

Pemberian Terapi Okupasi Aktivitas Menggambar sebagai Media Ekspresi bagi Pasien RSKD Dadi Makassar

Nabilahumaida¹, Nur Siti Maghfira Maulani Nurdin², Mustainah AR³,
Mutmainnah Budiman⁴, Nur Indah Nabila⁵, Ismalandari Ismail⁶

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

nabilahumaida08@gmail.com¹ nursitimaghfira02@gmail.com² mustainahalyahr@gmail.com³
mubud.budiman@gmail.com⁴ nurindahnabila96@gmail.com⁵ ismalandari@unm.ac.id⁶

ABSTRAK

Tingkat gangguan jiwa di Indonesia sudah mencapai angka yang sangat tinggi dan setiap tahun bertambah dengan pesat. Namun, permasalahan lain karena tidak diiringi dengan inovasi pemberian pelayanan yang semakin baik pula sebagai bentuk perawatan dan pemulihan setiap pasien ODGJ. Salah satu bentuk intervensi yang dapat diberikan berupa terapi untuk mengatasi gangguan jiwa dalam hal ini terapi okupasi aktivitas menggambar. Terapi ini bertujuan agar pasien ODGJ tidak berada pada kondisi dimana mereka terjebak antara realitas dan imajiner yang diciptakan oleh diri mereka sendiri, sehingga dapat mengekspresikan pikiran dan perasaannya pada objek yang mereka gambarkan. Hal ini sejalan dengan hasil pelaksanaan kegiatan yang diberikan selama dua kali pertemuan diperoleh bahwa semua pasien merasa senang bisa mengekspresikan emosi, pikiran, dan perasaannya sekaligus menyalurkan potensi mereka. Kebanyakan dari mereka menggambar hal-hal yang mereka sukai, namun tak disangka ada pula yang menggambar objek-objek yang cukup mengerikan yang kemudian mereka interpretasikan sebagai orang-orang terdekat berdasarkan pengalaman yang telah mereka lalui.

Kata kunci: Menggambar, Ekspresif, Terapi Okupasi, ODGJ

ABSTRACT

The rate of mental disorders in Indonesia has reached a very high number and every year it increases rapidly. However, another problem because it is not accompanied by innovation in providing better services as a form of care and recovery of every ODGJ patient. One form of intervention that can be given in the form of therapy to overcome mental disorders in this case occupational therapy drawing activity. This therapy aims to keep ODGJ patients from being in a state where they are caught between reality and the imaginary created by themselves, so as to express their thoughts and feelings to the object they are describing. This is in line with the results of the implementation of activities given during two meetings obtained that all patients feel happy to be able to express their emotions, thoughts, and feelings while channeling their potential. Most of them draw things they like, but

unexpectedly some draw quite terrible objects that they then interpret as the closest people based on the experiences they have been through.

Keywords: *Drawing, Expressive, Occupational Therapy, ODGJ*

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal mendasar yang dibutuhkan oleh setiap individu. Kesehatan dalam hal ini tidak hanya terkait kesehatan fisik, tetapi juga menyangkut tentang kesehatan mental. Kesehatan mental adalah suatu keadaan dimana individu bebas dari segala bentuk gejala gangguan jiwa (Putri et al., 2015). Istilah “kesehatan mental” dikutip dari konsep *mental hygiene*. Kata mental diambil dari bahasa Yunani, yang artinya sama dengan *psyche* dalam bahasa latin yaitu berarti jiwa atau kejiwaan (Ariadi, 2019).

Individu yang sehat secara mental dapat menjalani hidupnya secara normal dan dapat menyesuaikan diri ketika menghadapi masalah-masalah yang dihadapi dalam hidup. Menurut WHO, kesehatan mental adalah keadaan dimana individu mampu melakukan *coping stress* dengan baik, produktif dalam bekerja, serta berperan aktif dalam komunitasnya (Putri et al., 2015). Dengan kata lain, individu yang sehat mental adalah individu terbebas dari segala bentuk gejala gangguan mental atau gangguan jiwa.

Gangguan jiwa adalah gangguan yang disebabkan oleh kebingungan pikiran, persepsi serta perilaku di mana individu tidak mampu beradaptasi dengan dirinya sendiri, orang lain, masyarakat dan lingkungan serta membutuhkan proses penyembuhan yang lama (Nasriati, 2017). Berdasarkan data WHO pada tahun 2017 tercatat sebanyak 450 juta jiwa diperkirakan merupakan penderita gangguan jiwa di seluruh dunia termasuk Indonesia. Beberapa jenis gangguan jiwa yang dialami oleh penduduk Indonesia yaitu diantaranya gangguan depresi, kecemasan, skizofrenia, bipolar, gangguan perilaku, autism, gangguan makan, dan cacat intelektual. Di antara semua jenis gangguan jiwa, skizofrenia merupakan gangguan jiwa yang paling sering ditemui (Candra, 2017).

Kasus gangguan jiwa di Indonesia mengalami peningkatan pada tahun 2018, hal ini dilihat dari peningkatan prevalensi rumah tangga yang memiliki ODGJ di Indonesia yaitu sebesar 7 permil rumah tangga. Atau dengan kata lain per 1000 rumah tangga terdapat 7 rumah tangga yang memiliki anggota keluarga dengan gangguan jiwa. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi skizofrenia/psikosis di Indonesia sebesar 6,7 per 1000 rumah tangga. Dengan kata lain, dari 1000 rumah tangga, terdapat 6,7 rumah tangga yang memiliki anggota rumah tangga dengan gangguan skizofrenia/psikosis. Provinsi Sulawesi Selatan sendiri menempati peringkat kelima

penyebaran prevalensi tertinggi skizofrenia di Indonesia yaitu sebesar 8,8 per 1000 rumah tangga mengidap gangguan skizofrenia (databoks.katadata.co.id).

Dari hasil data penderita gangguan jiwa dapat dilihat bahwa gangguan jiwa bukan merupakan hal yang dapat disepelekan, melihat tingginya angka penderita gangguan jiwa di Indonesia khususnya provinsi Sulawesi Selatan. Oleh sebab itu, dibutuhkan intervensi berupa terapi untuk mengatasi gangguan jiwa. Salah satu terapi yang dapat dilakukan yaitu terapi okupasi aktivitas menggambar. Aktivitas menggambar merupakan kegiatan yang dapat membantu menyampaikan dan mengekspresikan emosi dan pikiran yang mempengaruhi perilaku yang tidak disadari oleh pasien, selain itu aktivitas menggambar juga dapat memberikan kegembiraan dan hiburan, serta menarik perhatian pasien untuk berpartisipasi dalam aktivitas kelompok (Kamariyah, 2021).

Melukis atau menggambar berkaitan dengan aspek kontemplatif atau sublimasi (Masada et al., 2018). Kontemplatif atau sublimasi adalah salah satu cara menyalurkan segala sesuatu yang bersifat kejiwaan seperti emosi pada saat melakukan aktivitas menggambar. Kontemplatif dalam hal ini didefinisikan sebagai perasan yang ditumpuk baik itu berupa memori atau emosi perlu untuk diungkapkan atau disampaikan. Hal ini bertujuan agar pasien tidak berada pada kondisi dimana dirinya terjebak antara realitas dan imajiner yang diciptakan oleh diri mereka sendiri. Aspek kontemplatif atau sublimasi inilah yang kemudian dikenal dengan istilah katarsis dalam dunia psikoanalisa. Berdasarkan hal tersebut, maka tindakan yang akan dilakukan yaitu melakukan aktivitas terapi menggambar sebagai media menyalurkan emosi dan pikiran pada pasien jiwa.

METODE KEGIATAN

Pegabdian ini berbentuk terapi okupasi aktivitas menggambar yang dilaksanakan di RSKD Dadi Makassar. Sasaran objek kegiatan pegabdian ialah pasien ODGJ RSKD Dadi Makassar. Kegiatan pegabdian ini dilaksanakan di Bangsal Cempaka RSKD Dadi Makassar. Kegiatan pegabdian dilaksanakan sebanyak dua kali dengan rentang waktu dua minggu.

Adapun tahapan kegiatan pegabdian yang dilaksanakan yaitu sebagai berikut.

1. Pelaksana mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan untuk terapi okupasi menggambar, berupa pensil, penghapus, kertas gambar, dan pensil warna.



Gambar 1. Alat dan bahan terapi okupasi menggambar

2. Pelaksana mengumpulkan pasien ODGJ yang akan diberikan terapi.
3. Pelaksana memberikan instruksi kepada pasien berupa pasien dipersilahkan untuk menggambar apa saja yang pasien ODGJ inginkan.



Gambar 2. Pemberian instruksi kepada pasien

4. Pelaksana mewawancarai pasien ODGJ terkait apa yang pasien gambar selama proses terapi.

Selama proses terapi, pelaksana melakukan observasi untuk melihat perubahan perilaku yang ditunjukkan oleh pasien ODGJ. Dengan kegiatan pengabdian yaitu terapi okupasi aktivitas menggambar diharapkan dapat membantu pasien dalam proses pemulihan dengan mengekspresikan perasaan dan pikiran melalui gambar yang dibuat.

HASIL & PEMBAHASAN

Terapi okupasi merupakan salah satu bentuk terapi yang dapat diberikan bagi pasien gangguan jiwa dalam proses penyembuhan. Kusumawati & Hartono (Saraswati, 2019) mengemukakan bahwa terapi okupasi merupakan suatu ilmu dan seni mengarahkan seseorang untuk melaksanakan suatu tugas yang telah ditentukan dengan tujuan belajar sehingga mempermudah fungsi dan keahlian yang dibutuhkan dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan. Satu hal yang perlu ditekankan dalam terapi okupasi ialah bukan hanya memberi kesibukan kepada klien melainkan kegiatan atau tugas yang dilakukan dapat menyalurkan bakat dan emosi klien serta meningkatkan produktivitas klien.

Dalam pelaksanaannya, terapi okupasi memiliki banyak jenis dan bentuk. Jenis terapi okupasi yang dipilih untuk diberikan kepada klien di RSKD Dadi Makassar ialah terapi okupasi dalam bentuk terapi ekspresi. Terapi ekspresi yang diberikan dilakukan sebagai media ekspresif. Adapun jenis aktivitas yang dilakukan ialah menggambar. Selain untuk

keterampilan, terapi ekspresi dapat menjadi wadah bagi klien untuk mengekspresikan perasaan dan pikiran klien melalui gambar yang dibuat.

Terapi ekspresif diberikan kepada klien di RSKD Dadi Makassar sebanyak 2 kali. Terapi pertama dilaksanakan pada tanggal 07 September 2021, dan terapi kedua dilaksanakan pada 21 September 2021. Adapun uraian pelaksanaan dari terapi pertama yang telah dilaksanakan ialah: Terapi dilaksanakan di bangsal Cempaka RSKD Dadi Makassar. Klien yang berpartisipasi dalam terapi ini sebanyak 3 orang, 2 orang berjenis kelamin perempuan yaitu R dan MA serta 1 orang berjenis kelamin laki-laki yaitu IM.



Gambar 3. Foto kegiatan menggambar pasien 1



Gambar 4. Foto kegiatan menggambar pasien 2



Gambar 5. Foto kegiatan menggambar pasien 3

Saat klien IM memasuki ruangan pertama kali tampak diam namun terlihat bersemangat. Klien beberapa kali bertanya akan melakukan apa sambil tersenyum. Saat pelaksanaan terapi ekspresi berlangsung, tiap objek yang digambar klien ia jelaskan dengan suara yang besar sambil tersenyum. Klien juga akrab menyapa ataupun bertanya pada tiap orang yang ada di ruangan, baik pelaksana terapi maupun sesama pasien. Klien menggambar 2 objek, setelah menggambar klien memberi warna pada gambarnya. Saat selesai menggambar, klien mengamati gambar pasien yang lain dan beberapa kali mengomentarkannya. Klien juga menceritakan tentang dirinya, mulai dari keluarga, tempat tinggal hingga alasan klien dibawa ke RSKD Dadi Makassar. Setelah pelaksanaan terapi, klien menyatakan bahwa ia merasa senang dan mengatakan bahwa ingin mengikuti kegiatan menggambar lagi.

Sedangkan klien R, tampak diam dan mengarahkan pandangan ke sekitar. R hanya merespon ketika ditanya, respon yang diberikan pun terkesan singkat. R menjawab dengan nada yang pelan dan suara yang kecil. Saat diberikan instruksi mengenai aktivitas yang akan dilaksanakan, R hanya diam, menatap ke arah instruktur. Setelah instruksi selesai, R mengambil pensil dan langsung menggambar. Saat ditanya mengenai gambar yang R buat, ia hanya tersenyum dan mengangguk. Pada terapi pertama ini, R menggambar pemandangan, mulai dari gunung, sawah, pepohonan, jalanan dan rumah. Saat gambar yang ibu R buat dipuji, klien hanya merespon dengan tersenyum. Setelah pemberian terapi selesai dilaksanakan, klien ditanya mengenai perasaannya, klien menjawab “baik” sambil mengangguk.

Klien lainnya ialah MA. Saat pertama kali diajak, klien tampak diam. Klien duduk dengan posisi badan setengah bungkuk dan rambut panjang menutupi setengah wajah klien. Saat ditanya apakah klien bersedia mengikuti kegiatan, klien merespon dengan anggukan dan menjawab “apa mau dibikin inikah?”. Saat diberi instruksi, klien hanya diam dengan tatapan lurus ke depan. Setelah instruksi diberikan, klien pun mulai menggambar. Klien menggambar sebuah jembatan yang ditiru dari sampul buku gambar. Klien terlihat menggambar dengan sangat teliti, tiap garis dari gambar jembatan yang klien tiru dihitung dan dibuat sesuai dengan gambar yang ada di sampul buku gambar. Dari ketiga klien yang mengikuti terapi, klien MA lah yang paling akhir selesai. Selama proses pelaksanaan terapi, tidak ada ekspresi berlebihan yang ditunjukkan oleh klien, klien lebih banyak diam dengan ekspresi datar. Walaupun terkesan diam, ketika diajak berbicara, klien dapat bercerita banyak mengenai dirinya, namun, beberapa hal yang diceritakan klien adalah suatu fantasi/imajinasi yang dianggap nyata oleh klien. Setelah pelaksanaan sesi terapi, klien meminta kertas kepada pelaksana, klien mengatakan kertas tersebut akan digunakan untuk menulis.



Gambar 6. Hasil gambar pasien terapi sesi pertama

Terapi kedua dilaksanakan pada 21 September 2021 di bangsal Cempaka RSKD Dadi Makassar. Klien yang berpartisipasi dalam terapi kedua sebanyak 3 orang, 2 orang berjenis kelamin perempuan yaitu R dan MA serta 1 orang berjenis kelamin laki-laki yaitu IM.



Gambar 7. Foto terapi okupasi menggambar sesi kedua

Klien IM memasuki ruangan dengan tersenyum dan terlihat bersemangat. Saat pelaksanaan terapi ekspresi berlangsung, klien menggambar 4 objek yang kemudian diberi warna pada gambarnya. Klien menjelaskan setiap gambarnya terkait apa yang digambar dengan ekspresi tersenyum. Klien menggambar objek pertama yaitu rumah, ia mengatakan bahwa yang digambar adalah rumahnya tempat ia tinggal. Namun tak lama kemudian, ia mengatakan kembali bahwa yang digambar adalah bangsal beringin tempat dimana ia dirawat. Objek kedua yaitu sosok monster yang ia anggap sebagai bapaknya, ia mengatakan bahwa bapaknya adalah monster kemudian diberi warna merah, karena merah melambangkan jahat. Monster yang digambar memiliki sayap hitam sebelah kiri dan sayap putih sebelah kanan, sayap hitam. Monster sedang memegang parang dan alat cungkil. Klien mengatakan bahwa

alat tersebut digunakan oleh bapaknya untuk membunuh orang. Objek ketiga yaitu bulan, klien mengatakan bahwa saat ini bapaknya sudah meninggal dan berada di bulan. Kemudian objek keempat yaitu pohon yang ia gambar disamping rumah, ia mengatakan bahwa ada pohon di samping bangsal. Sementara menggambar, klien juga mengamati gambar pasien yang lain dan beberapa kali menanyakan atau mengomentari terkait apa yang digambar pasien lain. Pada terapi kedua ini, klien menceritakan lagi terkait keluarganya, terutama ayah dan ibunya, permasalahan di rumahnya, hingga alasan klien dibawa ke RSKD Dadi Makassar. Setelah pelaksanaan terapi, klien menyatakan bahwa ia merasa senang.

Klien R tampak diam, namun ketika ditanya, R merespon dengan tersenyum dan sesekali tertawa. Saat diberikan instruksi untuk mulai menggambar R tampak bingung dengan apa yang ingin digambar. Kemudian R melihat *box* pensil warna terdapat 2 gambar boneka. R menggambar 1 boneka yang ada pada *box* pensil warna tersebut, mewarnainya sesuai warna yang ada pada gambar yang diikutinya. R menyelesaikan dengan cepat, dan ketika ditawarkan untuk menggambar lagi, R mengatakan iya masih mau. R menggambar boneka kedua bentuk kucing yang ada pada *box* pensil warna dan mewarnai sesuai warna yang ada pada gambar. R mendapat pujian karena memiliki 2 lembar gambar, kemudian direspon dengan tersenyum dan tertawa sambil memperhatikan gambarnya. Setelah pemberian terapi kedua selesai dilaksanakan, klien ditanya mengenai perasaannya, klien menjawab senang sambil tersenyum.

Klien MA awalnya tidak tertarik lagi untuk menggambar, namun setelah melihat klien lain mulai menggambar, ia bertanya “apakah mau digambar lagi? Mana contohnya?” klien langsung duduk di kursi bergabung dengan pasien lainnya. Saat diberi instruksi, klien melihat sekitar mencari apa yang bisa ia jadikan contoh untuk digambar. Klien kemudian menggambar sebuah *handphone* dan diberi merk *Advan*. Klien menggambar menggunakan mistar. Klien juga memberi warna pada gambarnya. Klien tampak serius dalam menggambar, dan hanya berekspresi datar. Setelah selesai menggambar, klien melihat hasil gambarnya dengan tersenyum.



Gambar 8. Hasil gambar pasien terapi sesi kedua

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi okupasi aktivitas menggambar ini efektif untuk mengisi waktu luang pasien dan sebagai sarana kegiatan rehabilitasi untuk pasien ODGJ di RSKD Dadi Makassar. Hal ini dibuktikan dengan respon positif dari pasien saat dan setelah menerima intervensi terapi okupasi ini. Mereka mengharapkan adanya kegiatan-kegiatan yang membuat mereka merasa diperhatikan dan memang ingin untuk dibantu pemulihannya. Selain sebagai kegiatan yang mengisi waktu luang pasien, terapi okupasi menggambar ini juga efektif sebagai wadah ekspresif bagi pasien. Hal ini terlihat dari pasien yang menceritakan makna dari gambar yang dibuat. Hasil wawancara singkat setelah pemberian terapi terhadap pasien juga menyatakan bahwa mereka merasakan emosi positif setelah pelaksanaan kegiatan terapi.

SARAN DAN KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang berbentuk terapi okupasi aktivitas menggambar sebagai bentuk pengekspresian pasien ODGJ selama dirawat di RSKD Dadi Makassar. Kegiatan ini diberikan selama dua kali pertemuan yang dimaksudkan untuk melihat kemampuan ekspresif dari setiap pasien sebelum dan setelah diberikan terapi. Berdasarkan hasil pemberian terapi, diperoleh bahwa semua pasien merasa senang bisa mengekspresikan emosi, pikiran, dan perasaannya sekaligus menyalurkan potensi mereka. Kebanyakan dari mereka menggambar hal-hal yang mereka sukai, namun tak disangka ada pula yang menggambar objek-objek yang cukup mengerikan yang kemudian mereka interpretasikan sebagai orang-orang terdekat berdasarkan pengalaman yang telah mereka lalui.

Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif pilihan yang rutin dilakukan untuk membantu pemulihan pasien ODGJ di RSKD Dadi. Disamping itu, diharapkan pula kepada berbagai pihak yang turut berperan dalam perawatan dan pemulihan pasien ODGJ untuk tetap mengoptimalkan kinerja dan dukungannya terhadap pasien penderita gangguan jiwa. Pihak yang dimaksud dalam hal ini pegawai RSKD Dadi Makassar, keluarga pasien, dan mahasiswa magang atau KKP selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariadi, P. (2019). Kesehatan mental dalam perspektif islam. *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 3(2). <https://doi.org/10.32502/sm.v3i2.1433>
- Candra, I. W. (2017). Terapi okupasi aktivitas menggambar terhadap perubahan halusinasi pada pasien skizofrenia. *Ilmiah Kesehatan*, v(2010).
- Kamariyah, Y. (2021). Pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensori: Menggambar terhadap perubahan tingkat halusinasi pada pasien halusiansi di ruang rawat inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Jambi. *Jurnal Imiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(2).
- Masada, C., Tobing, H., Oktasari, M., & Stevani, H. (2018). *Theoretical studies: The use of*

- art therapy in counseling for children.* 2(1), 12-18.
<https://doi.org/10.30998/terapeutik.32166>
- Nasriati, R. (2017). Stigma dan dukungan keluarga dalam merawat orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). *MEDISAINS: Jurnal Ilmiah Ilmu - Ilmu Kesehatan*, 15(1).
- Putri, A. W., Wibhawa, B., & Gutama, A. S. (2015). Kesehatan mental masyarakat Indonesia (pengetahuan, dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2).
<https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13535>
- Saraswati, M. D. (2019). Peran pekerja sosial dalam upaya meningkatkan keberfungsian sosial pasien skizofrenia berbasis terapi okupasi (Studi di RSJ Radjiman Wediodiningrat Lawang). *Doctoral dissertation*. University of Muhammadiyah Malang.