

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Halusinasi

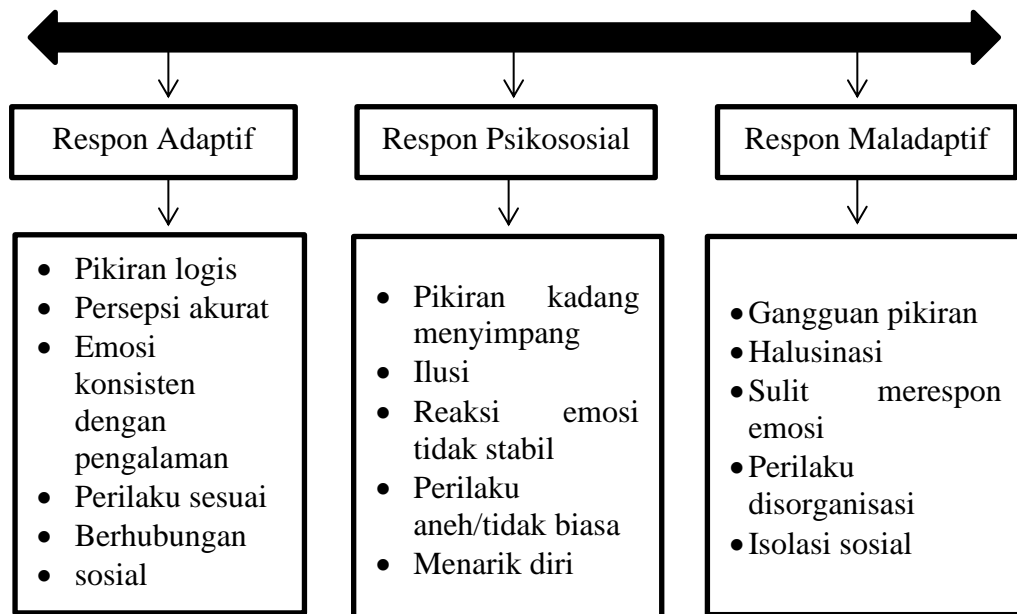
2.1.1 Pengertian Halusinasi

Halusinasi merupakan gangguan persepsi sensoris yang berasal dari suatu obyek rangsangan dari luar dan menyerang seluruh panca indera. Halusinasi merupakan salah satu gejala gangguan jiwa sehingga pasien mengalami perubahan sensoris persepsi, serta merasakan sensasi palsu berupa suara, penglihatan, pengecap, perabaan, atau penciuman. Pasien merasakan stimulus yang sebenarnya tidak ada dan mayoritas mengalami perubahan dalam hal orientasi realitas (Abdurkhan dan Maulana 2023) .

Menurut (Wulansari dan Susilowati 2023) halusinasi adalah gerakan penyerapan (persepsi) panca indera tanpa ada rangsangan dari luar yang dapat meliputi semua sistem panca indera terjadi pada saat kesadaran individu penuh atau baik. Secara fenomenologis halusinasi adalah gangguan yang dapat dianggap sebagai karakteristik psikosis .

Halusinasi merupakan gangguan persepsi sensoris yang dialami oleh pasien dengan gangguan jiwa. Pasien tersebut merasakan sensasi berupa suara, penglihatan, pengecap, perabaan, atau penghidupan tanpa stimulus yang nyata (Meliana dan Sugiyanto,2019).

2.1.2 Rentang Respon Halusinasi



Gambar 2.1 Rentang Respon Halusinasi

(Wahyudi et al. 2023)

2.1.3 Etiologi Halusinasi

Menurut (Safitri, Hasanah, dan Utami 2021) yang mempengaruhi halusinasi diantaranya adalah :

1. Faktor Predisposisi

a. Faktor pengembangan

Perkembangan klien terganggu, misalnya kurangnya kontrol emosi dan keharmonisan keluarga menyebabkan klien tidak mampu mandiri sejak kecil, mudah frustrasi dan kehilangan rasa percaya diri.

b. Faktor sosiokultural

Seseorang yang sejak kecil merasa tidak berharga meninggalkan kesan dalam dirinya hingga dewasa, ia merasa ditinggalkan, kesepian, dan tidak percaya pada orang – orang di sekitarnya.

c. Faktor biokimia

Ketika seseorang mengalami stres berlebihan, tubuhnya memproduksi zat yang bersifat halusinogen, zat kimia saraf, dan metiltransferase yang menyebabkan ketidakseimbangan asetilkolin dan dopamin.

d. Faktor psikologis

Tipe kepribadian yang lemah dan tidak bertanggung jawab mudah beradaptasi dengan kecanduan narkoba. Klien yang menginginkan kepuasan instan dan pelarian dari dunia nyata menuju dunia imajinasi.

e. Faktor genetik dan pola asuh

Faktor keluarga menunjukkan hubungan yang sangat mempengaruhi penyakit ini.

2. Faktor Presipitasi

Menurut (Prihatin, Rahmawati, dan Apriliyani 2022), perubahan halusinasi bisa dilihat berdasarkan lima dimensi diantaranya adalah:

a. Dimensi fisik

Halusinasi dapat ditimbulkan oleh beberapa kondisi fisik seperti kelelahan yang luar biasa, penggunaan obat-obatan, demam hingga delirium, intoksikasi alkohol dan kesulitan untuk tidur dalam waktu yang lama.

b. Dimensi Emosional

Halusinasi dapat menimbulkan kecemasan berlebihan terhadap masalah yang tidak dapat diatasi sehingga klien melakukan sesuatu untuk mengatasi ketakutan dalam situasi ini.

c. Dimensi Intelektual

Dalam dimensi intelektual ini merangsang bahwa individu dengan halusinasi akan memperlihatkan adanya penurunan fungsi ego. Pada awalnya halusinasi merupakan usaha dari ego sendiri untuk melawan impuls yang menekan,

namun merupakan suatu hal yang menimbulkan kewaspadaan yang dapat mengambil seluruh perhatian klien dan tidak jarang akan mengobrol semua perilaku klien.

d. Dimensi Sosial

Klien menganggap bahwa hidup bersosialisasi di alam nyata sangat membahayakan, klien asik dengan halusinasinya, seolah-olah ia merupakan tempat untuk memenuhi kebutuhan akan interaksi sosial, kontrol diri dan harga diri yang tidak didapatkan dalam dunia nyata. Isi halusinasi di jadikan sistem kontrol oleh individu tersebut, sehingga jika perintah halusinasi berupa ancaman, dirinya ataupun orang lain individu cenderung untuk itu. Oleh karena itu, aspek penting dalam melaksanakan intervensi keperawatan klien dengan menupayakan suatu proses interaksi yang menimbulkan pengalaman interpersonal yang memuaskan, serta menguasai klien tidak menyediri sehingga klien selalu berinteraksi dengan lingkungan dan halusinasi tidak langsung.

e. Dimensi Spiritual

Klien mulai dengan kemampuan hidup, rutinitas tidak bermakna, hilangnya aktivitas ibadah dan jarang berupanya secara spiritual untuk menyucikan diri. Ia sering memaki takdir tetapi lemah dalam upaya menjemput rejeki, memyalahkan lingkungan dan orang lain yang menyebabkan takdirnya memburuk.

2.1.4 Klasifikasi Halusinasi

Menurut (Minarningtyas dan Nurillawaty 2021) halusinasi terbagi menjadi 5 jenis diantaranya adalah :

1. Halusinasi Pendengaran

Data objektif antara lain: bicara atau tertawa sendiri, marah tanpa sebab, mengarahkan telinga kearah tertentu, klien menutup telinga.

Data subjektif antara lain: mendengarkan suara-suara atau kegaduhan, mendengarkan suara yang ngajak bercakap-cakap, mendengarkan suara yang menyuruh melakukan sesuatu yang berbahaya.

2. Halusinasi Penglihatan

Data objektif antara lain: menunjuk kearah tertentu, ketakutan pada sesuatu yang tidak jelas. Data subjektif anatar lain: melihat bayangan, sinar, bentuk kartun, melihat hantu atau monster.

3. Halusinasi Penciuman

Data objektif antara lain: mencium seperti membaui bau-bauan tertentu dan menutup hidung. Data subjektif antara lain: mencium baubau seperti bau darah, feses, dan kadang-kadang bau itu menyenangkan.

4. Halusinasi Pengecapan

Data objektif antara lain: sering meludah, muntah. Data subjektif antara lain: merasakan seperti darah, feses, muntah.

5. Halusinasi Perabaan

Data objektif antara lain: menggaruk-garuk permukaan kulit. Data subjektif antara lain: mengatakan ada serangga dipermukaan kulit, merasa seperti tersengat listrik.

2.1.5 Manifestasi Klinis Halusinasi

Tabel 2.1 Manifestasi Klinis Halusinasi

Tanda-tanda halusinasi menurut (Wahyudi et al. 2023)

Jenis Halusinasi	Data Subjektif	Data Obyektif
Halusinasi Pendengaran (<i>Auditory-hearing voices or sounds</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien mengatakan mendengar suara atau kegaduhan. 2. Klien mengatakan mendengar suara yang mengajaknya untuk bercakap-cakap. 3. Klien mengatakan mendengar suara yang menyuruhnya untuk melakukan sesuatu yang berbahaya. 4. Klien mengatakan mendengar suara yang mengancam dirinya atau orang lain. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien tampak bicara sendiri. 2. Klien tampak tertawa sendiri. 3. Klien tampak marahmarah tanpa sebab. 4. Klien tampak mengarahkan telinga ke arah tertentu. 5. Klien tampak menutup telinga. 6. Klien tampak menunjuk ke arah tertentu. 7. Klien tampak mulutnya komat kamit sendiri.
Halusinasi Penglihatan (<i>Visual-seeing persons or things</i>)	Klien mengatakan melihat seseorang yang sudah meninggal, melihat makhluk tertentu, melihat bayangan hantu atau	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien tampak tatapan mata pada tempat tertentu. 2. Klien tampak menunjuk

	sesuatu yang menakutkan.	nunjuk kearah tertentu. 3. Klien tampak ketakutan pada objek tertentu yang dilihat
Halusinasi Penghidu (<i>Olfactory-smeeeling odors</i>)	1. Klien mengatakan mencium sesuatu seperti : bau mayat, bau darah, bau bayi, bau feses, atau bau masakan, parfum yang menyenangkan. 2. Klien mengatakan sering mencium bau sesuatu	1. Klien tampak mengarahkan hidung pada tempat tertentu. 2. Ekspresi wajah klien tampak seperti mencium sesuatu dengan gerakan cuping hidung.
Halusinasi Perabaan (<i>Tactile-feeling bodily sensations</i>)	1. Klien mengatakan ada sesuatu yang menggerayangi tubuh seperti tangan, binatang kecil, atau makhluk halus. 2. Klien mengatakan merasakan sesuatu di permukaan kulitnya seperti merasakan sangat panas atau dingin, merasakan tersengat aliran	1. Klien tampak mengusap, menggaruk garuk, meraba-raba permukaan kulitnya. 2. Klien tampak menggerak-gerakkan tubuhnya seperti merasakan sesuatu merabanya.

	listrik, dan sebagainya.	
Halusinasi Pengecapan (<i>Gustatoryexperiencing tastes</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien mengatakan merasakan makanan tertentu, rasa tertentu, atau mengunyah tertentu padahal tidak ada yang sedang dimakannya. 2. Klien mengatakan merasakan minum darah, nanah 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien tampak seperti mengecap sesuatu. 2. Klien tampak sering meludah. 3. Klien tampak mual atau muntah.

2.2 Konsep Senam

2.2.1 Definisi Senam

Senam refleksi adalah kombinasi unik antara senam dan refleksi kreatif berdasarkan rangsangan suara musik joget. Senam adalah olahraga dengan gerakan – gerakan latihan fisik secara sistematis, dan rangkaian secara keseluruhan dengan tujuan membentuk dan mengembangkan kepribadian secara harmonis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan ketrampilan, dan menanamkan nilai – nilai mental spritual (Chrisnanda,2018).

2.2.2 Prinsip Dasar Senam

Latihan senam pada umumnya mengikuti kesehatn yang sudah diterima secara umum, yaitu tidak lepas dari sistematika olahraga. Untuk lebih jelasnya pembahasan mengenai bagian – bagian dari senam (Ulfah,Dimyanti, dan Putra 2021), dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Pemanasan

Pemanasan artinya melakukan gerakan yang merangsang otot agar gerakan yang dilakukan berikutnya menjadi lentur, mencegah terjadinya cedera selama menjalankan aktivitas dan mempersiapkan tubuh baik , fisik maupun mental. Gerakan pemanasan yang dilakukan yaitu gerak bebas eksperimen.

2. Latihan Inti :

Latihan inti biasanya merupakan gerakan yang sudah lebih aktif dan melibatkan gerakan yang disiplin untuk melatih bagian tubuh tertentu dengan pengulangan yang cukup kegiatan inti bertujuan untuk melatih kelenturan, keseimbangan serat kelincuhan. Gerakan yang dilakukan :

- a) Gerakan imitasi
- b) Gerakan imitasi variasi tertentu
- c) Gerakan storytelling
- d) Gerakan kontras emosi
- e) Gerakan harmonisasi

3. Pendinginan

Pada tahap pendinginan harus melakukan gerakan-gerakan yang menurunkan frekuensi denyut nadi untuk kembali mendekati denyut nadi yang normal. Pelaksanaan pendinginan dilakukan secara bertahap dari gerakan dengan intensitas tinggi kegerakan yang berintensitas rendah. Perubahan gerakan yang bertahap berguna untuk melenturkan otot dan menjadikan tubuh lebih rileks. Gerakan yang dilakukan gerakan meditasi dinamis.

2.2.3 Prosedur Senam

Berikut adalah beberapa contoh jenis gerakan untuk memprogram senam refleksi :

1. Gerak Bebas Ekspresi

Instruksi: Biarkan peserta mengekspresikan diri mereka secara bebas berdasarkan alunan musik joget. Tidak ada aturan, mereka dapat menggerakkan tubuh sesuai dengan perasaan dan kreativitas masing-masing.

Tujuan: Mengaktifkan imajinasi dan kreativitas, serta membiarkan peserta mengalami refleksi diri melalui gerakan bebas.



2. Gerakan Imitasi:

Instruksi: Peserta diminta untuk menirukan gerakan atau tarian tertentu yang terinspirasi dari musik joget yang dimainkan. Mereka dapat menggabungkan gerakan tarian dengan gerakan senam tradisional.

Tujuan: Menggabungkan elemen tarian dengan senam untuk merangsang koordinasi tubuh dan meningkatkan kesadaran terhadap ritme musik.

GERAK IMITASI



3. Gerakan Imitasi Dengan Variasi:

Instruksi: Peserta diminta untuk menirukan gerakan tarian, namun setelah beberapa saat, mereka harus mengubah gerakan tersebut menjadi variasi baru yang muncul dari refleksi kreatif mereka.

Tujuan: Menggali potensi kreatif peserta dan mendorong mereka untuk berpikir di luar batasan yang sudah ada.

GERAK IMITASI DENGAN VARIASI



4. Gerakan Storytelling:

Instruksi: Peserta diminta untuk menggunakan gerakan tubuh mereka untuk menceritakan sebuah cerita yang terinspirasi dari musik joget. Cerita dapat bersifat personal atau fiksi.

Tujuan: Mendorong peserta untuk menghubungkan emosi dengan gerakan, sambil merangsang pemikiran naratif dan ekspresi artistik.

GERAK STORYTELLING



5. Gerakan Kontras Emosi:

Instruksi: Peserta diminta untuk mengekspresikan dua emosi kontras dalam gerakan mereka, yang berubah seiring dengan perubahan nada musik. Misalnya, dari kegembiraan menjadi keheningan.

Tujuan: Memungkinkan peserta merasakan perbedaan emosi dan menggambarannya melalui perubahan gerakan tubuh.

GERAK KONTRAS EMOSI



(gerakan menulis angka 8 tidur)

6. Gerakan Harmonisasi:

Instruksi: Peserta diminta untuk bergerak bersama dan berkoordinasi satu sama lain. Mereka harus saling melengkapi gerakan masing-masing untuk menciptakan tampilan yang harmonis.

Tujuan: Mengajarkan kolaborasi, kesadaran terhadap ruang, dan kebersamaan melalui gerakan.



7. Gerakan Meditasi Dinamis:

Instruksi: Peserta melakukan gerakan yang lembut dan terkendali, sejalan dengan ritme musik. Mereka fokus pada pernapasan dan sensasi tubuh mereka, menciptakan pengalaman meditasi aktif.

Tujuan: Menggabungkan unsur meditasi dengan gerakan tubuh untuk menghasilkan relaksasi dan kehadiran diri.

