

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skizofrenia merupakan gangguan psikotik yang penyebab terjadinya belum diketahui secara pasti, biasanya ditandai dengan gejala khas yakni terjadinya gangguan berpikir, perilaku dan perubahan mood. Gangguan berpikir ditunjukkan dengan terjadinya distorsi dari realitas, bahkan terkadang pasien halusinasi dan delusi, yang bersamaan dengan terputusnya asosiasi yang menimbulkan gangguan pembicaraan, gangguan mood, termasuk ambivalensi dan respon afektif terbatas. Aktifitas yang aneh atau menarik diri secara apatis merupakan bentuk dari gangguan perilaku (Kaplan dan Sadock, 2015)

Menurut PPDGJ-III (Pedoman Penggolongan Dan Diagnosis Gangguan Jiwa-III), Skizofrenia merupakan gambaran sekumpulan gejala dengan bermacam jenis penyebab dan gejala serta perjalanan penyakitnya tidak selalu kronis atau “deteriorating” dan akibat yang ditimbulkan tergantung pada pengaruh aspek genetik, aspek fisik dan aspek sosial (Rusdi, 2013).

Riskesdas (2018) Gangguan jiwa di Indonesia terus meningkat. Dibuktikan dengan angka prevalensi orang dengan gangguan jiwa di Indonesia mencapai 20%, karena 20% dari 250 juta jiwa mempunyai resiko mengalami masalah kesehatan jiwa, sedangkan prevalensi skizofrenia di Indonesia sebanyak 7% per 1000 rumah tangga. Data tersebut menunjukkan

bahwa dari 1000 rumah tangga, terdapat 70 rumah tangga yang mempunyai anggota rumah tangga menderita skizofrenia.

.Berdasarkan hasil dari Riskesdas,(2018), prevalensi skizoprenia propinsi Jawa Tengah adalah 8.2 % artinya 8,2 % dari penduduk Jawa Tengah Jawa Tengah mengalami gangguan jiwa berat skizoprenia, propinsi Jawa Tengah Jawa Tengah menempati urutan ke 7 dibandingkan dengan propinsi yang lain Prevalensi pasien skizoprenia di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr RM Soedjarwadi Propinsi Jawa Tengah berdasarkan data yang diperoleh dari catatan rekam medik Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr RM Soedjarwadi Propinsi Jawa Tengah data pasien rawat inap Jiwa tahun 2016 - 2021 tercatat sebesar 7.636 jiwa (100 %), dari semua pasien rawat inap jiwa yang dengan diagnosa skizoprenia terdapat 6.328 jiwa(82.9 %). Dari data tersebut skizofrenia menunjukkan prosentase terbesar dibanding diagnosa yang lain 17.1 % (Rekam Medik RSJD Dr RM Soedjarwadi Propinsi Jawa Tengah, 2021).

Skizofrenia juga berkontributor 4.6 % peningkatan DALY (*Disability-Adjusted Life Year*), bila dari penyebab kecacatan gangguan jiwa berkontributor 13.4 % paling besar dibandingkan penyakit lain (Info datin kemenkes RI 2019).

Menurut Maramis (2009) skizofrenia merupakan gangguan berat pada otak di mana akan menyebabkan penderita skizofrenia mengartikan realitas dengan tidak normal, sebagaimana mestinya orang pada umumnya. Menurut Stuart (2013), skizofrenia merupakan penyakit otak yang terus

menerus dan serius yang mengakibatkan gangguan perilaku, gangguan hubungan personal, gangguan dalam merespon informasi, gangguan pemikiran konkret, gangguan dalam memecahkan masalah. Sedangkan menurut Keliat,(2011).skizofrenia diartikan gangguan jiwa berat yang ditandai dengan kemampuan berkomunikasi menurun, gangguan realitas, afek tidak wajar, disfungsi kognitif dan keterbatasan dalam aktivitas sehari-hari

Juga selaras dengan hasil penelitian David (2017), didapatkan sebesar 72,8% pasien skizoprenia mengalami gangguan kognitif. Pengobatan pada pasien skizofrenia juga menimbulkan efek samping berupa penurunan fungsi kognitif dan juga gangguan motorik terutama bila muncul gejala EPS (*Exstra Piramidal sindrom*) dan pasien juga banyak tidur, aktivitas sehari-hari menjadi menurun dan lamban karena lesu dan tidak ada semangat.

Studi pendahuluan yang dilakukan di ruang rawat inap Geranium RSJD Dr RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah pada Januari sampai Juni 2021, pasien yang dirawat di Ruang Geranium berjumlah 182 pasien (100%), 174 terdiagnosa skizoprenia (95.6 %) dan 8 (4.4%) pasien terdiagnosa lain. Hasil observasi pasien skizoprenia 182 yang rawat inap di ruang Geranium pasien hampir 100% mengalami gangguan kognitif ditandai dengan perhatian yang kurang, daya ingat lemah, kurang mampu berpikir logis dan lambat merespon informasi yang diterima dan kebugaran yang ditandai dengan pasien lemas dan pasif, banyak tidur ditempat tidur ,malas saat melakukan aktivitas sehari-hari dengan mengeluh kelelahan,

pasien tidak mempunyai tenaga untuk mengikuti kegiatan tambahan atau berikutnya.

Tindakan yang telah dilaksanakan di rumah sakit pada pasien skizoprenia pada umumnya berupa pemberian farmakoterapi sebanyak 15%, asuhan keperawatan sesuai dengan standar asuhan keperawatan yang ada sebanyak 35%, kegiatan terapi aktivitas kelompok juga kegiatan rehabilitasi sebanyak 45%. Tindakan aktivitas fisik yang terencana, terstruktur, kontinyu belum dilakukan secara optimal. Aktivitas fisik yang dilakukan saat ini adalah senam pagi, dan pelaksanaannya belum dibuat secara sistematis dan kontinyu.

Aktivitas fisik dengan durasi dan intensitas yang memadai dapat memberikan manfaat kesehatan (WHO, 2018), Latihan/ exercise adalah komponen aktivitas fisik yang direncanakan, terstruktur, dan berulang dengan maksud meningkatkan atau menjaga kesehatan (Diaz, 2014). Hal ini menunjukkan perlunya dan dengan tingkat kebugaran yang baik akan meningkatkan kognitif pasien skizoprenia, maka aktivitas fisik pada pasien skizoprenia penting dilakukan karena dengan aktivitas fisik bisa meningkatkan kebugaran dan kemampuan fungsi kognitif pasien skizoprenia.

Melihat latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh aktivitas fisik terhadap kebugaran dan kognitif pasien skizoprenia di ruangan Geranium RSJD DR RM Soedjarwadi Propinsi Jawa Tengah.

B. Rumusan masalah

Skizofrenia merupakan gangguan jiwa berat yang memberikan pengaruh di beberapa area fungsi individu, seperti cara berfikir, emosi, perilaku dan aktivitas sehari-hari. Hal ini membuat penderita kehilangan motivasi, apatis, malas dan acuh tak acuh terhadap dirinya. Keadaan inilah yang menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari sehingga membuat penderita tidak produktif, merasa jenuh dan merasa bosan.

Fungsi kognitif merupakan kemampuan untuk mengenal atau mengetahui suatu benda, keadaan atau situasi yang dikaitkan dengan pengalaman pembelajaran dan kapasitas inteligensi seseorang. Orang-orang dengan fungsi kognitif yang lebih rendah cenderung memiliki pengalaman psikosis dibandingkan dengan mereka yang memiliki fungsi kognitif yang lebih besar.

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh aktivitas fisik terhadap kebugaran dan kognitif pasien skizofrenia ?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh aktivitas fisik terhadap kebugaran dan kognitif pasien skizofrenia.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui tingkat kebugaran pasien skizofrenia sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol
- b. Mengetahui tingkat kognitif pada pasien skizofrenia sebelum intervensi dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol

D. Manfaat penelitian

1. Bagi institusi pendidikan keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan baru tentang hubungan aktifitas fisik dengan kebugaran dan kognitif pasien skizofrenia sehingga mampu dikembangkan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien skizofrenia.

2. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi Rumah Sakit dalam pelaksanaan aktivitas fisik pada pasien skizofrenia.

3. Bagi penelitian keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan dan informasi serta memberikan dasar bagi penelitian berikutnya tentang hubungan aktivitas fisik dengan kebugaran dan kognitif pasien skizofrenia.

4. Penelitian Terkait

No	Judul penelitian	Tujuan penelitian	Methode penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan penelitian
1	A randomised controlled trial of adjunctive yoga and adjunctive physical exercise training for cognitive dysfunction in schizophrenia (Bhatia, et al,2016)	Tujuan penelitian ini sebagai uji coba terkontrol acak tersamar tunggal dirancang untuk mengevaluasi apakah pelatihan yoga atau pelatihan latihan fisik meningkatkan fungsi kognitif pada skizofrenia berdasarkan studi percontohan sebelumnya	Metode: Pasien rawat jalan dewasa dengan SZ (n = 286) yang menyetujui, stabil secara klinis, menyelesaikan penilaian awal dan diacak untuk pengobatan seperti biasa (TAU), pelatihan yoga yang diawasi dengan TAU (YT) atau pelatihan latihan fisik yang diawasi dengan TAU (PE). Berdasarkan studi percontohan, ukuran hasil utama adalah indeks kecepatan untuk domain kognitif 'perhatian' dalam baterai neurokognitif terkomputerisasi Penn. Menggunakan model campuran dan kontras, fungsi kognitif pada awal, 21 hari (akhir pelatihan), 3 dan 6 bulan pasca pelatihan dievaluasi	Hasil: Indeks kecepatan perhatian kelompok menunjukkan peningkatan yang lebih besar daripada PE pada follow-up 6 bulan ($p < 0,036$, ukuran efek 0,51). Pada kelompok PE, 'indeks akurasi domain perhatian menunjukkan peningkatan yang lebih besar daripada TAU saja pada follow-up 6 bulan ($p < 0,025$, ukuran efek 0,61). Untuk beberapa domain kognitif lainnya, peningkatan diamati dengan YT atau PE dibandingkan dengan TAU saja ($p < 0,05$, ukuran efek 0,30–1,97).	Subyek penelitian adalah pasien Rawat jaln
2	Association Between Physical Activity and Schizophrenia Results of a 2-Sample Mendelian Randomization Analysis (Papiol,S 2020)	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik terhadap peningkatan fungsi kognitif, dan kualitas hidup pada pasien dengan	Penelitian ini menggunakan Metode Variabel instrumental (IV) untuk paparan utama dan diekstraksi dari data ringkasan Inggris Tahun 2020.	Hasil penelitian ini membuktikan secara substansial bahwa aktivitas fisik (PA) meningkatkan gejala, fungsi kognitif, dan kualitas hidup pada pasien dengan skizofrenia. 1 Beberapa penelitian menunjukkan efek perlindungan	metode penelitian menggunakan Metode Variabel instrumental (IV) untuk paparan utama dan mengekstraksi dari ringkasan data.

		skizofrenia		dari aktivitas fisik (PA) terhadap risiko skizofrenia/psikosis itu sendiri, meskipun bukti saat ini tidak meyakinkan. 2. Penelitian ini dengan menggunakan pengacakan perbandingan (MR) dan perluasan multivariabelnya (MVMR), telah menguji hubungan antara PA (eksposur) dan risiko skizofrenia (hasil) . Demikian pula peran pleiotropik potensial dari indeks massa tubuh (BMI), pembaur umum dalam studi yang melibatkan PA, dalam interaksi ini	
3	Associations between daily steps and cognitive function among inpatients with schizophrenia (Chen et al,2022)	Tujuan umum dalam penelitian ini adalah Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara langkah harian dan fungsi kognitif dan mengeksplorasi lebih lanjut berapa banyak langkah yang terkait dengan fungsi kognitif yang lebih baik pada pasien rawat inap dengan skizofrenia.	Pasien rawat inap dengan skizofrenia direkrut dari bangsal psikiatri jangka panjang di dua rumah sakit (n = 199 di lokasi 1 dan n = 195 di lokasi 2). Langkah harian dikumpulkan dengan akselerometer selama 7 hari. Empat domain kognitif (perhatian, kecepatan pemrosesan, waktu reaksi, dan kecepatan motorik) diuji di lokasi 1, dan dua domain kognitif (perhatian dan kecepatan pemrosesan) diuji di lokasi 2. Asosiasi langkah harian dan level langkah/hari dengan fungsi kognitif diuji menggunakan	Peserta mengambil rata-rata 7445 (± 3442) langkah/hari. Lebih banyak langkah terkait dengan perhatian yang lebih baik, kecepatan pemrosesan, waktu reaksi, dan kecepatan motor setelah penyesuaian multivariabel. Dibandingkan dengan peserta yang mengambil <5.000 langkah/hari, mereka yang mengambil ≥ 5.000 langkah/hari menunjukkan kecepatan pemrosesan yang jauh lebih baik. Peserta yang mengambil ≥ 7500 langkah/hari dikaitkan dengan perhatian yang lebih baik, waktu reaksi yang lebih baik, dan kecepatan motorik yang lebih baik	Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik menggunakan desain case Control

			regresi linier multivariabel yang dipisahkan berdasarkan lokasi. Kovariat termasuk variabel demografis, status berat badan, parameter metabolisme, dan keadaan klinis.	daripada mereka yang mengambil <5000 langkah/hari.,	
4	Associations between aerobic fitness, negative symptoms, cognitive deficits and brain structure in schizophrenia—a cross-sectional study (Maurus et al, 2022)	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebugaran aerobik, gejala negatif, defisit kognitif, dan struktur otak pada skizofrenia	Studi cross-sectional digunakan untuk melakukan penelitian ini	Temuan utama adalah -Hubungan positif kebugaran aerobik dengan GMV dan WMV hippocampal kanan di parahippocampal dan beberapa daerah serebelar. -Menemukan bukti terbatas untuk asosiasi kebugaran aerobik dengan fungsi kognitif dan gejala negatif. -Memperkuat anggapan bahwa kebugaran aerobik dan plastisitas hippocampal saling terkait yang berimplikasi pada desain intervensi latihan pada individu dengan skizofrenia	Penelitian ini merupakan studi cross-sectional yaitu jenis penelitian observasional yang menganalisis data variabel yang dikumpulkan pada satu titik waktu tertentu di seluruh populasi sampel yang telah ditentukan.
5	Aerobic Exercise Improves Cognitive Functioning in People With Schizophrenia : A Systematic Review and Meta-Analysis, J. Firth et al (2017)	Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan aerobik terhadap peningkatan fungsi kognitif pada orang dengan skizofrenia:	Penelitian ini merupakan sebuah systematic review dan meta-analysis	Hasil penelitian ini: -mengidentifikasi 10 uji coba yang memenuhi syarat dengan data hasil kognitif untuk 385 pasien skizofrenia. Latihan secara signifikan meningkatkan kognisi global (g = 0,33, 95% CI = 0,13-0,53, P = 0,001) tanpa heterogenitas statistik (I2 = 0%). -Menemukan dalam 7 peneelitan yang merupakan uji coba terkontrol secara	Penelitian ini merupakan sebuah systematic review dan meta-analysis yaitu metode penelitian yang merangkum hasil-hasil penelitian primer untuk menyajikan fakta yang lebih komprehensif dan berimbang. Sementara itu, meta- analisis adalah salah

acak adalah $g = 0,43$ (P < 0,001). Analisis meta-regresi menunjukkan bahwa jumlah latihan yang lebih banyak dikaitkan dengan peningkatan yang lebih besar dalam kognisi global ($\bar{y} = 0,005$, P = 0,065). Intervensi yang diawasi oleh ahli aktivitas fisik juga lebih efektif ($g = 0,47$, P < 0,001). Latihan secara signifikan meningkatkan domain kognitif memori kerja ($g = 0,39$, P = .024, N = 7, n = 282), kognisi sosial ($g = 0,71$, P = .002, N = 3, n = 81), dan perhatian/kewaspadaan ($g = 0,66$, P = 0,005, N = 3, n = 104). Efek pada kecepatan pemrosesan, memori verbal, memori visual dan penalaran dan pemecahan masalah tidak signifikan
