

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organisation*, (2017) pada umumnya gangguan mental yang terjadi salah satunya adalah gangguan depresi. Diperkirakan 4,4% dari populasi global menderita gangguan depresi. Depresi merupakan penyebab terbesar kecacatan di seluruh dunia. Lebih dari 80% penyakit ini dialami orang-orang yang tinggal di negara yang berpenghasilan rendah dan menengah.

World Health Organisation (2017) mencatat secara global, orang yang hidup dengan depresi di dunia adalah 322 juta jiwa. Total perkiraan jumlah orang yang hidup dengan depresi meningkat sebesar 18,4% dengan prevalensi proporsi depresi lebih sering dialami oleh perempuan 5,1% dari laki-laki 3,6%. Tingkat prevalensi berdasarkan usia di atas 7,5% untuk perempuan berusia 55-74 tahun, dan di atas 5,5% untuk laki-laki berusia 55-74 tahun. Depresi juga terjadi pada anak-anak dan remaja di bawah usia 15 tahun, tetapi pada tingkat yang lebih rendah daripada kelompok umur yang lebih tua.

Menurut RISKESDAS pada tahun 2018 mencatat angka kejadian depresi di Indonesia sebanyak 6,1% dimana hanya 9% penderita depresi yang minum obat atau menjalani pengobatan medis berdasarkan hasil depresi pada penduduk umur ≥ 15 tahun. Di Bali angka kejadian depresi sebanyak 5% berdasarkan hasil depresi pada penduduk umur ≥ 15 tahun. (KEMENKES, 2018).

Depresi merupakan gangguan perasaan (afek) yang dapat terjadi secara berulang ditandai dengan kesedihan, kehilangan gairah, terganggunya nafsu makan, merasa mudah lelah dan biasanya pasien memiliki konsentrasi yang buruk sehingga aktifitas pasien itu akan terganggu ketika telah mengalami tanda dan gejala depresi (*World Health Organization, 2017*).

Lubis, (2016) menyatakan depresi merupakan suatu perasaan sendu atau sedih yang biasanya disertai dengan diperlambatnya gerak dan fungsi tubuh. Mulai dari perasaan murung sedikit sampai pada keadaan tak berdaya. Depresi merupakan gangguan perasaan (afek) yang ditandai dengan afek disforik (kehilangan kegembiraannya/gairah) disertai dengan gejala-gejala lain, seperti gangguan tidur dan menurunnya selera makan.

Salah satunya dapat dilakukan dengan pemberian terapi *Observed & Experiential Integration* (OEI) (Bradshaw, Cook, & McDonald, 2011). Terapi *Observed & Experiential Integration* (OEI) merupakan terapi yang menggunakan teknik pergerakan mata. Terapi ini menggunakan dasar pemikiran *neuropsychology* merupakan gabungan antara neurologis dan psikologis (Anggadewi & Hadriami, 2014). Terapi *Observed & Experiential Integration* akan membuka dari luar ke dalam, mengurai lapis demi lapis sampai subjek benar-benar memahami dirinya beserta permasalahan yang dihadapi. Kelebihan terapi *Observed & Experiential Integration* adalah subjek tidak perlu mengungkapkan yang dirasakan dan bayangan apa yang muncul apabila subjek tidak menghendaknya, karena terapi *Observed & Experiential Integration* akan mengurangi perasaan-perasaan yang

terpendam akibat peristiwa tidak menyenangkan yang terjadi pada subjek (Bradshaw, Cook, & McDonald, 2011).

Persepsi terhadap peristiwa tersebut (seperti apa yang dilihat dan apa yang dirasakan) akan membuat klien terjebak dengan perasaan-perasaan tersebut meskipun peristiwa tersebut telah terlewati. Persepsi tersebut yang seringkali kurang terselesaikan dengan talk therapy. Meskipun demikian, proses konseling dalam terapi *Observed & Experiential Integration* tetap memiliki peranan. Setelah melakukan terapi *Observed & Experiential Integration*, pikiran klien akan terbuka dengan hadirnya informasi baru, sehingga terkadang klien ingin mengungkapkan sesuatu yang selama ini dipendam untuk membuatnya merasa tenang. Dalam proses konseling terdapat empati yang dimunculkan oleh terapis terhadap klien. Hal tersebut dapat meningkatkan perasaan percaya dan nyaman klien terhadap terapis sehingga tujuan terapi tercapai (Bradshaw et al., 2011).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh terapi *Observed & Experiential Integration* terhadap depresi ?”

1. Tujuan umum

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *Observed & Experiential Intergration* terhadap depresi.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi prosedur pemberian terapi *Observed & Experiential Integration* terhadap depresi.
- b. Mengidentifikasi tingkat depresi sebelum dan sesudah melakukan terapi *Observed & Experiential Integration*.
- c. Mendeskripsikan metode terapi *Observed & Experiential Integration* terhadap depresi
- d. Menganalisis pengaruh terapi *Observed & Experiential Integration* terhadap depresi.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat di gunakan sebagai acuan bagi review berikutnya dalam mengembangkan literature review, khususnya literature review ilmu keperawatan jiwa (psikososial) dalam mengembangkan asuhan keperawatan pada pasien dengan depresi yang berkaitan dengan aspek psikologinya agar diperhatikan supaya kesehatan mental pasien dapat ditingkatkan.

2. Manfaat praktis

Secara praktis literature review ini akan memberikan informasi dan alternative mengenai cara mereview teknik Terapi *Observed & Experiential Integration* dalam mengatasi masalah psikologi depresi serta literature review ini dapat menjadi acuan untuk perawatan psikologi berikutnya.

D. Metode Literatur Riview

1. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi dalam studi ini adalah :

- a. Perlakuan yang diberikan adalah intervensi teknik Terapi *Observed Experiential Integration* terhadap depresi.
- b. Hasil penelitian/*review abstrak* dan *fulltext-lengthtext* tentang *Therapy Observed & Experiential Integration*.
- c. Hasil penelitian di publikasikan dalam rentang tahun 2010-2020.

2. Strategi pencarian

Penelusuran jurnal dilakukan melalui 2 *database* yaitu Google Scholar Dan *Researchgate*. Jurnal yang dicari dalam rentang tahun 2010 sampai 2020 berupa laporan hasil penelitian/jurnal ilmiah, review dan buku yang membahas mengenai terapi *Observed & Experiential Integration*, yang membahas mengenai keefektifan terapi *Observed & Experiential Integration* terhadap depresi. Kata kunci terapi *Observed & Experiential Integration* dan depresi digunakan untuk mencari pada database elektronik. Artikel diseleksi berdasarkan judul dan informasi abstrak.