

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

HIV/AIDS merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh infeksi virus HIV (*Human Immunodeficiency Virus*) yang menyerang sistem kekebalan tubuh. Infeksi tersebut menyebabkan penderita mengalami penurunan ketahanan tubuh sehingga sangat mudah untuk terinfeksi berbagai macam penyakit lain yang disebut dengan AIDS (*Acquired Immunodeficiency Syndrome*) (Kementerian Kesehatan RI, 2017). AIDS adalah sekumpulan gejala penyakit yang timbul karena rusaknya sistem kekebalan tubuh manusia akibat infeksi dari virus HIV (Diatmi and Diah, 2014). Orang yang telah di diagnosa terinfeksi positif oleh virus HIV dan AIDS maka orang tersebut disebut dengan ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS) (Diatmi dan Diah, 2014).

Perkembangan HIV/AIDS pertama kali dikenal pada tahun 1981, namun kasus HIV/AIDS secara retrospektif telah muncul selama tahun 1970-an di Amerika Serikat dan di beberapa bagian di dunia seperti Haiti, afrika, dan eropa. (Dinas Kesehatan, 2014). UNAIDS (2017) menunjukkan terjadi peningkatan jumlah orang yang menderita HIV dari 36,1 millyar di tahun 2015 menjadi 36,7 millyar di tahun 2016. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki tingkat prevalensi HIV/AIDS yang cukup tinggi. Kasus HIV/AIDS pertama kali ditemukan di provinsi Bali pada tahun 1987. Kasus HIV/AIDS telah menyebar di 407 dari 507 kabupaten/kota (80%) di seluruh provinsi di Indonesia hingga saat ini (Ditjen P2P, 2016).

Jumlah kasus baru HIV positif yang dilaporkan dari tahun ke tahun cenderung meningkat. Tahun 2016 jumlah kasus HIV dilaporkan sebanyak 41.250 kasus dan jumlah kasus AIDS yang dilaporkan sedikit meningkat dibandingkan tahun 2015 yaitu sebanyak 7.491 kasus. Secara kumulatif, kasus AIDS sampai dengan tahun 2016 sebanyak 86.780 kasus (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Persentase HIV dan AIDS di Indonesia tahun 2017 tercatat dari triwulan 1 (yaitu dari bulan januari hingga Maret) dengan jumlah kumulatif infeksi HIV yang dilaporkan sampai dengan Maret 2017 sebanyak 242.699 orang. Dan jumlah kumulatif AIDS dari tahun 1987 sampai dengan Maret 2017 sebanyak 87.453 orang (Ditjen PP dan PL Kemenkes RI, 2017).

Salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki prevalensi HIV/AIDS yang cukup tinggi setelah DKI Jakarta, Jawa Timur, Papua, Jawa Barat, dan Jawa Tengah adalah provinsi Bali. Total Kasus HIV dan AIDS pada tahun 2016 di Bali tercatat 2581 kasus baik yang hidup maupun yang telah meninggal. Tahun 2017 yang tercatat hingga bulan juni, jumlah kasus HIV dan AIDS mencapai 1291 kasus. Kabupaten/Kota di Bali yang memiliki jumlah penderita HIV dan AIDS terbanyak adalah kota Denpasar dengan jumlah kumulatif yang tercatat dari tahun 1987 hingga bulan juli 2017 sebanyak 6764 (39,1%) total kasus HIV dan AIDS yang didominasi oleh kelompok umur (20-29) tahun (Ditjen PP dan PL Kemenkes RI, 2017).

Penyakit HIV/AIDS menimbulkan masalah yang cukup luas pada individu yang terinfeksi HIV/AIDS yaitu meliputi masalah fisik, sosial dan masalah emosional. Salah satu masalah emosional terbesar yang dihadapi ODHA adalah depresi. Depresi adalah penyakit suasana hati, depresi lebih dari sekadar

kesedihan atau duka cita. Depresi adalah kesedihan atau duka cita yang lebih hebat dan bertahan terlalu lama (Yayasan Spiritia, 2014). Depresi digambarkan suatu kondisi yang lebih dari suatu perasaan sedih dan kehilangan gairah serta semangat hidup (Nugroho, 2016).

WHO memprediksi pada tahun 2020 di negara-negara berkembang depresi nanti akan menjadi salah satu penyakit mental yang banyak dialami dan depresi berat akan menjadi penyakit kedua terbesar kematian setelah serangan jantung (Lubis, 2016). Masalah depresi yang berkelanjutan juga akan berdampak self care harian ODHA secara rutin sebagai akibatnya ODHA menjadi tidak patuh terhadap program pengobatan, ODHA menjadi tidak teratur minum obat anti retroviral (ARV) dalam jangka waktu yang lama, akan sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup ODHA (Hapsari, 2016).

Yaunin, dkk (2014) dalam penelitiannya menunjukkan angka kejadian depresi pada ODHA adalah sebanyak 55,8% dengan pembagian depresi ringan 25,6%, depresi sedang 11,6%, depresi berat 4,7%, dan depresi sangat berat 14%. Depresi terbanyak ditemukan pada usia 20–39 tahun (83,3%). Stigma dan diskriminasi negatif dari masyarakat seringkali menyebabkan ODHA mengalami masalah seperti depresi. N. L. Lubis (2016) dalam bukunya menyatakan bahwa stres maupun depresi yang dibiarkan berlarut-larut membebani pikiran dan dapat mengganggu sistem kekebalan tubuh. Sehingga apabila masalah depresi dibiarkan terus menerus membebani pikiran ODHA, akan menambah atau memperburuk penyakitnya.

Salah satu intervensi dari keperawatan jiwa yang mampu mengatasi masalah psikologis pada ODHA khususnya depresi adalah suatu relaksasi yaitu

relaksasi lima jari. Berdasarkan penelitian Nugroho (2016) yang berjudul Pengaruh intervensi teknik relaksasi lima jari terhadap *fatigue* klien *ca mammae* di RS Tugurejo Semarang menunjukkan bahwa pemberian teknik relaksasi lima jari efektif untuk mengatasi depresi dan kualitas tidur. Nugroho (2016) dalam penelitiannya menunjukkan intervensi keperawatan yang terbukti efektif untuk mengatasi depresi, nyeri dan kualitas tidur sebagai gejala dan tanda yang sering dijumpai pada klien *cancer*. Menurut penelitiannya juga dikatakan bahwa teknik relaksasi lima jari adalah salah satu teknik relaksasi generalis dengan cara mengingat kembali pengalaman-pengalaman menyenangkan yang pernah dialaminya sehingga timbul perasaan nyaman dan rileks, tingkat kecemasan dan masalah emosi lainnya menjadi turun, sehingga seseorang menjadi mudah tertidur.

Manfaat dari penggunaan teknik relaksasi yaitu memberikan ketahanan yang lebih kuat terhadap penyakit, memberikan ketenangan batin bagi individu, mengurangi rasa cemas, khawatir dan gelisah, mengurangi tekanan dan ketegangan jiwa yang akan berpengaruh depresi apabila tidak diatasi. Hal ini selaras dengan penelitian Kashani dkk (2012) yang berjudul “*The Effects Of Relaxation On Reducing Depression, Anxiety And Stress In Women Who Underwent Mastectomy For Breast Cancer*” menunjukkan bahwa pemberian relaksasi efektif berpengaruh terhadap tingkat kecemasan, tingkat stress, dan tingkat depresi. Dari penelitian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik relaksasi bisa efektif dalam memperbaiki depresi, kecemasan dan stres. Teknik relaksasi dapat direkomendasikan sebagai salah satu program perawatan yang efektif untuk menurunkan tingkat depresi pada pasien dengan penyakit ganas, maupun penyakit kronis seperti HIV/AIDS.

Penelitian lain seperti penelitian menurut Endang Banon, Ermawati Dalami, Noorkasiani yang berjudul “Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari untuk Menurunkan Tingkat Ansietas Pasien Hipertensi” penelitian tersebut menunjukkan bahwa hipnotis lima jari dapat menurunkan ansietas pada pasien hipertensi (Banon, dkk 2014). Adapun berdasarkan penelitian Ibnu Maulana Affandi yang berjudul “Pengaruh Terapi Relaksasi Napas Dalam dan Hypnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta” didapatkan hasil uji one way anova diperoleh p-value $(0,000) < 0,05$, artinya ada perbedaan yang signifikan tingkat stress antara kelompok napas dalam dengan kelompok hypnosis lima jari, kelompok napas dalam dengan kelompok kontrol, kelompok hypnosis lima jari dengan kelompok control (Affandi, 2017).

Selain itu, berdasarkan penelitian Suad M. A. Sulaiman yang berjudul “*The Effectiveness of Self Hypnosis to Overcome Insomnia: A Case Study*” juga menunjukkan bahwa teknik relaksasi lima jari merupakan teknik yang efektif untuk meningkatkan rasa aman dan percaya diri serta kenyamanan psikologis dengan mengatasi ketegangan dan stres (Sulaiman, 2014). Hal tersebut juga selaras dengan pernyataan di dalam buku “*The Relaxation and Stress Reduction Workbook*” yang dikarang oleh Davis,dkk (2008). Salah satu yayasan di Bali yang mendukung ODHA adalah Yayasan Spirit Paramacitta, Denpasar. Yayasan Spirit Paramacitta mendukung ODHA dan tersebar di beberapa kabupaten di Bali seperti Bangli, Jembrana, Karangasem, Tabanan, Badung, Gianyar, Buleleng, dan Kota Denpasar.

Jumlah ODHA yang aktif di Yayasan yang tercatat dari bulan Januari hingga November 2017 paling banyak terdapat di daerah kota Denpasar yaitu berjumlah 308 orang, kemudian diikuti oleh daerah Buleleng berjumlah 200 orang, daerah Badung berjumlah 176 orang, daerah Gianyar berjumlah 116 orang, dan daerah Tabanan berjumlah 58 orang. Didapatkan informasi bahwa belum pernah dilakukan suatu intervensi khusus untuk menangani masalah psikologis ODHA setelah dilakukan wawancara dengan koordinator besar yayasan. Cara yang dilakukan untuk mengatasi masalah psikologi ODHA adalah hanya dengan metode konseling dengan kelompok dukungan sebaya yang berfokus pada peningkatan mutu hidup ODHA khususnya dalam peningkatan pengetahuan HIV/AIDS, peningkatan percaya diri, pengobatan dan perawatan, akses dukungan, pencegahan positif dengan melakukan perubahan perilaku, dan kegiatan produktif.

Oleh karena itu penelitian yang peneliti akan lakukan adalah untuk memfokuskan penelitian pada pemberian relaksasi lima jari terhadap depresi pada ODHA sehingga peneliti tertarik mengambil penelitian tentang Pengaruh Pemberian Terapi Relaksasi Lima Jari terhadap Depresi pada ODHA di Yayasan Spirit Paramacitta, Denpasar Tahun 2018.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh relaksasi lima jari terhadap depresi pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) di Yayasan Spirit Paramacitta, Denpasar Tahun 2018 ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh relaksasi lima jari terhadap depresi pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) di Yayasan Spirit Paramacitta, Denpasar Tahun 2018.

2. Tujuan khusus

- a. Mengukur tingkat depresi Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) sebelum diberikan relaksasi lima jari di Yayasan Spirit Paramacitta, Denpasar Tahun 2018
- b. Mengukur tingkat depresi Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) sesudah diberikan relaksasi lima jari di Yayasan Spirit Paramacitta, Denpasar Tahun 2018
- c. Menganalisis pengaruh relaksasi lima jari terhadap depresi pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) di Yayasan Spirit Paramacitta, Denpasar Tahun 2018

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai media informasi ilmiah dan menambah wawasan di bidang ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang keperawatan jiwa.
- b. Sebagai dasar acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang serupa di wilayah lainnya yang nantinya akan menjadi sumber pembelajaran.

2. Manfaat praktis

Sebagai masukan dan memberikan pedoman kepada perawat dalam meningkatkan mutu asuhan keperawatan pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) sehingga dapat mengurangi masalah psikologis ODHA.