# PERBANDINGAN TERAPI SENAM RELAKSASI KOGERTA DENGAN TERAPI MUSIK DANGDUT TERHADAP KEMANDIRIAN PASIEN DALAM MENGONTROL HALUSINASI

## TUGAS AKHIR

NUR FADILAH SYAMSA HAWAA
NIM. P17230214109

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI**
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**
**JURUSAN KEPERAWATAN**
**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR**
**2024**

# PERBANDINGAN TERAPI SENAM RELAKSASI KOGERTA DENGAN TERAPI MUSIK DANGDUT TERHADAP KEMANDIRIAN PASIEN DALAM MENGONTROL HALUSINASI

Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program pendidikan Diploma III di Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

NUR FADILAH SYAMSA HAWAA
NIM. P17230214109

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI**
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**
**JURUSAN KEPERAWATAN**
**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR**

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nur Fadilah Syamsa Hawaa

Nim : P17230214109

Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Program Studi D3 Keperawatan Blitar

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan saya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Tugas Akhir ini hasil pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Blitar, 23 April 2024

| Mengetahui, | Yang Membuat Pernyataan |
|---|---|
| Pembimbing Utama | Mahasiswa |
| **Mujito A.Per.Pen., M.Kes** | Nur Fadilah Syamsa Hawaa |
| NIP. 19640707 198603 1 003 | NIM. P17230214109 |

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul "Perbandingan Terapi Senam Relaksasi Kogerta Dengan Terapi Musik Dangdut Terhadap Kemandirian Pasien Dalam Mengontrol Halusinasi" oleh Nur Fadilah Syamsa Hawaa dengan NIM. P17230214109 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Blitar, 23 April 2024

Mengetahui,

Pembimbing Utama

**Mujito A.Per.Pen., M.Kes**

NIP. 19640707 198603 1 003

## LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul "Perbandingan Terapi Senam Relaksasi Kogerta Dengan Terapi Musik Dangdut Terhadap Kemandirian Pasien Dalam Mengontrol Halusinasi" oleh Nur Fadilah Syamsa Hawaa dengan NIM. P17230214109, telah diujikan di depan dewan penguji pada tanggal 30 April 2024

Dewan Penguji,

Ketua Penguji

**Ns. M. Miftachul Ulum, S.ST., S. Kep., M.Kes**

NIP. 19680312 198803 1 001

Anggota Penguji

**Mujito A.Per.Pen., M.Kes**

NIP. 19640707 198603 1 003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

**Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns, M.Kep**

NIP. 19760810 200212 2 001

# ABSTRAK

Hawaa, Nur Fadilah Syamsa (2024), Perbandingan Terapi Senam Relaksasi Kogerta Dengan Terapi Musik Dangdut Terhadap Kemandirian Pasien Dalam Mengontrol Halusinasi Tugas Akhir, Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Pembimbing Utama: Mujito A.Per.Pen., M.Kes

Halusinasi adalah pengalaman sensorik tidak nyata di mana realitas dan ilusi tidak dapat dibedakan, seperti melihat gambar atau mendengar suara yang tidak ada. Penelitian ini bertujuan membandingkan efektivitas terapi musik dangdut dan terapi senam relaksasi kogerta dalam meningkatkan kemandirian pasien mengontrol halusinasi. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan *pretest-posttest control group*. Menggunakan Purposive Sampling dengan 30 responden dan pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat. Hasil analisis univariat menunjukkan peningkatan nilai rata-rata pretest-posttest. Kelompok eksperimen dari 14,87 menjadi 17,47, dan kelompok kontrol dari 15,73 menjadi 22,53. Hasil uji beda menunjukkan signifikasi ($p<0,05$), menolak Ho untuk kedua kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi senam relaksasi kogerta dan terapi musik dangdut efektif meningkatkan kemandirian pasien dalam mengontrol halusinasi. Kelompok eksperimen dan kontrol menunjukkan ada pengaruh dalam meningkatkan kemandirian pasien mengontrol halusinasi. Tempat penelitian dan perawat jiwa diharapkan menerapkan terapi senam relaksasi kogerta dan musik dangdut untuk membantu pasien dalam mengontrol halusinasi.

***Kata kunci: halusinasi, senam relaksasi kogerta, terapi musik dangdut***

# ABSTRACT

Hawaa, Nur Fadilah Syamsa (2024), Comparison Of Kogerta Relaxation Exercise Therapy With Dangdut Music Therapy On Patient Independence In Controlling Hallucinations Research, Blitar Nursing Diploma III Study Program, Nursing Department, Malang Ministry Of Health Health Polytechnic, Main Supervisor: Mujito A.Per.Pen., M.Kes

Hallucinations are unreal sensory experiences in which reality and illusion are indistinguishable, such as seeing images or hearing sounds that do not exist. This study aims to compare the effectiveness of dangdut music therapy and kogerta relaxation exercise therapy in increasing patient independence in controlling hallucinations. This research used a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group. Using Purposive Sampling with 30 respondents and data collection using a questionnaire. Data analysis was carried out using univariate and bivariate analysis. The results of univariate analysis showed an increase in the average pretest-posttest score. The experimental group from 14.87 to 17.47, and the control group from 15.73 to 22.53. The results of the difference test showed significance ($p<0.05$), rejecting Ho for both groups. The results of the study showed that kogerta relaxation exercise therapy and dangdut music therapy were effective in increasing patient independence in controlling hallucinations. The experimental and control groups showed an effect in increasing the patient's independence in controlling hallucinations. Research sites and psychiatric nurses are expected to apply kogerta relaxation exercise therapy and dangdut music to help patients control hallucinations..

Keywords: hallucination, kogerta relaxation exercise, dangdut music therapy

# KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan atas ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun Tugas Akhir dengan judul "Perbandingan Terapi Senam Relaksasi Kogerta Dengan Terapi Musik Dangdut Terhadap Kemandirian Pasien Dalam Mengontrol Halusinasi" sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan di Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.

Dalam penulisan Tugas Akhir ini, penulis tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen., M.Pd Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu dan mendapatkan banyak pengalaman di Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
2. Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns, M.Kep Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
3. dr. Yuniar Sp.KJ, MMRS Direktur utama Rumah Sakit Radjiman Wediodiningrat
4. Wiwin Martiningsih, M.Kep., PhD NS, Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam penyusunan Tugas Akhir.
5. Mujito A.Per.Pen., M.Kes, Dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
6. Ns. M. Miftachul Ulum, S.ST., S.Kep., M.Kes Dosen penguji yang berkenan membimbing dan memberikan saran kepada penulis dalam memperbaiki penyusunan Tugas Akhir.
7. Seluruh dosen dan staf pegawai Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar yang telah memberikan ilmu dan bantuannya
8. Bapak Sukamto dan ibu Ika Purwaningsih serta saudara kandung Kahiyang Amara Navisha Mishael Medina dan keluarga besar yang telah memotivasi,

memberikan semangat, doa dan dukungan penuh sehingga penulis mampu menyelesaikan Tugas Akhir ini.

9. Teman seangkatan jurusan keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang, khususnya Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar yang berjuang bersama dan menjunjung solidaritas.
10. Teman-teman dekat saya yang mendukung dan memberikan semangat untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir masih jauh dari sempurna, maka dari itu, kritik dan saran sangat penulis harapkan demi kesempurnaan Tugas Akhir ini. Harapan penulis semoga Tugas Akhir ini memberikan hal-hal baik yang bermanfaat bagi semua pihak.

Blitar, 23 April 2024

Penulis



**Nur Fadilah Syamsa Hawaa**

NIM : P17230214109

# DAFTAR ISI

Halaman Judul.....**Error! Bookmark not defined.**
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ..... i
LEMBAR PERSETUJUAN..... iv
LEMBAR PENGESAHAN ..... v
ABSTRAK ..... vi
ABSTRACT ..... vii
KATA PENGANTAR..... viii
DAFTAR ISI ..... x
DAFTAR GAMBAR ..... xiii
DAFTAR TABEL..... xiv
DAFTAR LAMPIRAN ..... xv
BAB 1 PENDAHULUAN ..... 1
1.1 Latar Belakang ..... 1
1.2 Rumusan Masalah ..... 4
1.3 Tujuan penelitian..... 4
1.3.1 Tujuan Umum ..... 4
1.3.2 Tujuan Khusus..... 4
1.4 Manfaat ..... 4
1.4.1 Manfaat Praktis ..... 4
1.4.2 Manfaat Teoritis ..... 5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA..... 6
2.1 Konsep Gangguan Jiwa ..... 6
2.1.1 Pengertian Gangguan Jiwa ..... 6
2.1.2 Penyebab Gangguan Jiwa ..... 7
2.2 Konsep Halusinasi ..... 7
2.2.1 Pengertian Halusinasi ..... 7
2.2.2 Macam-macam Halusinasi..... 8
2.2.3 Tanda dan Gejala Halusinasi ..... 10
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Proses Terjadinya Halusinasi .....11
2.2.5 Rentang Respon..... 13
2.2.6 Fase Halusinasi ..... 13
2.2.7 Aspek-Aspek dalam Mengenal Halusinasi..... 15

2.2.8 Tindakan Untuk Mengontrol Halusinasi ..... 16
2.3 Konsep Terapi Aktivitas Kelompok ..... 17
2.3.1 Pengertian Terapi Aktivitas Kelompok ..... 17
2.3.2 Tujuan Terapi Aktivitas Kelompok ..... 17
2.3.3 Manfaat Terapi Aktivitas Kelompok ..... 18
2.4 Konsep Terapi Senam Relaksasi Nafas Dalam Kogerta ..... 18
2.4.1 Pengertian Terapi Senam ..... 18
2.4.2 Pengertian Senam Relaksasi Nafas Dalam Kogerta ..... 19
2.4.3 Tujuan Terapi Senam Relaksasi Nafas Dalam Kogerta ..... 19
2.4.4 Langkah-langkah Terapi Senam Relaksasi Nafas Dalam Kogerta ..... 20
2.5 Konsep Terapi Musik Dangdut ..... 23
2.5.1 Pengertian Terapi Musik ..... 23
2.5.2 Pengertian Musik Dangdut ..... 23
2.5.3 Tujuan Terapi Musik Dangdut ..... 24
2.5.4 Efektivitas Terapi Musik Dangdut dalam Mengontrol Halusinasi ..... 24
2.5.5 Langkah-langkah Pemberian Terapi Musik Dangdut ..... 25
2.6 Kemandirian Pasien dalam Mengontrol Halusinasi ..... 29
2.6.1 Pengertian Kemandirian Pasien dalam Mengontrol Halusinasi ..... 29
2.6.2 Aspek-aspek Pengendalian Diri dalam Meningkatkan Kemandirian ..... 29
2.6.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi kemandirian ..... 30
2.7 Kerangka Teori ..... 32
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN ..... 33
3.1 Desain Penelitian ..... 33
3.2 Kerangka Konsep ..... 34
3.3 Kerangka kerja ..... 35
3.4 Populasi, Sampel, Sampling ..... 35
3.4.1 Populasi ..... 35
3.4.2 Sampel dan Sampling ..... 36
3.5 Tempat dan Waktu Penelitian ..... 36
3.5.1 Tempat Penelitian ..... 36
3.5.2 Waktu Penelitian ..... 36
3.6 Definisi operasional ..... 37
3.7 Teknik Pengumpulan Data ..... 40
3.7.1 Jenis Data ..... 40
3.7.2 Instrumen Pengumpulan Data ..... 41
3.7.3 Prosedur Pengumpulan Data ..... 41

3.8 Pengolahan dan Analisis Data ..... 42
3.8.1 Pengolahan data ..... 42
3.8.2 Analisis Data ..... 44
3.9 Etika Penelitian ..... 45
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..... 47
4.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian ..... 47
4.2 Hasil Penelitian ..... 48
4.2.1 Kelompok Eksperimen (Terapi Senam Relaksasi Kogerta) ..... 48
4.2.1.1 Karakteristik Responden ..... 48
4.2.1.2 Data khusus ..... 50
4.2.2 Kelompok Kontrol (Terapi Musik Dangdut) ..... 51
4.2.2.1 Karakteristik Responden ..... 51
4.2.2.2 Data Khusus ..... 53
4.2.3 Analisis Univariat ..... 54
4.2.4 Analisis Bivariat ..... 55
4.2.4.1 Hasil Uji Normalitas ..... 55
4.2.4.2 Hasil uji beda rata-rata pemberian terapi ..... 55
4.2.4.3 Uji Mann-Whitney U ..... 57
4.3 Pembahasan ..... 57
4.3.1 Kemandirian pasien dalam mengontrol halusinasi kelompok eksperimen.. 57
4.3.2 Kemandirian pasien dalam mengontrol halusinasi kelompok kontrol ..... 59
4.3.3 Perbandingan pengaruh terapi musik dangdut dan terapi senam relaksasi kogerta terhadap kemandirian pasien dalam mengontrol halusinasi sesudah perlakuan. ..... 60
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN ..... 63
5.1 Kesimpulan ..... 63
5.2 Saran ..... 63
5.2.1 Bagi Tempat Penelitian ..... 63
5.2.2 Bagi Pasien ..... 64
5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan ..... 64
5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya ..... 64
DAFTAR PUSTAKA ..... 66

# DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Rentang respon neurobiologis Halusinasi[15] ..... 13
Gambar 2. 2 Kerangka Teori ..... 32

Gambar 3.1 Kerangka Konsep ..... 34
Gambar 3.2 Kerangka Kerja ..... 35
Gambar 4.1 Perubahan Logo RS Radjiman Wediodiningrat ..... 47

# DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Design Quasi Eksperimen Pretest-Posttest Kontrol Group ..... 34
Tabel 3. 2 Definisi Operasional..... 37
Tabel 4.1 Distribusi usia responden kelompok eksperimen ..... 48
Tabel 4.2 Distribusi jenis kelamin responden kelompok eksperimen ..... 48
Tabel 4.3 Distribusi pendidikan terakhir responden kelompok eksperimen ..... 49
Tabel 4.4 Distribusi jenis pekerjaan responden kelompok eksperimen ..... 49
Tabel 4.5 Distribusi status perkawinan responden kelompok eksperimen..... 49
Tabel 4.6 Distribusi lama rawat responden kelompok eksperimen ..... 50
Tabel 4.7 Distribusi tempat tinggal responden kelompok eksperimen ..... 50
Tabel 4.8 Data kemampuan responden mengontrol halusinasi kelompok eksperimen..... 50
Tabel 4.9 Distribusi data usia responden kelompok kontrol ..... 51
Tabel 4.10 Distribusi data jenis kelamin responden kelompok kontrol ..... 51
Tabel 4.11 Distribusi data pendidikan terakhir responden kelompok kontrol..... 51
Tabel 4.12 Distribusi data pekerjaan responden kelompok kontrol ..... 52
Tabel 4.13 Distribusi data status perkawinan responden kelompok kontrol ..... 52
Tabel 4.14 Distribusi data lama rawat responden kelompok kontrol..... 53
Tabel 4.15 Distribusi data tempat tinggal responden kelompok kontrol..... 53
Tabel 4.16 Data kemampuan responden mengontrol halusinasi kelompok kontrol,..... 53
Tabel 4.17 Data hasil pretest dan posttest pemberian terapi ..... 54
Tabel 4.18 Hasil uji normalitas pretest dan posttest pemberian terapi..... 55
Tabel 4.19 Hasil uji beda rata-rata pemberian terapi ..... 55
Tabel 4.20 Hasil signifikan pretest-posttest pemberian terapi ..... 56
Tabel 4.21 Hasil Uji Mann-Whitney U kelompok eksperimen dan kelompok kontrol .... 57

# DAFTAR LAMPIRAN

*Lampiran 1 Surat Izin Penelitian* ..... 70
Lampiran 2 Surat Keterangan Layak Etik ..... 71
Lampiran 3 Surat Selesai Penelitian ..... 72
Lampiran 4 Lembar Permohonan Penelitian ..... 73
Lampiran 5 Lembar Informed Consent ..... 74
Lampiran 6 Kisi-Kisi Kuesioner ..... 75
Lampiran 7 Lembar Kuesioner ..... 76
Lampiran 8 SOP Terapi Senam Relaksasi Kogerta ..... 78
Lampiran 9 SOP Terapi Musik Dangdut ..... 81
Lampiran 10 Tabulasi Data Umum Responden Kelompok Eksperimen ..... 83
Lampiran 11 Tabulasi Data Umum Responden Kelompok Kontrol ..... 85
Lampiran 12 Tabulasi Data Pretest dan Postest Kelompok ..... 87
Lampiran 13 Output SPSS ..... 91
Lampiran 14 Gerakan Senam Relaksasi Kogerta ..... 98
Lampiran 15 Dokumentasi Implementasi Pemberian Terapi ..... 103
Lampiran 16 Matriks Kegiatan Penelitian ..... 105