan kader yang mengikuti pelatihan dapat menjadi pioner di lingkungannya dan mampu membagi pengetahuannya kepada kader kesehatan lain yang ada di wilayah kerja Puskesmas Pakis. Peran serta kader dalam menerapkan teknik hipnosis lima jari dapat menjadi langkah penanganan awal terhadap masalah psikososial di masyarakat, sekaligus sebagai langkah prevensi terhadap timbulnya gangguan jiwa.

1.5 Daftar Pustaka

- Adin. (2004). Pengaruh Hipnosis Lima Jari Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Kanker Leher Rahim Di Ruang Kandungan RSUD Dr. Soetomo Surabaya. *Berita Kedokteran Masyarakat*. 20 (4)
- Budiman. (2014). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Clark, C. (2004). *Nurses Sourcebook of Complementary Therapy*. Diakses dari: <http://newage.about.com>
- Davis, M., Eshelman, E.R., Mc Kay, M. (1995). *The Relaxation & Stress Reduction Workbook*. Edisi III. Alih bahasa: Hamid, A.Y., dan Keliat, B. A. Jakarta: EGC
- Keliat, B.A., dkk. (2014). *Standar Asuhan Keperawatan: Diagnosis Gangguan, Resiko, dan Sehat*. Jakarta: Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
- Maliya, A. (2011). Efektivitas Terapi Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Posyandu Desa Karang Kecamatan Baki Sukoharjo. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1-15
- Maulana, Heri D.J. (2009). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo, S. (2012). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Ed.3*. Jakarta: Salemba Media
- Sunnen.(2004). *Hypnosis and Anxiety*. Diakses dari: <http://www.theconsultingrooms.co.uk>
- Widyanti. (2013). Pengaruh Latihan Lima Jari Pada Pasien Pre Operasi Di RSUD Dr. Soedarso Pontianak Kalimantan Barat. *Padjajaran Nursing Journal*. 6(2)