



TERAPI OKUPASI DALAM UPAYA PENINGKATAN ACTIVITY DAILY LIVING (ADL) PASIEN ORANG DENGAN GANGGUAN JIWA

Sitti Sulaihah*, Ida Nufila Hamzah, M. Suhron, Merlyna Suryaningsih, Faisal Amir, Atik Puji Rahayu

Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudia Husada Madura, Jl. RE Martadinata No. 45
Mlajah, Bangkalan, Jawa Timur 69116, Indonesia

*sitti.sulaihah31@gmail.com

ABSTRAK

Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) mengalami penurunan fungsi kognitif, afektif, dan psikomotorik yang berdampak pada ketidakmampuan menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Observasi di Yayasan Panti Kesehatan Jiwa As Shifa menunjukkan masih rendahnya tingkat kemandirian ADL pasien ODGJ, serta terbatasnya petugas dalam membina aktivitas pasien. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian ADL melalui terapi okupasi. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan berupa identifikasi masalah, analisis kebutuhan, penyusunan materi edukasi dan terapi okupasi, serta koordinasi dengan pihak yayasan. Pelaksanaan dilakukan melalui edukasi dan praktik terapi okupasi kepada 16 pasien, dengan pendekatan bertahap sesuai kemampuan pasien, mencakup kebersihan diri, berpakaian, makan, dan aktivitas sederhana lainnya. Evaluasi dilakukan melalui observasi partisipasi pasien dan pengukuran tingkat ADL sebelum dan sesudah intervensi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan jumlah pasien dengan ADL kategori "baik" setelah dilaksanakan terapi okupasi. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi okupasi dapat menjadi salah satu metode intervensi dalam meningkatkan kualitas hidup pasien ODGJ.

Kata kunci: activity daily living; orang dengan gangguan jiwa; terapi okupasi

OCCUPATIONAL THERAPY AS EFFORT TO IMPROVE DAILY LIVING ACTIVITY (ADL) OF PATIENTS WITH MENTAL DISORDERS

ABSTRACT

People with mental disorders experience a decline in cognitive, affective, and psychomotor functions, resulting in the inability to independently perform daily activities. Observations at the As Shifa Mental Health Foundation showed that the level of independence in ADL among patients is still low, with only one caregiver for 19 patients. This community service aimed to improve ADL independence through occupational therapy. The activity began with a preparatory phase that included problem identification, needs assessment, development of educational materials and occupational therapy plans, as well as coordination with the foundation. The implementation was carried out through education and practical occupational therapy sessions for 16 patients, using a gradual approach tailored to the patients' abilities, covering personal hygiene, dressing, eating, and other simple activities. Evaluation was conducted through observation of patient participation and measurement of ADL levels before and after the intervention. The results showed an increase in patients categorized as having "good" ADL after the therapy was given. This indicates that occupational therapy can be an effective intervention to enhance the quality of life for people with mental disorders.

Keywords: activity daily living; mental disorders; occupational therapy

PENDAHULUAN

Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) merupakan individu yang mengalami gangguan pada pikiran, perasaan, dan perilaku yang memengaruhi kemampuan menjalankan fungsi sosial dan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Gangguan jiwa dapat menurunkan kualitas hidup dan kemandirian individu, khususnya dalam memenuhi kebutuhan dasar seperti makan, mandi, berpakaian, hingga berinteraksi sosial. Salah satu indikator penting dalam pemulihan ODGJ adalah kemampuan mereka dalam menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri, yang dikenal dengan istilah Activity Daily Living (ADL). Data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa gangguan jiwa merupakan penyebab utama beban penyakit di dunia, termasuk di Indonesia. Di Provinsi Jawa Timur sendiri, angka prevalensi gangguan jiwa berat cukup tinggi, dan hal ini mencerminkan adanya kebutuhan mendesak akan pendekatan pemulihan yang lebih efektif dan aplikatif. Berdasarkan temuan data Riset Kesehatan Dasar, jumlah kasus gangguan jiwa di Indonesia meningkat pada tahun 2018. Peningkatan ini ditunjukkan oleh fakta bahwa rumah tangga ODGJ semakin umum di Indonesia. 7 dari 1.000 rumah tangga terdapat ODGJ, sehingga diperkirakan ada 450.000 rumah tangga dengan ODGJ berat. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Survei Kesehatan Dasar) tahun 2019, Indonesia memiliki angka infeksi sebesar 1,7 orang per 1.000 orang atau 1 hingga 2 orang. Angka ini sangatlah tinggi, sekitar lima puluh juta orang, atau 25% dari populasi Indonesia, menunjukkan gangguan kesehatan mental. (Kemenkes, 2019)

Yayasan Panti Kesehatan Jiwa As Shifa di Desa Langkap, Kecamatan Burneh, Kabupaten Bangkalan, merupakan salah satu lembaga rehabilitasi sosial yang menampung pasien ODGJ. Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada Februari 2024, ditemukan bahwa sebagian besar pasien mengalami penurunan kemampuan ADL dan tidak memiliki kegiatan rutin untuk menunjang proses pemulihan. Rasio tenaga pendamping pun sangat terbatas, dengan hanya satu petugas mengelola 19 pasien ODGJ, sehingga pembinaan dan pelatihan kemandirian menjadi kurang optimal. Melihat kondisi tersebut, intervensi berupa terapi okupasi dipilih sebagai solusi dalam meningkatkan kemandirian pasien. Terapi okupasi merupakan kegiatan terapeutik yang dilakukan melalui aktivitas bermakna untuk meningkatkan fungsi kognitif, motorik, dan sosial individu. Kegiatan ini mencakup pelatihan keterampilan hidup, kerajinan tangan, simulasi aktivitas dapur, serta aktivitas yang menumbuhkan kemandirian dan kreativitas pasien. Kegiatan ini didasarkan pada kebutuhan nyata di lapangan, potensi keberhasilan metode okupasi dalam intervensi jiwa, serta pentingnya peningkatan kualitas hidup pasien ODGJ melalui pendekatan rehabilitatif. Diharapkan dengan pelaksanaan terapi okupasi secara terstruktur, pasien dapat lebih mandiri dalam memenuhi ADL-nya dan mengurangi ketergantungan terhadap caregiver. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan kemandirian ADL pasien ODGJ melalui implementasi terapi okupasi sebagai bentuk kegiatan rehabilitatif di panti kesehatan jiwa

METODE

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Yayasan Panti Kesehatan Jiwa As Shifa pada bulan Agustus 2024. Peserta kegiatan adalah 16 pasien ODGJ yang dipilih berdasarkan kriteria purposive sampling, yaitu pasien dengan kemampuan komunikasi dasar dan stabilitas emosi sedang. Kegiatan dilakukan dalam beberapa tahap:

1. Survei awal dan identifikasi kebutuhan.
2. Sosialisasi kepada pengelola dan caregiver panti.
3. Pelaksanaan terapi okupasi (kerajinan tangan, aktivitas dapur, permainan edukatif).
4. Evaluasi perubahan ADL melalui observasi.

Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi ADL yang disesuaikan dengan kategori kemampuan seperti mobilitas, personal hygiene, makan-minum, dan interaksi sosial. Sumber data dikumpulkan melalui observasi pemenuhan *Activity Daily Living* dengan metode deskriptif analitis *pre* dan *post* pelaksanaan terapi okupasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui empat tahapan utama yang dilaksanakan secara sistematis:

1. Survei Awal dan Identifikasi Kebutuhan

Pada tahap awal, tim pengabdian melakukan observasi lapangan dan wawancara informal dengan pengelola panti. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar pasien ODGJ belum mendapatkan intervensi yang konsisten dalam mengembangkan kemandirian ADL. Kegiatan harian pasien bersifat pasif, hanya mengandalkan rutinitas makan dan istirahat tanpa aktivitas produktif. Petugas panti menyatakan kewalahan karena rasio pendamping yang tidak sebanding dengan jumlah pasien. Selain itu, lingkungan sosial di dalam panti cenderung pasif dan minim interaksi. Hal ini memperkuat perlunya intervensi terapi okupasi yang bersifat praktis dan menyenangkan. Temuan ini selaras dengan studi oleh Petersen et al. (2020) yang menyatakan bahwa lingkungan yang minim stimulasi dan tidak adaptif dapat memperburuk disfungsi perilaku dan menurunkan tingkat aktivitas harian pasien dengan gangguan jiwa.

2. Sosialisasi kepada Pengelola dan Caregiver

Sebelum pelaksanaan kegiatan, dilakukan sosialisasi dan pelatihan singkat kepada pengelola panti serta caregiver. Tujuannya adalah memberikan pemahaman dasar tentang konsep ADL, pentingnya terapi okupasi, serta peran aktif caregiver dalam proses terapi. Kegiatan ini diterima baik oleh pihak panti. Bahkan beberapa caregiver turut terlibat dalam pelaksanaan terapi, seperti memberikan motivasi dan membantu mendampingi pasien selama aktivitas berlangsung. Keterlibatan caregiver terbukti meningkatkan efektivitas terapi okupasi sebagaimana dinyatakan oleh Lee & Kwon (2021) bahwa partisipasi keluarga atau pendamping dapat memperkuat keberlanjutan hasil terapi pada pasien gangguan jiwa.

3. Pelaksanaan Terapi Okupasi

Pelaksanaan terapi dilakukan secara bertahap dan disesuaikan dengan kemampuan masing-masing pasien. Jenis kegiatan meliputi:

- a. Kerajinan tangan: meronce manik-manik, membuat sapu dari bahan daur ulang, dan melukis sederhana.
- b. Aktivitas dapur: membantu menyiapkan makanan ringan, mencuci peralatan makan, dan menjaga kebersihan area dapur.
- c. Permainan edukatif: menyusun puzzle, permainan peran, dan senam ringan.

Kegiatan ini dilakukan selama beberapa sesi dalam satu minggu. Hasil pengamatan menunjukkan adanya peningkatan keterlibatan pasien. Mereka tampak lebih aktif, fokus, dan termotivasi menyelesaikan tugas. Beberapa pasien bahkan menunjukkan ketertarikan untuk mengulang aktivitas secara mandiri di luar sesi terapi. Hal ini sejalan dengan temuan Lisina et al. (2022) yang menyatakan bahwa aktivitas okupasi di waktu luang dapat meningkatkan motivasi dan menurunkan perilaku regresif pada pasien ODGJ.

4. Evaluasi Perubahan ADL melalui Observasi

Setelah pelaksanaan kegiatan terapi okupasi, dilakukan evaluasi dengan membandingkan kondisi ADL pasien sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 1.

Activity Daily Living Pada Pasien ODGJ Sebelum Diberikan Terapi Okupasi (n=16)

Kategori Tingkat ADL	f	%
Kurang	0	0
Cukup	7	46,15
Baik	9	53,85

Dari Tabel 1 didapatkan hampir setengah dari pasien ODGJ di Yayasan Panti Kesehatan Jiwa As Shifa menunjukkan tingkat ADL yang baik sejumlah 9 (53,85%) pasien ODGJ.

Tabel 2.

Activity Daily Living Pada Pasien ODGJ Sesudah Diberikan Terapi Okupasi (n=16)

Kategori Tingkat ADL	f	%
Kurang	0	0
Cukup	6	37,50
Baik	10	62,50

Dari Tabel 2 didapatkan sebagian besar dari responden di Yayasan Panti Kesehatan Jiwa As Shifa menunjukkan tingkat ADL yang baik sejumlah 10 (62,50%) pasien ODGJ sebelumnya, 7 pasien berada dalam kategori “cukup” dan 9 dalam kategori “baik”. Setelah intervensi, pasien dalam kategori “baik” meningkat menjadi 10 orang. Aspek yang paling menunjukkan peningkatan adalah kemampuan menjaga kebersihan diri, berpartisipasi dalam tugas ringan, dan interaksi sosial sederhana.



Gambar 1 Pelaksanaan Terapi Okupasi



Gambar 2 Bimbingan tiap pasien



Gambar 3 Pameran hasil karya pasien



Gambar 4 Observasi Evaluasi Perubahan *ADL*

Terdapat perbedaan pada pasien ODGJ (Orang Dengan Gangguan Jiwa) setelah diberikan intervensi berupa terapi okupasi di Yayasan Panti Kesehatan Jiwa As Shifa. Terapi ini terbukti meningkatkan kemampuan aktivitas kehidupan sehari-hari (*ADL*) pasien. Hal ini diperkuat oleh pelaksanaan terapi kelompok yang dilakukan dengan pendekatan santai dan mudah dipahami oleh pasien. Terapi okupasi juga membantu pasien menjadi lebih komunikatif dan kooperatif, serta menumbuhkan rasa percaya diri, tanggung jawab, fokus, dan konsentrasi. Hasil terapi dapat dilihat melalui produk kerajinan tangan pasien seperti kemoceng, tempat tisu, kalung, gelang manik-manik, dan keset kaki. Data menunjukkan adanya peningkatan kemampuan *ADL* yang paling menonjol pada pernyataan nomor 6 yaitu "pasien dapat menggunakan peralatan dapur" (8 orang), pernyataan nomor 7 "pasien dapat menjaga kebersihan dapur" (7 orang), dan pernyataan nomor 17 "pasien dapat membaca buku dan mendengarkan musik" (7 orang). Setelah mengikuti terapi okupasi, pasien juga dapat berkomunikasi dan bekerja secara mandiri, sehingga berkontribusi besar terhadap peningkatan kemampuan *ADL* mereka di Yayasan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Lisina et al. (2022) yang menyatakan bahwa terapi okupasi saat waktu luang dapat membantu mengontrol pasien ODGJ. Sebelum mengikuti terapi, pasien cenderung berbicara sendiri dan pasif dalam beraktivitas, tetapi setelah menjalani terapi okupasi, mereka menjadi lebih mandiri dalam melakukan aktivitas. Peningkatan ini menunjukkan bahwa terapi okupasi mampu menstimulasi area fungsi dasar yang penting bagi kemandirian ODGJ. Temuan ini mendukung studi Wahyuningsih dkk (2023) yang menyebutkan bahwa terapi okupasi berbasis aktivitas dapat meningkatkan *ADL*, rasa percaya diri, dan kemampuan sosial pasien gangguan jiwa. Selain itu, keberhasilan ini turut didukung oleh keterlibatan aktif caregiver dan pendekatan yang menyenangkan. Pelaksanaan terapi okupasi memiliki pengaruh besar dalam peningkatan *ADL* pasien ODGJ. Kontribusi besar ini tidak terlepas dari tersedianya sarana dan prasarana

SIMPULAN

Kegiatan terapi okupasi di Yayasan Panti Kesehatan Jiwa As Shifa memberikan dampak positif terhadap peningkatan *ADL* pasien ODGJ. Terjadi peningkatan jumlah pasien dengan *ADL* kategori "baik" setelah diberikan terapi secara berkelanjutan. Terapi okupasi terbukti menjadi salah satu alternatif kegiatan rehabilitatif yang aplikatif dalam konteks panti kesehatan jiwa. Berdasarkan hasil pengabdian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terapi okupasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan aktivitas kehidupan sehari-hari (*Activities of Daily Living/ADL*) pada pasien ODGJ (Orang Dengan Gangguan Jiwa) di Yayasan Panti Kesehatan Jiwa As Shifa. Intervensi melalui kegiatan terapi yang dilakukan dengan pendekatan yang santai dan mudah dipahami terbukti mampu meningkatkan partisipasi aktif pasien dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Pasien ODGJ

menunjukkan perkembangan yang positif, khususnya dalam aspek komunikasi, kerja sama, serta peningkatan rasa percaya diri dan tanggung jawab. Terapi okupasi juga terbukti mampu meningkatkan fokus dan konsentrasi pasien, yang dibuktikan melalui hasil karya kerajinan tangan yang mereka hasilkan, seperti kemoceng, tempat tisu, perhiasan dari manik-manik, dan keset kaki. Selain itu, data hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan kemampuan ADL secara signifikan, terutama dalam kemampuan menggunakan peralatan dapur, menjaga kebersihan, membaca buku, dan mendengarkan musik. Terapi ini juga memberikan dampak positif terhadap kemandirian pasien, sehingga mereka dapat berkomunikasi dan melakukan aktivitas secara mandiri tanpa ketergantungan pada bantuan orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah Munawaroh, A. (2023). *Pengaruh Terapi Okupasi (Melainkan manik manik) Pada Pasien Skizofrenia Dengan Halusinasi di Bangsal Larasati RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).
- Alfarizi, M. H. J., Brata, K. C., & Supianto, A. A. (2021). *Pembangunan Sistem Informasi Monitoring dan Evaluasi Pelayanan Kesehatan Orang Dalam Gangguan Jiwa (ODGJ) berbasis Web dengan Metode Waterfall*. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, 5(8), 3568-3577.
- Amira, I., Hendrawati, H., Maulana, I., & Senjaya, S. (2023). *Pengaruh terapi Kesehatan Jiwa Remaja di Pondok Pesantren Miftahul Hidayah Kelurahan Lebakjaya Kecamatan Karangpawitan*. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), 1693-1704.
- Bahri, A. S., & Lestari, T. (2024). *Pengaruh Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Tanda dan Gejala Halusinasi Tahap Comforting Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa (OdGJ) Di RSJD Dr. Arif Zainuddin Surakarta*. *Jurnal Kebidanan*, 66-75.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bangkalan, (2024). "Jumlah Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) Berat Mendapat Pelayanan Sesuai Standar Menurut Kecamatan Bangkalan"
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Lee, M. J., & Kwon, S. (2021). Role of Caregiver Involvement in Occupational Therapy for Patients with Severe Mental Disorders: A Review. *Journal of Psychiatric Rehabilitation*, 28(2), 142–150. <https://doi.org/10.1111/jpr.2021.28.2.142>
- Lisina, E., Petrova, Y., & Ivanov, M. (2022). Leisure-Time Occupational Therapy and Social Functioning in Patients with Chronic Schizophrenia. *Occupational Therapy International*, 2022, Article ID 6812409. <https://doi.org/10.1155/2022/6812409>
- Kurniawan, K., dkk. (2023). Pemenuhan ADL Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa: Scoping Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 6(2), 571–579.
- Mu'sodah, N., & Aryati, T. (2022). Hubungan Terapi Okupasi dengan Kemandirian ADL Pasien ODGJ. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 45–52.
- Petersen, K. S., Clarke, M. J., & Houston, M. (2020). Environmental Stimulation and Daily Functioning in Psychiatric Care: A Systematic Review. *BMC Psychiatry*, 20, 113. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02411-0>
- Wahyuningsih, D., Subagyo, W., & Mukhadiono, M. (2023). Pelatihan Life Skill dengan Terapi Okupasi Untuk Meningkatkan Kemandirian ODGJ di Masyarakat. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(9), 6199-6206.