

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gangguan kesehatan jiwa merupakan salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian serius di dunia, termasuk di Indonesia (Mona et al., 2026). Gangguan jiwa tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis individu, tetapi juga memengaruhi fungsi sosial, produktivitas, kualitas hidup, serta meningkatkan risiko munculnya perilaku berbahaya seperti bunuh diri (Sarah & Setiawan, 2024). Bunuh diri adalah tindakan melukai diri sendiri dengan maksud menyebabkan kematian dan merupakan salah satu bentuk perilaku bunuh diri yang fatal. Perilaku ini tidak hanya mencakup tindakan fatal, tetapi juga ide bunuh diri (suicidal ideation) dan percobaan bunuh diri (suicide attempt) (Revie et al., 2026). Salah satu perhatian utama dalam kesehatan mental adalah perilaku melukai diri (self-harm), yang meliputi tindakan fisik yang disengaja untuk menyakiti atau merusak tubuh sendiri tanpa tujuan bunuh diri.

Menurut WHO (2025), lebih dari 720.000 orang meninggal akibat bunuh diri setiap tahun di seluruh dunia, dan bunuh diri menjadi penyebab kematian tertinggi ketiga pada kelompok usia 15–29 tahun. Selain itu, sekitar 73% kasus bunuh diri terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. WHO juga menyebutkan bahwa untuk setiap satu kematian akibat bunuh diri terdapat lebih dari 20 percobaan bunuh diri (WHO, 2025). Data tersebut menunjukkan bahwa bunuh diri merupakan masalah kesehatan jiwa global yang memerlukan penanganan secara komprehensif dan berkelanjutan.

Di Indonesia, masalah kesehatan jiwa masih menjadi tantangan besar dalam sistem pelayanan kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan bahwa sekitar 19 juta penduduk Indonesia usia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, sedangkan lebih dari 12 juta orang mengalami depresi (Kemenkes, 2024). Depresi yang tidak tertangani dengan baik menjadi salah satu faktor risiko utama munculnya ide,

ancaman, maupun tindakan bunuh diri (Revie et al., 2026). Selain faktor psikologis, kondisi sosial seperti konflik keluarga, tekanan ekonomi, kehilangan pekerjaan, trauma, dan isolasi sosial juga dapat meningkatkan risiko bunuh diri (Sarah & Setiawan, 2024).

Di Provinsi Jawa Timur, masalah kesehatan jiwa juga menunjukkan beban yang cukup tinggi. Berdasarkan data (BPS, 2025), Jawa Timur merupakan salah satu provinsi dengan jumlah penduduk terbesar di Indonesia. Besarnya populasi tersebut berdampak pada tingginya potensi gangguan kesehatan jiwa, seperti depresi, kecemasan, skizofrenia, dan gangguan psikososial lainnya (Restuningati et al., 2025). Statistik kesehatan Jawa Timur, menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan mental masih menjadi salah satu kebutuhan penting masyarakat dalam upaya meningkatkan kualitas hidup dan menurunkan angka kejadian gangguan jiwa berat maupun ringan (BPS, 2025).

Risiko bunuh diri merupakan kondisi ketika individu berisiko melakukan tindakan yang dapat membahayakan dirinya sendiri hingga menyebabkan kematian (Putri, 2025). Pasien dengan risiko bunuh diri biasanya menunjukkan tanda seperti perasaan putus asa (*hopelessness*), merasa tidak berharga, kehilangan motivasi hidup, menarik diri dari lingkungan, serta munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup (Utomo & Rahmasari, 2024). Dalam keperawatan jiwa, diagnosis risiko bunuh diri termasuk prioritas utama karena berkaitan langsung dengan keselamatan pasien (Mona et al., 2026). Oleh karena itu, perawat memiliki peran penting dalam melakukan pengkajian, menetapkan diagnosis, merencanakan intervensi, melakukan implementasi, dan mengevaluasi hasil tindakan keperawatan secara komprehensif.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan pada pasien dengan risiko bunuh diri adalah relaksasi *guided imagery* (Rachman, 2024). *Guided imagery* merupakan teknik relaksasi yang menggunakan imajinasi terarah untuk membantu individu membayangkan suasana atau pengalaman yang menenangkan sehingga mampu menurunkan kecemasan, stres, dan pikiran negatif (Virginia, 2025). Teknik ini bekerja dengan

merangsang sistem saraf parasimpatis yang menghasilkan respons relaksasi secara fisiologis dan psikologis. Intervensi ini dinilai efektif karena membantu pasien mengalihkan fokus dari pikiran destruktif menuju pikiran yang lebih adaptif (Setyowati, 2018).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *guided imagery* efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan, stres psikologis, dan pikiran negatif pada pasien gangguan jiwa. Pada pasien dengan risiko bunuh diri, *guided imagery* dapat membantu meningkatkan kontrol diri, memperbaiki mekanisme koping, serta mengurangi dorongan untuk menyakiti diri sendiri (Fatimah, 2017). Selain itu, intervensi ini mudah dilakukan, aman, noninvasif, dan dapat diterapkan oleh perawat dalam praktik klinik (Saputri & Rahayu, 2020). Berdasarkan tingginya angka kejadian bunuh diri secara global, besarnya beban masalah kesehatan jiwa di Indonesia dan Jawa Timur, serta pentingnya intervensi keperawatan yang efektif dalam menurunkan risiko bunuh diri, maka penulis tertarik untuk menyusun asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan masalah risiko bunuh diri menggunakan intervensi relaksasi *guided imagery* sebagai upaya meningkatkan stabilitas emosional dan menurunkan risiko perilaku bunuh diri di Ruang Puri Anggrek RS Menur Surabaya.

1.2 Tujuan

1.2.1 Tujuan Umum

Melakukan asuhan keperawatan pada Ny.N dengan masalah risiko bunuh diri dengan penerapan intervensi terapi relaksasi *guided imagery* di Ruang Puri Anggrek RS Menur.

1.2.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis Asuhan Keperawatan pasien dengan masalah risiko bunuh diri yang meliputi pengkajian, analisa data, diagnosis keperawatan, intervensi dan evaluasi keperawatan.
- b. Menganalisis penerapan intervensi keperawatan pada pasien risiko bunuh diri menggunakan terapi relaksasi *guided imagery*.

- c. Mengevaluasi keberhasilan penerapan terapi relaksasi *guided imagery* dalam menurunkan risiko bunuh diri.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

- a. Dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada bidang keperawatan jiwa terkait asuhan keperawatan pada pasien dengan masalah risiko bunuh diri.
- b. Dapat menjadi sumber referensi ilmiah mengenai penerapan intervensi nonfarmakologis berupa relaksasi *guided imagery* sebagai salah satu tindakan keperawatan dalam membantu menurunkan risiko bunuh diri.

1.3.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi penulis
Karya ilmiah ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, wawasan, dan keterampilan penulis dalam memberikan asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan masalah risiko bunuh diri menggunakan intervensi relaksasi *guided imagery*.
- b. Bagi Perawat
Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan tambahan informasi bagi perawat dalam memberikan intervensi keperawatan jiwa yang efektif, khususnya dalam menangani pasien dengan masalah risiko bunuh diri.
- c. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan
Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi rumah sakit atau fasilitas pelayanan kesehatan dalam mengembangkan intervensi keperawatan nonfarmakologis, khususnya relaksasi *guided imagery*, sebagai terapi pendukung pada pasien dengan risiko bunuh diri.
- d. Bagi Paisein
Intervensi relaksasi *guided imagery* diharapkan dapat membantu pasien menurunkan kecemasan, mengurangi pikiran negatif,

meningkatkan rasa tenang, serta memperbaiki kemampuan coping dalam menghadapi stresor.

e. Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi tambahan dalam pengembangan pembelajaran keperawatan jiwa, khususnya mengenai intervensi pada pasien dengan masalah risiko bunuh diri.

